



DOROTA SKIBA

*Wiceprezes Firmy SKOFF
w Czechowicach-Dziedzicach*

**FIRMA
JEST NASZĄ
PASJĄ**

» WYWIAD STR. 4

Ми з вами!

SOLIDARNI Z UKRAINĄ

PROMOCJA

Przekaż swój **1%** na ZOO w Chorzowie



Instytut Inicjatyw
Pozarządowych

KRS: 0000 245 554

z dopiskiem
ZOO w Chorzowie



**Razem z nami chroń zwierzęta.
Ocal je dla przyszłych pokoleń.**



Wypełniając deklarację podatkową możesz przeznaczyć **1% podatku** na ochronę zwierząt prowadzoną przez ZOO w Chorzowie dzięki Instytutowi Inicjatyw Pozarządowych, wpisując w polu numer **KRS: 0000 245 554**, a w polu PIT „cel szczegółowy” adnotację „**ZOO w Chorzowie**”



OD REDAKTORA

W pierwszym tegorocznym numerze *Lady's Club* znajdziecie, Dro-dzy Czytelnicy, sporo naprawdę ciekawych tekstów. Waszej uwadze polecam szczególnie opowieść o rodzinnej firmie SKOFF w Cze-chowicach-Dziedzicach i artykuł o nowej chorobie – zakupoholi-zmie – równie groźnej, jak alkoholizm czy narkomania. Warto też przed sezonem letnich wyjazdów przeczytać wywiad z lekarzem, specjalistą medycyny podróży. To ważny głos w dyskusji „szczepić się czy nie?”. Ponadto przekazujemy Wam jak zwykle obfitą porcję reportaży i felietonów. Dużo czytania, żeby wszystkim starczyło do następnego numeru *Lady's Club*, który ukaże się w końcu kwietnia. Zachęcam do zaglądania na nasz fanpage na Facebooku, na stronę www.ladysclub-magazyn.pl i do częstych kontaktów z redakcją: 509 965 018. Życzę przyjemnej lektury!

STANISŁAW BUBIN

LADY'S CLUB

W NUMERZE

- 4 DOROTA SKIBA, KARINA SKIBA-RACZKIEWICZ:
FIRMA JEST NASZĄ PASJĄ
- 10 VARIA: BYŁO, NIE MINĘŁO
- 14 BEATA PIWOWARCZYK O TYM,
JAK BUDOWAĆ ZESPÓŁ PO ERZE PAINTBALLA?
- 18 NIE WYSTARCZY MIEĆ LUDZI – UWAŻA
SPECJALISTKA HR, KATARZYNA JAWORSKA
- 20 KANAPY NA SKRZYCZNE
- 23 JEDYNA TAKA NOC W WIEDNIU I SUKNIA KAROLINY
- 28 MOSKIEWSKIE FRESKI TIGRANA VARDIKYANA
- 32 MAMY PODBESKIDZIA, ŁĄCZCIE SIĘ!
- 34 RADY BOŻENY KOWALSKIEJ:
ODŚWIEŻ SZAFĘ NA WIOSNĘ
- 36 BRYGIDA TUROWSKA: MOJA PIERWSZA
FARSA W ŻYCIU
- 40 ZUS – NOWOCZESNY 80-LATEK
- 42 O ZAKUPOHOLIKACH PISZE PSYCHOLOG
KATARZYNY ZIEMER
- 46 UWAGA: NADWAGA!
- 48 ROZMOWA Z LEK. MED. TOMASZEM BURY,
SPECJALISTĄ MEDYCYNY PODRÓŻY
- 54 ANNA JURCZYK OPOWIADA O SRI LANCE
- 58 AFRYKAŃSCY UCZNIOWIE W TRENDY HAIR FASHION
- 61 NOC ARCHITEKTÓW
- 62 MŁOT NA CZAROWNICE, FRAGMENT „MANDRAGORY”
- 66 ZAGRAJMY W ZIELONE!
- 68 LISTY Z MONACHIUM
- 69 FELIETON KRZYSZTOFA ŁĘCKIEGO
- 70 HOROSKOP NA WIOSNĘ
- 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 DOROTA SKIBA
WICEPREZES FIRMY SKOFF
W CZECHOWICACH-DZIEDZICACH
ZDJĘCIE MAGDALENA OSTROWICKA
WWW.COBRAOSTRA.PL
MAKE UP EWA TRZECIAK
WWW.EWATRZECIAK.PL



Szukaj nas również **facebook**

REKLAMA

orko
GROUP

Owocne kreacje reklamowe

drukarnia & studio graficzne
strony internetowe
gadzety reklamowe z logo

tel. +48 693 161 943, e-mail: orko@orko.pl
41-106 Ślesin, ul. Włocławskiego 67

www.orko.pl

Studia na kierunku KOSMETOLOGIA – pierwsze i jedyne na Podbeskidziu!



Ministerstwo Nauki
i Szkolnictwa Wyższego

Bielska Wyższa Szkoła im. J. Tyszkiewicza została nagrodzona 1 mln zł za najlepszy praktyczny program studiów na kierunku KOSMETOLOGIA. Jako uczelnia z ponad 20-letnią tradycją już od 2009 roku kształci na tym kierunku. Oferuje

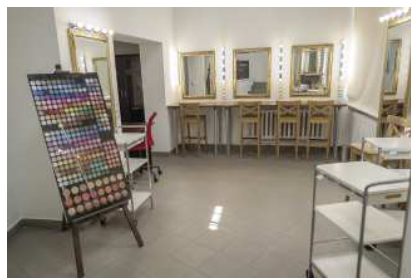
autorski program studiów, uczestnicząc w ten sposób w wyznaczaniu trendów w kosmetologii. Wykładowcami są zarówno najlepsi praktycy, jak i wybitna kadra naukowa ze Śląskiego Uniwersytetu Medycznego. Uczelnia współpracuje także z prestiżowymi ośrodkami Wellness i SPA. Zapewnia studentom udział w międzynarodowych targach kosmetologicznych, konkursach wizażu i stylizacji, a także atrakcyjnych stażach.

Ofertę edukacyjną bielskiego „Tyszkiewicza” przybliżą praktycy związani z kierunkiem.



W CO ZAINWESTOWANA ZOSTAŁA NAGRODA MINISTERIALNA?

W stworzenie nowoczesnych, profesjonalnych i dobrze wyposażonych pracowni. Dzięki dotacji mamy pracownię wizażu, masażu i chemii. Możemy się pochwalić takimi urządzeniami, jak np. nowoczesne aparaty do mikrodermabrazji, profesjonalne frezarki, ultradźwięki. Ponadto dotacja umożliwiła nam doskonałe przygotowanie naszych studentów do wejścia na rynek pracy, ponieważ mamy środki na to, aby umożliwić im odbycie płatnych staży w renomowanych salonach i ośrodkach SPA – podkreśla p. Magdalena Pyclik – kierownik pracowni kosmetologii, egzaminator Okręgowej Komisji Egzaminacyjnej, właścicielka gabinetu kosmetycznego, specjalizująca się w zabiegach z pogranicza medycyny estetycznej i depilacji całego ciała.



STUDIA CZY KURSY?

Studia u nas to 3-letnie solidne przygotowanie do zawodu. Przede wszystkim praktyczne, ale poparte także solidną wiedzą paramedyczną. To dobra podstawa dla pragnących wykazać się w zawodzie kosmetyka, wizażysty bądź stylisty. Kursy są dobre – ale dla kogoś, kto chce się sprawdzić w podstawach makijażu. Po naszych studiach można się już tylko specjalizować np. w zawodzie charakteryzatora – tłumaczy p. Bożena Kowalska, w „Tyszkiewiczu” kierownik specjalności Wizaż i kreowanie wizerunku, a także stylistka wizerunku, wizażystka z 10-letnim doświadczeniem w dziedzinie wizażu, mody i kreowania wizerunku.



STUDENTKI II ROKU SPECJALNOŚCI WIZAŻ I KREOWANIE WIZERUNKU W MAKIJAŻACH EPOKOWYM I FASHION

Studenci specjalności Wizaż i kreowanie wizerunku zdobędą wiedzę i praktyczne umiejętności nie tylko z zakresu makijażu specjalistycznych z elementami charakterystyki, body paintingu z elementami dekoracji ciała, zdobnictwa paznokci i stylizacji fryzur, ale również m.in. stylizacji i kreowania wizerunku z elementami analizy kolorystycznej, kreowania wizerunku biznesowego, współpracy z fotografem i realizacji sesji zdjęciowych.



W DOBIE STARZEJĄCEGO SIĘ SPOŁECZEŃSTWA, CIEKAWE PERSPEKTYWY ZAWODU STOJĄ RÓWNIEŻ PRZED ABSOLWENTAMI SPECJALNOŚCI ODNOWA BIOLOGICZNA. A CO DOKŁADNIE NA NICH CZEKA?

*Specjalność ta obecnie staje się coraz bardziej popularna, bowiem resort Wellness i SPA ulega ciągłemu rozkwitowi, dając bogaty wachlarz możliwości na rynku pracy. Studentki, będąc dobrze przygotowane przede wszystkim pod względem praktycznym, mają szansę zdobycia pracy właśnie w renomowanych hotelach z dobrze prosperującą strefą Wellness, w kraju i za granicą, jak również w gabinetach kosmetycznych i odnowy biologicznej – wyjaśnia p. **Katarzyna Kusy**, koordynator specjalności Odnowa biologiczna, a z zawodu fizjoterapeuta z wieloletnim stażem praktyki i wykładowcy przedmiotów zawodowych.*



Studentki specjalności **Odnowa biologiczna** zdobędą wiedzę i praktyczne umiejętności z zakresu masażu kondycyjnych, w tym masażu izometrycznego, sportowego i bańką chińską, kształtowania sylwetki i postaw ciała, masażu relaksacyjnych, w tym masażu aromaterapeutycznego, czekoladą, miodem, Lomi Lomi Nui oraz masażu dźwiękiem. Dodatkowo poznają techniki relaksacji Jacobsona i Schulza oraz wizualizacji Ewy Foley, a także masażu energetycznych, w tym masażu stemplami, gorącymi kamieniami, Breussa. Ponadto nabędą umiejętności sprzedaży, autopromocji i budowania firmy, w tym także ideę Wellness coachingu.



OD PRZYSZŁEGO ROKU AKADEMICKIEGO RUSZA TAKŻE ZUPEŁNIE NOWA SPECJALNOŚĆ – DIETETYKA Z KULINARYKĄ. CO MOŻNA O NIEJ W TEJ CHWILI POWIEDZIEĆ?

*Kompetencje dietetyki to obecnie jeden z najbardziej poszukiwanych zawodów, zarówno ze względu na coraz częstsze występowanie chorób cywilizacyjnych, jak i rosnącą popularność zdrowego trybu życia. Takiej wiedzy oczekują klienci hoteli, restauracji, obiektów Wellness i SPA i odnowy biologicznej, a także ludzie z problemami wynikającymi z nadwagi, otyłości i stresu. Połączenie dietetyki z kulinarią pozwoli nie tylko na prawidłowe, zgodne z kalorycznością komponowanie posiłków, ale również uwzględnianie nietolerancji pokarmowych, preferencji kulinarnych i smakowych (m. in. dieta makrobiotyczna, wegańska, wegetariańska), nowoczesnych trendów kulinarnych (m.in. kuchnia azjatycka czy molekularna) – wyjaśnia p. **Ewa Madoń** – prorektor BWS im. J. Tyszkiewicza.*



A CO O UCZELNI I PERSPEKTYWACH PRACY PO KIERUNKU KOSMETOLOGIA SĄDZĄ SAMI STUDENCI?

*Dzięki współpracy międzynarodowej bielskiego „Tyszkiewicza” załapałam się na 3-miesięczny staż w bardzo prestiżowym ośrodku **Reiter Alm Spa & Wellness** w Austrii. Staż opłacony był ze środków unijnych. Trwał od 1 lipca do 30 września 2013 r. Moja przygoda na tym jednak się nie zakończyła! Od listopada 2013 jestem na stałe zatrudniona przez ten prestiżowy ośrodek SPA! – informuje p. **Edyta Pochopień-Tlalka** (absolwentka kierunku Kosmetologia)*



**Bielska Wyższa Szkoła
im. J. Tyszkiewicza**

ZARZĄDZANIE

- Pośrednictwo i zarządzanie nieruchomościami
- Zarządzanie w hotelarstwie Wellness i SPA
- Grafika komputerowa w reklamie
- Informatyka w zarządzaniu

KOSMETOLOGIA

- Odnowa biologiczna
- Wizaż i kreowanie wizerunku
- Dietetyka i kulinaria

ARCHITEKTURA WNĘTRZ

- Projektowanie mebli
- Projektowanie wnętrz
- Projektowanie wystaw
- Projektowanie zieleni w architekturze

www.tyszkiewicz.edu.pl

FIRMA JEST NASZĄ PASJĄ

SPECJALNIE DLA MAGAZYNU *LADY'S CLUB* MÓWIĄ **DOROTA SKIBA**,
WICEPREZES FIRMY SKOFF W CZECHOWICACH-DZIEDZICACH
I **KARINA SKIBA-RACZKIEWICZ**, PROKURENT W TEJ FIRMIE

Czym zajmuje się firma SKOFF?

Dorota Skiba: Firma SKOFF, którą założył w 1997 roku Krzysztof Skiba, prezes zarządu, a prywatnie nasz mąż i tata, produkuje wyroby oświetleniowe i osprzęt elektrotechniczny. Dostarczamy rozwiązania zarówno dla profesjonalistów, jak i konsumentów indywidualnych. Nasze produkty znajdują zastosowanie w domach prywatnych i w przestrzeni publicznej, między innymi w biurach, szkołach, hotelach, halach sportowych, salach koncertowych, zakładach i szpitalach.

Pani Karino, co należy do obowiązków prokurenta w spółce należącej do czołówki rynku oświetleniowego?

Karina: Zajmuję się marketingiem, to główna moja działka, ale jak to bywa w rodzinnym biznesie, nie skupiam się tylko na tym, lecz także wspieram działania całego zarządu. Wchodzi w to również ochrona własności intelektualnej firmy i zastrzeganie praw własności.

Dorota: Także patentowanie i zastrzeganie wzorów przemysłowych w kraju i za granicą.

Karina: Współpracuję z rzecznikami patentowymi w kraju i za granicą. Pra-



FOT. MAGDALENA OSTROWICKA

DOROTA SKIBA



FOT. MAGDALENA OSTROWICKA

KARINA SKIBA-RACZKIEWICZ

cy mam naprawdę dużo: opieka nad badaniami prowadzonymi w dziale konstrukcji, certyfikaty, atesty, spełnianie wymogów Unii Europejskiej, dotyczących sprzętu elektrotechnicznego i oświetleniowego...

Trzeba też chyba śledzić, co się dzieje w branży?

Karina: Oczywiście, muszę być na bieżąco ze wszystkimi zmianami w ustawach i rozporządzeniach.

Dorota: Jesteśmy producentami oświetlenia, toteż mnóstwo nowych dyrektyw rozpoznajemy jako pierwsi.

Jak długo pani córka pracuje w firmie?



NOWOCZESNA SIEDZIBA SPÓŁKI SKOFF PRZY ULICY LEGIONÓW 243D W CZECHOWICACH-DZIEDZICACH

Dorota: Siedem lat.

Karina: Przyszłam od razu po studiach, choć pierwotnie plany miałam trochę inne. Myślałam, że spróbuję szczęścia w biznesie na własną rękę. Ale ponieważ firma była cały czas obecna w domu, od wielu lat, ostatecznie uległam presji i weszłam do niej.

To była presja rodziny?

Karina: Bardziej otoczenia niż rodziny, przyjaciół ze studiów.

Dorota: Nawet konsul generalny Polski w Chicago przekonywał ją, że powinna wejść do rodzinnego biznesu, bo to naturalne i oczywiste. Ukończyła marketing i zarządzanie na Uniwersytecie Jagiellońskim, specjalizację zarządzanie firmą, potem jeszcze prawo gospodarcze na Uniwersytecie Ekonomicznym w Krakowie.

Karina: Tak, ale miałam ambicje sprawdzenia się gdzie indziej. Chciałam nabrać nowych doświadczeń i ewentualnie przenieść je do firmy.

A jak jest teraz?

Karina: Jestem bardzo zadowolona. Innej opcji już nie ma. Tyle ciekawych rzeczy się dzieje, mam mnóstwo kontaktów. Ta praca mnie pochłania.

Dorota: Na początku, w domu przy kolacji na przykład, Karina wzdychała: „Czy wy nie możecie o czymś innym rozmawiać? Wciąż tylko o pracy!”

Kiedy przyszła do firmy, myśmy już nie chcieli w domu rozmawiać o zawodowych sprawach, zostawialiśmy problemy za progiem, a ona zaczynała: „No bo dzisiaj...”

Karina: Dlatego dość szybko wyprowadziłam się od rodziców, bo wspólne przebywanie i w domu, i w firmie stałoby się dość trudne. *(śmiech)*

Dorota: Na początku nie wiedzieliśmy, czy psychicznie wytrzyma tyle obciążeń. Zaczęła się duża odpowiedzialność za to, co się robi. Karina przejęła dużo pozytywnych cech w zakresie wyciągania wniosków, analiz, oceny sytuacji. Robi to bardzo poprawnie.



KRZYSZTOF SKIBA, PREZES ZARZĄDU SKOFF, W CZASIE TEGOROCZNEGO CHARYTATYWNEGO POKAZU MODY W BIELSKIM CENTRUM KULTURY

Karina: To rodzinny biznes, każdy pracuje na siebie, ale też dla wspólnego dobra. Widzę, ile pracy włożyli rodzice w rozwój tej firmy. Tutaj zresztą nie myśli się kategoriami rodziny, lecz środowiska biznesowego. Kiedy jesteśmy na spotkaniach, nie istnieją dla mnie mama i tata, lecz szef i szefowa. Zwracam się oficjalnie do pana prezesa i pani prezes.

Dorota: To profesjonalne podejście i tak być musi. Nie wyobrażam sobie familiarności w kontaktach zawodowych. Oczekiwania w stosunku do osób najbliższych muszą być zdecydowanie wyższe niż do innych. Mamy dawać przykład, być wzorem profesjonalizmu i zaangażowania.

Proszę opowiedzieć o początkach SKOFF-u.

Dorota: Firma istnieje już 17 lat. Powstała, jak wspomniałam, 1 marca 1997 roku. Założył ją mój mąż, Krzysztof Skiba, który wyznaje zasadę, że wszystko trzeba robić z pasją. Jego pasjonowało budowanie firmy od podstaw.

Dlaczego w tej branży? Czy dlatego, że już była obecna w Czechowicach-Dziedzicach?

Dorota: Poniekąd tak. Mąż pracował wcześniej w Fabryce Sprzętu Elektrotechnicznego Kontakt. Z techniką i elek-

FOT. ROMAN ANUSIEWICZ



RUEDA, FRAGMENT OPRAWY OŚWIETLENIOWEJ DO PODŚWIETLANIA SCHODÓW, CIĄGÓW KOMUNIKACYJNYCH I WITRYN MEBLOWYCH; SOLIDNA KONSTRUKCJA, NIEWIELKIE ZUŻYCIE ENERGII

trotechniką miał do czynienia od początku swojej kariery zawodowej. Później jego zainteresowania skierowały się w stronę designu.

A kiedy pani dołączyła?

Dorota: Ja też pracowałam w Kontakcie, a potem dość szybko doszłam do SKOFF-u jako współnik. Z Kontaktem związanych było wiele czechowickich rodzin. Pracował w niej również mój ojciec jako szef działu planowania. Nasza własna firma zaczęła od produkcji w wynajmowanych pomieszczeniach. Po kilku latach, kiedy SKOFF osiągnął już pewien poziom, doszliśmy do wniosku, że musimy zacząć robić produkty, które zdecydowanie będą różniły się od tego, co powszechnie panowało wówczas na rynku. Mój mąż postanowił narzucić rynkowi swój styl.

To była ambitna i odważna decyzja.

Dorota: Budowanie marki zawsze niesie ze sobą ryzyko. Ale nam się udało. Nasze produkty wyróżniają się na rynku designem i jakością. Kierunki rozwoju i nowe wzory to domena mojego męża. On kreuje nowe rozwiązania.

Karina: Stworzenie marki i utrzymanie jej na rynku to nie-samowicie trudne zadanie. Tym bardziej jesteśmy dumni, że obecnie jako jedna z niewielu już firm produkcyjnych w Polsce kreujemy i produkujemy sprzęt oświetleniowy. W Castoramie nasze produkty są sprzedawane od 13 lat. Jesteśmy w potężnych grupach handlowych w Niemczech, Francji, Anglii. Znaleźć nas można na całym świecie, od USA, Kana-



DOROTA SKIBA I JEJ MĄŻ KRZYSZTOF SKIBA WYSTĄPILI W STYCZNIU 2014 W POKAZIE MODY LUDZI WIELKIEGO SERCA NA RZECZ WYCHOWANKÓW DOMU DZIECKA W BIELSKU-BIAŁEJ

FOT. ROMAN ANUSIEWICZ

dy i Australii – po kraje skandynawskie i rynki wschodzące. Wystawiamy się też na targach w Las Vegas, Toronto, Miami, w Europie i na targach krajowych. Nie ma poważnej imprezy branżowej na świecie bez naszego udziału.

Dorota: Przykładamy również wielką wagę do bezpieczeństwa i ponadczasowego wyglądu produktów. Jesteśmy świadomi, że w oświetleniu wnętrz liczą się takie czynniki, jak funkcjonalność, ekonomia użytkowania (oszczędność energii), czyli najnowsze technologie w świecie światła. Możemy się pochwalić, że SKOFF dostarcza nowatorskie produkty oświetleniowe.

Powinienem to pytanie zadać na początku: co oznacza SKOFF?

Karina: To skrót od nazwiska i imienia założyciela, z dodatkową literką „f” na końcu. W czasach, kiedy ta nazwa powstawała, nikt się specjalnie nie zastanawiał, jak będzie odbierana. Z czasem okazało się, że był to strzał w dziesiątkę. Łatwa do wymówienia i zapamiętania, bez dodatkowych znaczków zmniejszających, które utrudniałyby wymowę cudzoziemcom. Teraz to nazwa marki.

Dorota: Co więcej, wiele osób uważa, że nasz brand ma powiązania z kapitałem zagranicznym, bo brzmi światowo. Bardzo dobrze odczytuje się na przykład na rynku niemieckim.

Rynek wymaga od was bezustannego tworzenia nowości?

Dorota: Stare powiedzenie mówi, że kto się zatrzymuje, ten wypada. Parę lat temu w naszej branży panowała opinia, że nowy produkt gwarantuje dwa lata względnego spokoju. Dla złapania oddechu, przeanalizowania sytuacji na rynku i pracy nad kolejnym produktem. Dzisiaj ów okres względnego spokoju skrócił się od 3-6 miesięcy. Podobnie jak w branży komputerów, samochodów czy telefonów komórkowych. Presja na wprowadzanie nowości jest olbrzymia. Taki jest współczesny rynek.

Czy popyt na sprzęt oświetleniowy zostanie kiedyś zaspokojony?

Dorota: Na szczęście nie. Ciągłe przecież coś się buduje i modernizuje. Zmiana techniki oświetleniowej z tradycyjnej na LED-ową spowodowała inne podejście do projektowania wnętrz, rozmieszczenia źródeł światła, ich natężenia i barwy, aranżacji i gry światłem. To umożliwia ciągłą ewolucję produktów. Jesteśmy na początkowym etapie tej drogi. Dość powiedzieć, że światowe koncerny nie wprowadziły jeszcze jednakowych standardów dotyczących oświetlenia LED-owego. Firmy tworzą własne rozwiązania, starają się wyróżnić, powstają dopiero przepisy dotyczące parametrów tego oświetlenia, wpływu na środowisko i nasze zdrowie. Jeszcze długa droga przed nami, nim nowe techniki oświetleniowe całkowicie zastąpią tradycyjną żarówkę w kontekście światła przyjaznego dla użytkownika.

A co robicie w czasie wolnym, poza firmą?

Dorota: Dużo jeździmy po świecie. Interesuję się szeroko



JEDEN Z PRODUKTÓW SKOFF, PRESTIŻOWA LAMPY Z SERII MODERNO ELISSE. SZLACHETNE MATERIAŁY I ZAAWANSOWANA TECHNOLOGIA LED ZAPEWNIĄJĄ ENERGOOSZCZĘDNE I EFEKTYWNE WYKORZYSTANIE ŚWIATEŁ, DAJĄC JEDNOCZEŚNIE MOŻLIWOŚĆ TWORZENIA NIEZWYKŁYCH ARANŻACJI

pojętymi trendami w modzie. Poza tym lubię zajmować się ogrodem, bo to i pasja, i sposób na odreagowanie problemów. Kochamy też z mężem taniec. Przez 10 lat tańczyliśmy taniec towarzyski. Zaraziła nas córka, która tańczyła w klubie.

Karina: Ten zapał do tańca przełożył się na nazwy naszych produktów. W czasie weekendów wyjeżdżam z mężem, który jest nauczycielem tańca towarzyskiego, na turnieje. To zupełnie inny świat i także metoda na odreagowanie od problemów firmowych. Mamy świadomość, że to konieczne, bo nie da się żyć cały czas sprawami firmy.

Dorota: A kiedy zdarzy się moment, że zastanawiamy się, co zrobić z wolnym czasem, wpada do nas Lucynka Grabowska, organizatorka konkursów piękności, i proponuje nam na przykład udział w charytatywnym pokazie mody. Nie odżegnujemy się od udziału w imprezach społecznych. Żyjemy w tym regionie i chcemy czynnie wpływać na jego rozwój, pomagać ludziom.

Czy zarząd jest zadowolony z zespołu, z którym pracuje?

Dorota: O tak, bez wątpienia. Mamy szczęście do ludzi, są znakomici. Jesteśmy zgranym zespołem. Niektórzy pracują z nami od początku istnienia firmy.

Dziękuję za rozmowę i – powodzenia!

ROZMAWIAŁ STANISŁAW BUBIN

Sztuka ożywiająca jak kawa



Kalendarz Lavazza, obok kalendarza Pirelli, jest jednym z najbardziej znanych gadżetów, doceniających i promujących doskonałą fotografię. Z roku na rok przyciąga uwagę rosnącej grupy kolekcjonerów. Premiera Kalendarza Lavazza 2014 była znowu wielkim wydarzeniem w świecie fotografii artystycznej. 22. edycja kalendarza nosiła tytuł *Inspiring Chefs*, a zdjęcia w niej zawarte przedstawiają słynnych szefów kuchni. Na fotografiach znaleźli się m.in. Ferran i Albert Adria, Michel Bras, Massimo Bottura, Antonino Cannavacciuolo, Carlo Cracco i Davide Oldani.

Lavazza nieustannie stara się wyszukiwać nowe sposoby odkrywania relacji między jej głównym motywem (kawą) a obrazem. Podstawowym tematem kalendarzy jest zawsze włoski styl życia, a także ukazywanie różnych aspektów i niuansów kultury. Co roku do współpracy zapraszani są światowej sławy fotograficy, którzy sami w roku 2012 z okazji 20-lecia kalendarza byli bohaterami kolejnych miesięcy. Swoje prace przedstawili m.in. Helmut Newton, Ellen von Unwerth, Ferdinando Scianna, Albert Watson, David LaChapelle, Jean-Baptiste Mondino, Annie Leibovitz i Eugenio Recuenco. Ich zdjęcia można zobaczyć na stronie www.20calendars.lavazza.com. Wyjątkiem był kalendarz na rok 2013. Do współpracy zaproszono wówczas twórców, którzy swoje dzieła wystawiają w mediach społecznościowych. Ten projekt nazywał się *Lavazza Opera Viva 2013*.

W Polsce współpraca Mokate i Lavazzy trwa od stycznia 2011 roku. Wtedy to polska firma została autoryzowanym dystrybutorem włoskiego producenta kawy. Obie firmy łączą nie tylko kontakty handlowe – wspólna jest również fascynacja kawą i sztuką z nią związaną.



– Od lat promujemy na polskim rynku włoski styl picia kawy – mówi **SYLWIA MOKRYSZ** z Zarządu Mokate.
– Doskonale wpisuje się w to Kalendarz Lavazza, wydawany już od ponad 20 lat i angażujący tak wielu sławnych fotografów, którzy tworzą dzieła niepowtarzalne, zapadające w pamięć. Obrazy zawarte w kalendarzu przypominają i utrwalają czar doskonałej kawy Lavazza.

Autorem wspaniałych zdjęć do Kalendarza Lavazza 2014 był niemiecki fotograf **MARTIN SCHOELLER**, urodzony w 1968 roku w Monachium, od wielu lat pracujący w Nowym Jorku. W latach 1993-1996 był asystentem Annie Leibovitz, a od 1999 roku fotografuje dla magazynu *The New Yorker*. Zasłynął serią portretów celebrytów, których fotografował szerokokątnym obiektywem z niewielkiej odległości. Shoeller ma już na koncie ponad 25 znaczących nagród i 12 wystaw indywidualnych w światowej sławy galeriach. Jest również autorem czterech wydawnictw albumowych.





TERESA MOKRYSZ WŚRÓD 50 NAJBARDZIEJ WPŁYWOWYCH KOBIET W POLSCE

Miesięcznik *Home & Market* w lutowym numerze opublikował po raz kolejny ranking „50 najbardziej wpływowych kobiet w Polsce”. TERESA MOKRYSZ, założycielka firmy Mokate, została w nim wymieniona na 22. miejscu. Z roku na rok umacnia swoją pozycję w tym rankingu (w 2013 roku była na miejscu 34). Gratulujemy!

Teresa Mokrysz kieruje grupą 8 firm Mokate, obejmującą fabryki w kraju i za granicą, zatrudniającą blisko 1,5 tys. osób. Stworzyła markę Mokate i kontynuuje tradycje biznesowe trzech pokoleń rodziny Mokryszów. W 2000 roku obdarzona została tytułem Najbardziej Przedsiębiorczej Kobiety Świata przez amerykańskie stowarzyszenie liderów biznesu.

Studia wyższe ukończyła na Akademii Ekonomicznej w Katowicach, uzyskując dyplom magistra ekonomii. Pierwszą praktykę zawodową zapewniła jej praca w Wydziale Gospodarki Terenowej UM w Ustroń. Mąż Kazimierz w tym czasie prowadził własny zakład materiałów budowlanych, produkował też i słone paluszki i galaretki. Była to kontynuacja rzemieślniczej tradycji Mokryszów, trwającej od 1900 roku. W 1989 roku Teresa Mokrysz zmieniła zajęcie, rezygnując z urzędniczej

kariery, i przejęła od męża firmę. Zarejestrowała ją pod nazwą Mokate, zachowując w nazwie pierwsze litery od nazwiska i imion małżonka i swojego. Zmieniła też branżę. Zaczęła od śmietanki do kawy, potem przyszedł czas na wielką przygodę z cappuccino. Nieznane w Polsce produkty wkrótce podbiły rynek. Stworzyła jedną z najbardziej rozpoznawalnych na świecie polskich marek, przekształcając niewielką rodzinną firmę w kawowe i herbaciane imperium. Od podstaw wybudowała dwa kombinaty produkcyjne na Śląsku, trzeci (pod Pragą) rozbudowała, wdrożyła pionierską technologię wytwarzania półproduktów dla przemysłu spożywczego, ponad połowę produkcji z powodzeniem sprzedaje na wszystkich kontynentach. Czwartą z rzędu kadencję uczestniczy w pracach Rady Nadzorczej BRE Banku, wnosząc swe biznesowe doświadczenie w świat finansów.

Teresa Mokrysz od lat zaangażowana jest w promowanie polskiej gospodarki. Temu celowi służą jej osobiste kontakty, a ponadto udział w Polskiej Radzie Biznesu i współdziałanie z resortami gospodarczymi i placówkami dyplomatycznymi za granicą. Władze doceniły rezultaty tych prac, przyznając jej szereg wysokich odznaczeń. W 2005 została odznaczona Krzyżem Komandorskim Orderu Odrodzenia Polski, a w 2013 – Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski.

W rzadkich wolnych chwilach uprawia narciarstwo. Lubi książki, zwłaszcza pamiętniki. Sporo podróżuje po świecie, głównie w sprawach zawodowych. Ma dwójkę dorosłych dzieci, Sylwię i Adama, czynnie uczestniczących w zarządzaniu grupą firm. Nigdy nie rozstała się ze Śląskiem Cieszyńskim, gdzie nadal mieszka z rodziną.

STWORZONE W POLSCE

Należąca do Mokate herbaciana marka Loyd otrzymała po raz drugi statuetkę Superbrands Created in Poland - tym razem w edycji 2013/2014. Nagroda ta przeznaczona jest wyłącznie dla marek, które powstały w Polsce. Gala Finałowa Superbrands odbędzie się w maju 2014 w Officio Primo w Warszawie. Statuetki i dyplomy organizacji Superbrands są przyznawane głosami członków Rady Marek i na podstawie badania konsumenckiego na niespotykanej dotychczas w Polsce próbie aż 15 000 respondentów. Przy ocenie marek są brane pod uwagę m.in. wysoka rozpoznawalność i dobry wizerunek marki zarówno wśród konsumentów, jak i w ocenie ekspertów. Ambasadorką marki Loyd jest Justyna Steczkowska.



BYŁO, NIE MINĘŁO



PROWADZONY PRZES BEATĄ BOROWSKĄ CHÓR NALEŻY DO NAJLEPSZYCH W KRAJU

GALA IKARÓW W DOMU MUZYKI

Beata Przybytek, wokalistka jazzowa, i Beata Borowska, dyrygentka Bielskiego Chóru Kameralnego, otrzymały w sobotę 11 stycznia statuetki Ikarów 2013 za szczególne osiągnięcia w dziedzinie kultury i sztuki. Gala odbyła się w Domu Muzyki Bielskiego Centrum Kultury, a nagrody (przyznane po raz 21.) wręczył prezydent miasta, Jacek Krywult. Ikar 2013 dla Beaty Przybytek spotkał się ze szczególnym aplauzem publiczności. W ub.r. zdobyła I miejsce na 29. Międzynarodowych Spotkaniach Wokalistów Jazzowych w Zamościu.

Była gwiazdą Jazz Jamboree, Bielskiej Zadymki Jazzowej, Międzynarodowych Głogowskich Spotkań Jazzowych, Zakopiańskiej Wiosny Jazzowej, a także festiwali w Rumunii, Słowacji i Francji. Otrzymała także Mateusza Trójki 2013, prestiżową nagrodę muzyczną III Programu Polskiego Radia, za „pełną uroku, pomysłów kompozycyjnych i jazzowego nastroju” płytę „I'm Gonna Rock You”. Beata Przybytek jest nie tylko wokalistką, lecz także pianistką i kompozytorką, absolwentką, a obecnie pedagogiem Instytutu Jazzu Akademii Muzycznej im. Karola Szymanowskiego w Katowicach.

Z kolei Beata Borowska, także absolwentka Akademii Muzycznej w Katowicach, jest adiunktem Katedry Chóralistyki w tejże uczelni. Założony przez nią w 1993 roku Bielski Chór Kameralny zaliczany jest od 20 lat do najlepszych w kraju. Zdobył mnóstwo nagród i wyróżnień krajowych i zagranicznych. Wykonuje utwory religijne i świeckie od renesansu po współczesność.

Więcej na stronie www.ladysclub-magazyn.pl



BEATA PRZYBYTEK W OTOCZENIU WYRÓŻNIONYCH I NOMINOWANYCH DO IKARA. Z PRAWY PREZYDENT MIASTA, JACEK KRYWULT



FOT. RYSZARD BUDNIAK

ROSYJSKI WIECZÓR W ZABRZU

W sobotni wieczór 18 stycznia w restauracji Floriańska w Zabrze odbył się Rosyjski Wieczór. Jego uczestnikami byli nie tylko Polacy, ale też licznie przybyli Rosjanie. Ponad 150 osób przy kuchni i muzyce rosyjskiej obejrzało m.in. pokaz mody i wysłuchało koncertu Jasmin, artystki z Sankt Petersburga. Odpowiedni klimat tworzył też Alexandr Maceradi, Rosjanin mieszkający na Śląsku, wykonawca romansów i ballad. Chór studencki Sojuz z Instytutu Filologii Wschodniosłowiańskiej UŚ śpiewał „Oczy czarne”, „Katusz” i „Oj moroz, moroz”. Na stołach królowały bliny, pielmieni, rybna solianka, ogórki i kwas chlebowy. Atrakcją wieczoru był też konkurs z nagrodami. Zebrane w trakcie imprezy pieniądze zostaną przeznaczone na zakup artykułów potrzebnych małym pacjentom Górnośląskiego Centrum Zdrowia Dziecka w Katowicach-Ligocie.

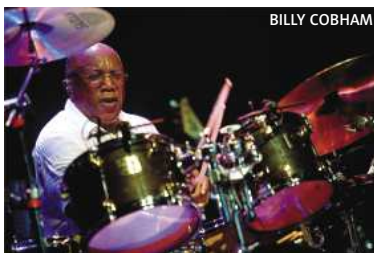
JOLANTA MARIA BUDNIAK

PRUDENTIAL W BIELSKU-BIAŁEJ

Po Warszawie, Gdańsku, Katowicach, Poznaniu, Wrocławiu, Krakowie, Łodzi i Szczecinie brytyjska firma ubezpieczeniowa Prudential otworzyła kolejny oddział, tym razem w Bielsku-Białej. Stało się to w piątek 14 lutego. Prudential jest towarzystwem z przedwojennymi tradycjami w Polsce. Na polski rynek ubezpieczeń na życie i oszczędności firma powróciła w marcu 2013 r. Deklaruje rozwój działalności w aglomeracji bielskiej i zaprasza do współpracy około 90 przyszłych konsultantów ubezpieczeniowych, kierując swoją ofertą dodatkowej aktywności zawodowej m.in. do nauczycieli. – Skąd pomysł na aktywizację nauczycieli? Poczucie misji, na pewno. Do tego sieć kontaktów i możliwość pracy w niepełnym wymiarze godzin. Doradztwo w finansach, w tym w planowaniu przyszłości, może stanowić dobry sposób na aktywizację tej grupy zawodowej. Prudential kieruje swoją ofertą do wszystkich, dla których empatia i możliwość elastycznego kształtowania czasu pracy stanowią dużą wartość dodaną. Jeszcze w tym roku chcemy pozyskać do współpracy ok. 30 konsultantów z Bielska-Białej i okolic. Dla wszystkich planujemy szkolenia, co dla miasta oznacza zasilenie rynku pracy w osoby z umiejętnościami sprzedażowymi i wiedzą niezbędną do prowadzenia własnej działalności gospodarczej – powiedział Robert Zagata, dyrektor ds. sieci sprzedaży agencyjnej. Nowy oddział Prudentialu ulokował się na pl. Wolności 9 w Bielsku-Białej.

Więcej na stronie www.prudential.pl





BILLY COBHAM



ABDULLAH IBRAHIM



PAT MARTINO



WOJCIECH MYRCZEK

WIOSENNA ZADYMKA JAZZOWA

Kiedy 18 lutego w ogrodach na Podbeskidziu zakwitły przebiśniegi, zaczęła się 16. Bielska Zadymka Jazzowa. Koncerty wybitnych wokalistek Dianne Reeves (cztery nagrody Grammy!) i Lizz Wright oraz legendarnego pianisty Abdullaha Ibrahima były najważniejszymi wydarzeniami tegorocznej Zadymki. Lecz dla miłośników jazzu każdy wieczór był fantastyczny. Po raz pierwszy festiwal zaczął się w MDK w Czechowicach-Dziedzicach, gdzie ma siedzibę sponsor tytularny Lotos Jazz Festival. Gwiazdą wieczoru było The Trio of Oz, utworzone przez perkusistę Omara Hakima, pianistkę Rachel Z. i kontrabasistę Solomona Dorsey'a. Wieczór w Czechowicach-Dziedzicach uświetnił też duet utalentowanego wokalisty Wojciecha Myrczka (syna Adama, aktora bielskiego Teatru Polskiego) i pianisty Pawła Tomaszewskiego. Do znakomitych gości festiwalu należeli również perkusista Billy Cobham z nową odsłoną swojego znakomitego zespołu Spectrum, trio gitarzysty Pata Martino, saksofonista Miguel Zenón, brytyjska formacja Incognito pod wodzą gitarzysty i kompozytora Jean-Paula „Blueya” Maunicka i polski zespół String Connection. W schronisku na Szyndzielni po raz pierwszy w Polsce wystąpiła charyzmatyczna wokalistka z Albanii Elina Duni. Festiwal trwał 6 dni, w tym czasie odbyło się 12 koncertów programu głównego, 5 koncertów z cyklu Polski Jazz, kilkanaście prezentacji w ramach Sceny Klubowej i Festiwalowej Sceny Promocji oraz wystawa prac wybitnego malarza i plakacisty Rafała Olbińskiego, który zaprojektował plakat tegorocznej Zadymki, zorganizowanej jak zawsze przez Stowarzyszenie Sztuka Teatr.

Więcej na www.zadymka.pl



THE TRIO OF OZ



LIZZ WRIGHT

SŁUPY OGNI W DWORKU

W podziemiach Dworku New Restaurant w Bielsku-Białej odbył się kolejny wykład Mirka Drewniaka, tym razem pod tytułem „Alkohol w kuchni”. I alkohol rzeczywiście był, m.in. wódka z trzciny cukrowej, anyżówka, żubrówka, wino, brandy. Mistrz kuchni pokazał licznie zgromadzonym smakoszom, jak znakomicie i ze smakiem można wykorzystać do potraw rozmaite alkohole. Mirek Drewniak nie tylko smakowicie mówił, ale też przyrządzał, flambiował i pozwalał degustować. W ciągu niespełna dwóch godzin przygotował przepyszne danie wegetariańskie w stylu orientalnym, a dokładniej – tajskim (podlane trzcinówką), krewetki królewskie, że palce lizać (z nutą anyżu) i garścią świeżej kolendry, strogonoffa z pasków mięsa wołowego, zlanego żubrówką i podanego z delikatnymi placuszkami i grzybami leśnymi, a na deser smażone na klarowanym maśle banany, podlane winem i skropione sosem odparowanym z... coli.

Więcej zdjęć na www.ladysclub-magazyn.pl



3 X KOBIECOŚĆ

W czasach, kiedy luksus stał się dobrem powszechnie dostępnym, największym luksusem jest czas, jaki poświęcamy sobie. Czas na zadbanie o swoje ciało, na poświęcenie kilku minut, aby pomalować usta czy wypić filiżankę herbaty z najlepszą przyjaciółką. W School of Art Visage w Bielsku-Białej 30 stycznia odbyły się warsztaty „3 x kobiecość”. Poprowadziła je Beata Bojda, kosmetyczka, makijażystka i stylistka od 17 lat pracująca z kobietami.





CHARYTATYWNY POKAZ MODY

25 stycznia w Domu Muzyki Bielskiego Centrum Kultury odbył się 11. Charytatywny Pokaz Mody Ludzi Wielkiego Serca z udziałem 49 znanych bielszczan: lekarzy, polityków, biznesmenów, restauratorów, dziennikarzy, artystów teatru, samorządowców, ludzi kultury. Dochód z imprezy, 24.500 zł, przeznaczony zostanie na letni wypoczynek dla wychowanków Domu Dziecka w Bielsku-Białej. W trakcie pokazu zaprezentowane zostały kolekcje Styl Studio Vena Jadwigi Stachury, MDM Moda Damska, Moda Męska Gabrieli Kowalewskiej, Salonu Ślubnego Gracja Janiny Wawrzynek, Modern & Clasic Collection Barbary Slopek i firmy Wójcik Barbary Marszałek. W koncercie zaśpiewały Katarzyna Kwaśny i Eliza Kania, układ taneczno-akrobatyczny zaprezentowała Maja Ostrowicka z klubu Pasja, zatańczyli Julia Wójcicka i Nikodem Główka ze Szkoły Tańca Cubana. Urodą i wdziękiem olśniewały modelki agencji Grabowska Models: Klaudia Blaut, Barbara Copija, Agnieszka Górniewicz, Joanna Grzybowska, Sara Karcz, Klaudia Kucharska, Katarzyna Kwaśny, Paulina Maślanka, Izabela Śmietana, Anna Urbaczka i Monika Walkarz. Imprezę poprowadzili Lucyna Grabowska-Górecka i Sebastian Wątroba („W-11”). Fryzury i makijaże wykonały Małgorzata Morańska z Trendy Hair Fashion i Beata Bojda ze School of Art Visage, makijaże modelek Ewelina Łakomik. Sponsorami imprezy były firmy: Jantar, Douglas, Colet, Zepter, Ciachomania, Pałac Kotulińskich, Dermika Salon & Spa, Helios, Blanca Baby, Axiom, SKOFF, Tchibo, Społem, Loman, Dworek New Restaurant, Surex. Zgodnie z tradycją czek z uzbieraną przez bielszczan kwotą dyrektorowi Domu Dziecka, Andrzejowi Michalskiemu, wręczył prezydent Bielska-Białej, Jacek Krywult. Miasto jest patronem corocznych pokazów charytatywnych w BCK. Jednym z patronów medialnych był magazyn *Lady's Club*.



FOT. ROMAN ANUSIEWICZ



ARCHITEKCI WNĘTRZ DLA MARBETU

Studenci bielskiego „Tyszkiewicza” po raz kolejny zaprezentowali swoje umiejętności twórcze, tym razem w konkursie architektonicznym dla Marbetu. Konkurs przeprowadzony został w oparciu o dostępne produkty Marbet Style (meble) i Marbet Design (sztukaterie). – Świeże spojrzenie na design jest dla nas ważne, dlatego chętnie podjęliśmy współpracę z Bielską Wyższą Szkołą im. J. Tyszkiewicza – powiedział Włodzimierz Mysłowski, przewodniczący rady nadzorczej Marbetu. Rektor uczelni, Jerzy Chrystowski, stwierdził: – Wysoko sobie cenimy życzliwość i możliwości, jakie otworzyła współpraca z Marbetem.



KONKURS OTWORZYLI EWA MADOŃ, PROREKTOR BIELSKIEJ WYŻSZEJ SZKOŁY IM. J. TYSZKIEWICZA, I REKTOR JERZY CHRYSZTOWSKI

Studenci Architektury Wnętrz mogli dzięki konkursowi doskonalić swoje

praktyczne umiejętności. Zwycięzców konkursu poznaliśmy 8 lutego. W siedzibie uczelni zebrało się 7-osobowe jury, złożone z nauczycieli akademickich i przedstawicieli firmy Marbet. W kategorii wnętrze mieszkalne zwyciężyła Kamila Szemik. W kategorii wnętrze użyteczności publicznej Daria Mikołajek. Wyróżnienia otrzymali Dariusz Jończy w kategorii wnętrze mieszkalne i Anna Romik w kategorii wnętrze użyteczności publicznej. Dodatkowo na wniosek organizatora wyróżnieni zostali Agata Tomczyk i Mateusz Jarco.



ANDRZEJ ZGIERSKI, PREZES MARBETU, LIDIA KOWALSKA-GETLER, MANAGER DZIAŁU ROZWOJU BIZNESU I WYKŁADOWCY ARCHITEKTURY WNĘTRZ UWAŻNIE DOKONYWALI WYBORU NAJLEPSZYCH PRAC



Muzeum Historyczne w Bielsku-Białej
zaprasza na wystawę malarstwa

Pola Minster

Kobieta zmienną jest...



Wystawa obrazów chorzowskiej artystki Marzeny Naliwajko, tworzącej pod pseudonimem Pola Minster. Twórczość Poli Minster jest głęboko osadzona w tematyce ludzkiej egzystencji, malarka portretuje los człowieka poprzez wątek życia kobiety, począwszy od narodzin, przez dorastanie, w końcu po dojrzałość.

marzec — kwiecień 2014
ZAPRASZAMY

MB Muzeum Historyczne w Bielsku-Białej
Zamek książąt Sułkowskich, ul. Wzgórze 16

Uwaga, konkurs!

Do wygrania praca Poli Minster.

Szczegóły i regulamin konkursu znajdują Państwo w „Wystawniku” nr 2 (11)/2014 oraz na stronie internetowej www.muzeum.bielsko.pl

JAK BUDOWAĆ ZESPÓŁ PO ERZE PAINTBALLA



PRACA ZESPOŁOWA TO POJĘCIE SZEROKIE I DLA KAŻDEGO ZNACZY COŚ INNEGO. OKREŚLENIA „ZESPÓŁ” I „PRACA ZESPOŁOWA” W JĘZYKU POLSKIM NIE MAJĄ TAKIEGO ŁADUNKU ZNACZENIOWEGO, JAK „TEAM” I „TEAMWORK” W JĘZYKU ANGIELSKIM. NIEMNIEJ BEZ WZGLĘDU NA ZNACZENIE JĘZYKOWE, ZESPÓŁ POWINIEN BYĆ EFEKTYWNY I SPÓJNY. ALE CO TO NAPRAWDĘ ZNACZY?

Zbudowanie spójnego i skutecznego zespołu to zadanie jednocześnie i łatwe, i trudne. Nie wymagające posiadania jakiegś szczególnie skomplikowanej wiedzy. Wymagające natomiast wiedzy PEWNEJ (a jednak!), przede wszystkim zaś odwagi i konsekwencji. I to głównie ze strony lidera zespołu.

Nasze czasy to powszechny, łatwy i szybki dostęp do informacji. Dostęp do informacji to również dostęp do wiedzy i technologii. Do niedawna wiedza i technologia mogły stanowić główną i często wystarczającą bazę do budowania pozycji firmy na rynku. Powstała jednak teza, że potencjał firmy to już nie tylko to, co robimy świetnie. Prawdziwy potencjał leży w tym, co robimy tak sobie lub czego nie robimy wcale. Idąc tym tokiem myślenia dochodzę do przekonania, że głównym potencjałem większości firm są spójne zespoły. I jest to potencjał, który z różnych przyczyn często nie jest wykorzystywany. Czasem po prostu liderzy nie wiedzą, jak się do tego w sensowny sposób zabrać.

Gdy przeanalizujemy wyniki firm utrzymujących długotrwałą przewagę konkurencyjną, znajdziemy w wielu z nich wspólny mianownik, którym są spójne i względnie stabilne zespoły. Zespoły mówiące jednym głosem. W praktyce często jednak obserwujemy w firmach menadżerów, którzy – każdy z osobna – są świetnymi specjalistami, lecz nie potrafią porozumieć się między sobą. Prowadzą politykę podjazdów, walczą o wpływy, budżet i pracowników. Ich energia, zamiast iść w kierunku tworzenia wartości dodanej w organizacji, jest marnotrawiona na destrukcyjne rozgrywki wewnętrzne.

Usłyszałam niedawno od szefa jednej z firm takie słowa: „Wiesz, wszyscy powtarzają mi, że moi menadżerowie to świetni specjaliści. Zgadza się. Problem polega na tym, że ci ludzie najzwyczajniej nie potrafią bądź nie chcą ze sobą, z różnych przyczyn, współpracować. Pozostają więc zbiorem wybitnych jednostek, ale nie stanowią zespołu”.

Ta refleksja dość dobrze opisuje sytuację, którą można zaobserwować w wielu organizacjach.

Żeby zbudować zdrowy, efektywny zespół, potrzebny jest lider, który będzie miał odwagę, dyscyplinę i energię emocjonalną do wprowadzania zmian. Gdy ludzie zaczynają działać razem, odsuwają na bok własne potrzeby. Pracują dla dobra całego zespołu. Wtedy właśnie pojawia się efekt synergii, czyli sytuacja, w której osiągnane wyniki przekraczają prostą sumę pracy każdego z członków zespołu. Dzieje się tak dlatego, że zostają wyeliminowane polityka i brak wspólnego punktu widzenia, które są plagą wielu organizacji. Praca zespołowa daje ludziom poczucie więzi i przynależności do czegoś wyjątkowego. To ich motywuje i inspiruje.

Co natomiast najczęściej doskwiera i czego brakuje w zespołach, które przechodzą trudności? Są to przede wszystkim:

BRAK ZAUFANIA

dla porównania – członkowie efektywnych zespołów ufają sobie, są otwarci, nie obawiają się dyskutować i okazywać słabości. Nie kalkulują i nie stosują barier ochronnych.

STRACH PRZED KONFLIKTEM

dla porównania – członkowie efektywnych zespołów nie obawiają się toczyć gorących dyskusji dotyczących kwestii

kluczowych dla osiągnięcia przez firmę sukcesów. Potrafią nie zgadzać się ze sobą otwarcie i poddawać w wątpliwość inne punkty widzenia. Wszystko po to, żeby znaleźć najlepsze rozwiązanie.

BRAK ZAANGAŻOWANIA

dla porównania – członkowie zespołu zaangażowani w szukanie rozwiązań są w stanie osiągnąć konsensus nawet jeśli na początku mieli zupełnie inne zdania. Bo wiedzą, że nic nie zostało zamiecione pod dywan. W atmosferze otwartości dyskutują i znajdują najlepsze rozwiązanie. Dlatego wychodzą ze spotkania z rozwiązaniem, które przyjął zespół, a oni przyjmują je za swoje.

UNIKANIE ODPOWIEDZIALNOŚCI

dla porównania – członkowie zespołu mają odwagę egzekwować od siebie wzajemnie przyjęte ustalenia. Nie pozostają bierni, widząc, że ktoś działa wbrew temu, co zostało przyjęte. Nie pozwalają sobie na myślenie: „W końcu to rola prezesa, żeby mu zwrócić uwagę; ja robię swoje”.

BRAK PRZYWIĄZANIA WAGI DO CELU ZESPOŁU

dla porównania – członkowie zespołu, którzy sobie ufają, angażują się w konstruktywny konflikt, nie unikają odpowiedzialności za podjęte decyzje i wymagają tego od innych, odłożą na bok indywidualne priorytety i skoncentrują się na wspólnym celu.

Podejmując decyzję o rozpoczęciu procesu budowania efektywnego zespołu należy wziąć pod uwagę, że nie wszyscy dotychczasowi członkowie zespołu muszą mieć ochotę brać udział w tworzeniu „nowej jakości”. Zdarza się, że osoby silnie nastawione na własne ego i karierę nie wejdą w ten proces. W rzeczywistości nie sprawdzają się zespoły tworzone z wybitnych jednostek, które jednak swój interes przedkładają nad zespół.

Podstawą pracy zespołowej jest ZAUFANIE. Zaufanie zależy od otwartości, która dla większości ludzi jest trudna. Trudno jest ludziom dorosłym mówić bez kalkulowania, co warto i można powiedzieć, a co lepiej zostawić dla siebie. Zaufanie jest podstawą prowadzenia przez zespół pełnej zaangażowania, żywej, a często i burzliwej dyskusji o ważnych kwestiach. Dyskusji merytorycznej, w czasie której wszystkie punkty widzenia i wątpliwości zostaną wypowiedziane na głos. Jak często uczestniczysz w takich dyskusjach? Dyskusjach, z których wychodzi się ze świadomością wyczerpania tematu i spójnego stanowiska, a nie z urazami i niewypowiedzianymi pretensjami?

W zespołach dysfunkcyjnych dyskusja, o ile występuje, ma inne podłoże, złożone z polityki, dumy i chęci konkutowania, a nie szukania najlepszego rozwiązania. Natomiast prawdziwe poglądy i emocje członkowie takiego zespołu wyrażają (jeśli w ogóle) w kulisach, w czasie przerwy lub po spotkaniu.

Jak więc uczyć się pracy zespołowej? Na początek warto zdiagnozować stan wyjściowy zespołu. Na rynku istnieje kilka odpowiednich do tego narzędzi. Najlepiej jednak będzie, z uwagi na oczywistą delikatność materii, jeśli badanie zostanie przeprowadzone przez niezależnego konsultanta,



PODSTAWĄ PRACY ZESPOŁOWEJ JEST ZAUFANIE. ZALEŻY ONO OD OTWARTOŚCI, KTÓRA DLA WIĘKSZOŚCI LUDZI JEST TRUDNA

dzięki czemu wyeliminowane zostaną ewentualne zastrzeżenia dotyczące obiektywizmu analizy. Po przedyskutowaniu wyników ankiety zaczyna się praca mająca na celu wypracowanie i wdrożenie w życie nowych zasad i wartości, a przez nie – nowej jakości zespołu.

Proces budowania zespołu w takim rozumieniu, jak wyżej, nazywa się *coachingiem zespołu* bądź z angielska *team coachingiem*. Jest to proces trwający kilka miesięcy, a jego przebieg od strony organizacyjnej i merytorycznej projektowany jest dla konkretnego zespołu w zależności od sytuacji, jaka w nim występuje.

Jeszcze parę lat firmy powszechnie stosowały coś, co nazywało się *team buildingiem* i sprowadzało do tego, że zabierano ludzi na weekend i organizowano im rozmaite zajęcia terenowe. Popularność tego typu wycieczek integracyjnych była ogromna. No bo czy mogło być coś bardziej integrującego pracowników (nawet tych najbardziej ze sobą skłóconych!) niż paintball i możliwość wspólnego „zastrzelenia” szefa, a następnie wspólnego wieczornego „uczczenia jego pamięci” przy barze?

Tylko że w poniedziałek następowały smutne powroty do firmowej rzeczywistości. Czy byliśmy już wtedy zespołem?

BEATA PIWOWARCZYK

Coach biznesowy, coach zespołów (ACC ICF) i doradca w dziedzinie zarządzania personelem. Praktyk Programowania Neurolingwistycznego. Ukończyła akredytowaną przez ICF Szkołę Team Coachingu (Coachways). Doświadczenia praktyczne zdobywała pracując przez ponad 16 lat zarówno w du-



żych korporacjach, gdzie odpowiadała za procesy HR, jak i w firmach konsultingowych. Przez 5 lat pełniła funkcję pełnomocnika zarządu w spółce branży farmaceutycznej, gdzie odpowiadała za politykę personalną firmy. Od 2007 prowadzi własną firmę Centrum Coachingu PROGRES. Jako coach pracuje głównie z klientami biznesowymi, a specjalizuje się w coachingu menadżerskim i coachingu zespołów. Absolwentka Uniwersytetu Śląskiego i Akademii Ekonomicznej w Katowicach. Ukończyła studia podyplomowe z zakresu zarządzania zasobami ludzkimi, psychologii w zarządzaniu oraz prawa pracy i ubezpieczeń społecznych.



KOBIETA SZCZĘŚLIWA



BEATA ZNAMIROWSKA-SOCZAWA

O NOWEJ PRZESTRZENI
DLA KOBIET
W BIELSKU-BIAŁEJ
ROZMAWIAJĄ
**BEATA ZNAMIROWSKA-
-SOCZAWA,**
DZIENNIKARKA,
AUTORKA KSIĄŻKI
„TERAZ MOGĘ WSZYSTKO”,
I **EWA TYSZKIEWICZ,**
MEDIATORKA,
TRENERKA GRUPOWA,
PRZEDSIĘBIORCA



EWA TYSZKIEWICZ

Beata Znamiorska-Soczawa: Mija rok od publikacji książki, którą napisałam z myślą o kobietach dojrzałych. Czas pokazał, że zainteresowały się nią czytelniczki w różnym wieku, ponieważ poruszałam w niej takie tematy, jak seks ludzi dojrzałych, zdrada, zazdrość. Spotykałam się w tym czasie z kobietami z różnych środowisk. To były specyficzne spotkania autorskie, rozmawialiśmy o wielu sprawach. I to zainspirowało mnie do dalszego działania.

Ewa Tyszkiewicz: Od pewnego czasu kiełkował w mojej głowie projekt utworzenia miejsca dla kobiet, w którym można by robić różne fajne rzeczy, wzajemnie się inspirować, rozwijać swoją kobiecość. Beatę poznałam w czasie bielskiego Kongresu Kobiet. Po przeczytaniu książki „Teraz mogę wszystko” doszłam do wniosku, że otwartość jej poglądów może rokować dobrą współpracę.

Beata: Gdy Ewa zaproponowała, żebyśmy zrobiły coś razem,

to tak, jakbym zerwała dojrzałe jabłko. Przez kilka lat prowadziłam w Katowicach galerię ezoteryczną. Chciałam wykorzystać swoje doświadczenia do stworzenia czegoś nowego dla kobiet poszukujących.

Ewa: Dla przestrzeni, którą stworzyliśmy, wymyśliłyśmy nazwę Kobieta Szczęśliwa. To jasne określenie tego, do czego dążymy. Aby każda pani, która do nas przyjdzie, znalazła coś, co wskaże jej nowe kierunki rozwoju kobiecości, seksualności, pomoże docenić i wykorzystać własną energię, pozwoli rozwinąć skrzydła, zaspokoi ciekawość. Poza tym to dosłowne tłumaczenie naszych imion: Ewa – kobieta, Beata – szczęśliwa.

Beata: Stworzoną przez nas przestrzeń kobiecą podzieliłyśmy na strefy:

Erotyka, Ezoteryka, Zdrowie, Kobieta Księgarnia, Bibeloty z duszą i dobrą energią. Będę się w tych strefach działać różne rzeczy. Niedawno ukazała się rewelacyjna książka „Wagina. Nowa biografia”. Jest ona dla mnie sporą inspiracją. Naomi Wolf wskazuje, jak bardzo my, kobiety, jesteśmy zaniedbywane pod względem seksualnym, a jednocześnie, jak bardzo zadowolenie i spełnienie lub jego brak wpływają na nasze działania, możliwości twórcze i stopień pewności siebie.

Ewa: I właśnie to chcemy promować. Kobiety powinny jak najlepiej poznać swoje ciało, reakcje, zależność między spełnieniem a własnym potencjałem. Dlatego przygotowaliśmy szereg inspirujących warsztatów, spotkań z sex-coachami, seksuologami, psychologami. Propagujemy też kulki Gejszy i ich zdrowotne działanie.

Beata: Zaprosiłyśmy do współpracy panie, które od lat doradza-



ją dzięki swojej wiedzy ezoterycznej. Można się umówić na rozmowę z astrologiem, numerologiem, psychografologiem i tarocistką. Polecamy warsztaty i kursy z tej dziedziny.

Ewa: Ważne dla nas jest zdrowie. W naszym miejscu przyjmować będzie terapeutka zajmująca się analizą żywej kropli krwi i terapiami kręgosłupa.

Beata: Stworzyłyśmy ponadto kąciaki dla ciała. Polecamy naturalne kosmetyki z roślin rosnących nad Bajkałem, ezoteryczną i energetyczną biżuterię, herbatki ajurwedyjskie. Hitem będą erotyczne czekoladki.

Ewa: I oczywiście książki. Specjalnie dla pań wybrałyśmy książki, które same przeczytałyśmy i które będą przydatne dla poszerzenia wiedzy żon, matek, szefowych

i pracownic, właścielek firm i kochanek. Każda z nas spełnia te role na co dzień, ale warto wiedzieć jak najwięcej o sobie, aby się w nich nie pogubić. Będzie też można kupić książkę „Teraz mogę wszystko” z autografem autorki.

Beata: Chcemy spełniać oczekiwania pań w każdym wieku, zaspokajać ich ciekawość wewnętrznym światem kobiet. Nie chodzi nam o deprecjonowanie roli mężczyzny, wprost przeciwnie. Uważamy, że czuły, rozumiejący partner, to dar od losu. Ale jeśli nie mamy takiego, to same musimy być dla siebie najważniejsze. Musimy się doceniać, wierzyć we własne siły. To nie egoizm, a zdrowa postawa wobec samej siebie. Zapraszamy wszystkie panie do Kobiety Szczęśliwej.

Ewa: I panów, żeby znaleźli dla swoich kobiet oryginalne prezenty, zainspirowali je do rozwoju i dowiedzieli się, jak traktować partnerki, by były szczęśliwe.



K O B I E T A
S Z C Z Ę Ś L I W A

KOBIETA SZCZĘŚLIWA

UL. 11 LISTOPADA 10, I P., DOMOFON NR 6
TEL. 881 488 308, WWW.KOBIETASZCZESLIWA.PL

UROCZyste OTWARCIE LOKALU
KOBIETY SZCZĘŚLIWEJ ODBĘDZIE SIĘ
1 MARCA 2014 O GODZ. 12.



KAŻDY PRACODAWCA CHCIAŁBY MIEĆ „DREAM TEAM”, ZAŁOGĘ SILNĄ I ODPOWIEDZIALNĄ, Z AKTYWNYM PODEJŚCIEM I FACHOWĄ WIEDZĄ. METODY HR MOGĄ POMÓC W DĄŻENIU DO TEGO CELU

NIE WYSTARCZY MIEĆ LUDZI

ROZMOWA Z **KATARZYNĄ JAWORSKĄ**, WŁAŚCICIELKĄ AGENCJI ZATRUDNIENIA HR SIGMA

Co to jest HR?

Skrót od angielskiego *Human Resource Management* (HRM lub HR), co oznacza Zarządzanie Zasobami Ludzkimi, czyli działania obejmujące rekrutację i selekcję, szkolenia i rozwój, ocenę i badanie kompetencji, wynagrodzenia finansowe i pozafinansowe. W Polsce pojęcia tego używa się często w dużych, międzynarodowych firmach. Działy HR wstępują w nich jako rozbudowane departamenty, realizujące politykę personalną korporacji.

Czy poprzez „zasoby ludzkie” specjaliści HR widzą człowieka?

Wszystkie funkcje, o jakich wspomniałam, mogą rozwijać się niezależnie, a osoby zajmujące się daną tematyką mogą specjalizować się w każdej z nich oddzielnie. W dziale personalnym można stworzyć stanowiska specjalisty ds. rekrutacji, specjalisty ds. szkoleń i rozwoju itd. Dla polityki personalnej firmy w pierwszej kolejności powinien liczyć się człowiek. Jeśli jest inaczej, nie ma możliwości osiągnięcia sukcesu. Sukces to ludzie, bo to oni go tworzą, potrafią zmieniać, kreować, wyznaczać nowe trendy, zadania, budować zespoły. W jednej z firm na pytanie, co to jest HR, usłyszałam zdanie trafiające w sedno: „Ludzie! Nie wystarczy mieć ludzi, trzeba mieć właściwych ludzi – silne i odpowiedzialne jednostki z aktywnym podejściem i fachową wiedzą”.



FOT. AGNIESZKA ORLIŃSKA / DRUGI POZIOM

Kto korzysta z usług pani agencji i w czym się ona specjalizuje?

HR SIGMA to nowoczesna agencja doradztwa personalnego. Celem naszego działania jest wspieranie klientów w procesach zarządzania ludźmi. Wiele firm w naszym regionie politykę personalną realizuje samodzielnie, wykorzystując do tego departamenty personalne i pracowników w nich zatrudnionych. Część, oddzielając funkcje kadrowe od zarządzania zasobami ludzkimi, decyduje się na podjęcie współpracy z agencjami zatrudnienia. Ta współpraca opiera się głównie na pozyskiwaniu nowych pracowników, czyli rekrutacji i sprawdzaniu kwalifikacji osób ubiegających się o zatrudnienie.

Dodatkowo agencja może przygotować program rozwoju organizacji, związany z planowanymi zmianami na kluczowych stanowiskach pracy. Specjalizujemy się w prowadzeniu procesów rekrutacyjnych, oferując jednocześnie wiele usług z zakresu HR. Pracujemy zarówno dla renomowanych firm, jak i nowo powstałych, dla międzynarodowych korporacji, jak i klientów indywidualnych. Dla każdego, kto przywiązuje szczególną uwagę do kapitału ludzkiego. Nasi odbiorcy reprezentują branże finansowo-ubezpieczeniową, FMCG (*fast-moving consumer goods*), budowlaną, IT, produkcji, usług. Każde zlecenie traktujemy bardzo indywidualnie. Naszym największym atutem jest szybkość i skuteczność działania. Opieramy się o sprawdzone

metody postępowania, fachowo określając profil kompetencyjny kandydatów zarówno pod kątem kompetencji twardych (wykształcenie, umiejętności, doświadczenie), jak i kompetencji miękkich (profil osobowości, predyspozycje, kompetencje interpersonalne).

Co konkretnie proponujecie pracodawcom?

Oferujemy takie usługi, jak: rekrutacja i pozyskiwanie pracowników, szkolenia, język angielski dla wyższej kadry kierowniczej, oceny pracownicze, badanie kompetencji kandydatów metodą Assessment Center, badanie kompetencji pracowników metodą Development Center, doradztwo personalne, pomoc profesjonalnych trenerów – indywidualne warsztaty i coaching, outplacement (wspieranie na rynku pracowników zwolnionych z firmy). Dla osób bezrobotnych lub pracujących, lecz poszukujących zmiany zatrudnienia, proponujemy poradnictwo zawodowe, zawierające informacje dotyczące metod poszukiwania pracy, planowania powrotu na rynek pracy, zwiększenia szans na znalezienie nowego zatrudnienia, prawidłowego przygotowania dokumentów aplikacyjnych (CV i listu motywacyjnego), przygotowania planu rozwiązania trudnej sytuacji zawodowej, przygotowania do rozmowy kwalifikacyjnej i autoprezentacji, formułowania własnej oferty, wyszukania sprecyzowanych ofert pracy.

Jak w praktyce wygląda rekrutacja i selekcja kandydatów na idealnych pracowników?

Proces związany z obsadzeniem stanowiska w firmie zawsze zaczynamy od poznania i nawiązania dobrej relacji z klientem. W czasie pierwszego spotkania w siedzibie firmy klienta staramy się stworzyć więź zaufania, ponieważ właściciel firmy bądź osoba odpowiedzialna za kadry udostępnia nam dane dotyczące przedsiębiorstwa i zatrudnionych w nim osób. Jednocześnie każdy, kto nawiązuje z nami współpracę, ma możliwość odwiedzenia naszej siedziby, by się przekonać, że rozmowy prowadzone są z wiarygodnym partnerem biznesowym i że zapewniamy poufność rozmów. W trakcie pierwszych spotkań z pracodawcami poruszane są kwestie stanowisk, o których mowa w zleceniu rekrutacyjnym, i powodów uruchomienia rekrutacji. Następnie określamy kwalifikacje, doświadczenie, poziom wiedzy z danej dziedziny i cechy osobowościowe kandydata lub kandydatów. Ze strony pracowników agencji padają kolejne pytania dotyczące szczegółowych wymogów, kwalifikacji, kompetencji, wiedzy z danych obszarów, znajomości języków obcych, określenia doświadczeń. Pracodawca w trakcie takiego wywiadu powinien przygotować również odpowiedzi na pytania: ile dany pracownik będzie mógł zarobić i z jakich składników będzie składało się wynagrodzenie, jakie pracownik będzie miał możliwości rozwoju, czy w trakcie zatrudnienia może liczyć na dodatkowe profity, jakie narzędzia ze strony pracodawcy zostały przygotowane dla tego pracownika i najważniejsze, kiedy planowane jest zatrudnienie danej osoby lub osób.

Powinniśmy przywiązywać wagę do dress code w firmie?

Firmy przywiązują coraz większą wagę do wyglądu pracowników. Etykieta w zakresie ubioru jest coraz bardziej sformalizowana i coraz częściej stosowana. W niektórych przedsiębiorstwach wprowadzono rygorystyczne zasady dotyczące ubioru, makijażu czy koloru włosów. To zaskakująca zmiana, bo od kilkunastu lat obserwowaliśmy rozluźnienie tego typu reguł. Teraz jednak pracodawcy ewidentnie zmieniają podejście do kwestii

wizerunku podwładnych. Nasz ubiór jest komunikatem dla pracodawcy, dla klientów odwiedzających firmę i często daje informacje zwrotną o tym, jak bardzo jesteśmy wiarygodni, jak traktujemy siebie i miejsce, w którym się znajdujemy. Narzucony ubiór w firmie daje komunikat, jakie wartości reprezentuje firma i jaka jest jej kultura organizacyjna. Dla wielu przedsiębiorstw ubiór zwiększa rozpoznawalność marki (pracownicy są ubrani według ściśle określonych i przygotowanych wcześniej standardów, trzymają się określonej kolorystyki). Ubiór też jest cenny ze względu na odróżnienie kadry pracowniczej od interesantów. Logo umieszczone na odzieży i plakietka z imieniem i nazwiskiem umożliwiają łatwiejszą identyfikację pracowników. Dział marketingu często pracują nad wspólnym wizerunkiem firmy ze względu na dodatkowy czynnik reklamujący i podnoszący świadomość marki w oczach konsumenta. Dla pracowników zatrudnionych wewnątrz firmy ubiór ma funkcje integracyjną, łamie problemy związane z różnorodnością stylów. Stajemy się członkami tej samej organizacji i również przez noszony strój identyfikujemy się z polityką firmy. Dodatkowo dobrze skrojony garnitur dla panów czy garsonka dla pań pozwalają ukryć mankamenty sylwetki, wzmacniając pewność siebie i wpływając na prawidłową postawę i satysfakcję z wykonywanej pracy. Pamiętać należy, że również na rozmowę rekrutacyjną należy się odpowiednio ubrać i przygotować. Profesjonalny wizerunek to element pierwszego wrażenia, które wpływa na całość oceny.

Dlaczego kobiety nie chcą robić karier w firmach?

Czy rzeczywiście?! Wydaje mi się, że jest wręcz przeciwnie! Kobiety coraz częściej biorą sprawy w swoje ręce, zakładają firmy i stają się liderkami! Częściowo wymusza to sytuacja ekonomiczna, ale też prowadzenie własnej firmy stwarza kobietom wiele możliwości. Niejednokrotnie po urodzeniu dziecka okazuje się, że kobieta nie ma gdzie wrócić albo nie może pogodzić obowiązków rodzinnych z pracą na cały etat. I wtedy właśnie przedsiębiorczość kobiet ujawnia się z ogromną siłą, gdyż same tworzą dla siebie miejsce pracy, robiąc to, w czym są dobre, co sprawia im satysfakcję i pozwala na wychowanie dziecka. Wiele kobiet ujawnia swoją przedsiębiorczość i wtedy, gdy ze względu na wiek są zwalniane (niestety!). Także i one, często przy wsparciu funduszy unijnych, zakładają swoje firmy i znakomicie się realizują.

Spotykam też na swojej drodze wiele kobiet, które świetnie radzą sobie w roli menadżerek, liderek w korporacjach. Coraz częściej też w firmach, zarządzanych właśnie przez kobiety, stwarza się dogodne warunki dla kobiet, które mają małe dzieci, aby jako cenne pracownice i matki zarazem mogły połączyć obie te role społeczne.

Dziękuję za rozmowę.

ROZMAWIAŁ: BUS

KATARZYNA JAWORSKA

Właścicielka Agencji Zatrudnienia HR SIGMA w Bielsku-Białej, specjalistka zarządzania zasobami ludzkimi, certyfikowany doradca zawodowy, trenerka Akademii Biznesu, absolwentka Wyższej Szkoły Biznesu i Górnośląskiej Wyższej Szkoły Handlowej.





KANAPY NA SKRZYCZNE

NA NOWE INWESTYCJE SZCZYRK CZEKAŁ OD DAWNA. I NIE MÓGŁ SIĘ DOCZekać. DLATEGO OTWARCIE NOWEJ KOLEI LINOWEJ Z JAWORZINY NA SKRZYCZNE W POŁOWIE GRUDNIA MINIONEGO ROKU BYŁO NAJWAŻNIEJSZĄ INFORMACJĄ, JAKĄ MIASTO PODAŁO TURYSTOM I MIESZKAŃCOM... OD KILKUDZIESIĘCIU LAT. SZKODA TYLKO, ŻE WTEDY W GÓRACH BRAKOWAŁO ŚNIEGU – SCENERIA ODDANIA KANAPY DO UŻYTKU NIE BYŁA TAK BAJKOWA, JAK POWINNA.

Do tej pory zamiast inwestycji rokrocznie Szczyrk fundował turystom i narciarzom klótnie górali o zagrodzone działki na trasach zjazdowych. Może więc oddanie przez Centralny Ośrodek Sportu zmodernizowanego, górnego odcinka kolei na Skrzyczne to początek jakże oczekiwanych zmian w infrastrukturze sportowej tej części Beskidu Śląskiego? Skrzyczne jest najwyższym szczytem Beskidu Śląskiego o wysokości 1257 m n.p.m. W Szczyрку jest miejscem szczególnym. Latem górę odwiedza ponad 200 tys. osób, doceniających jej walory widokowe. Zimą z kolei to najlepsza góra do uprawiania sportów alpejskich. Stoki Skrzycznego posiadają ponad 10 km rozmaitych tras narciarskich, w tym trasę z homologacją FIS (homologacja obejmuje wszystkie konkurencje alpejskie oprócz zjazdu – trwają jednak starania, żeby i zjazd w to włączyć).

– Komfort korzystania z narciarskich atrakcji gwarantuje od 16 grudnia nowoczesna kolej kanapowa na odcinku Jaworzyna-Skrzyczne. Każda kanapa (miękkie, wygodne siedzenia) zabiera 4 osoby, a jest tych kanap 80. Wszystkie są zamykane żółtymi kapsułami chroniącymi przed wiatrem, deszczem i śniegiem, zamykanymi i otwieranymi automatycznie. To ważne, bo złe warunki często dawały się narciarzom we znaki. Kanapy wjeżdżają na szczyt trzy razy szybciej niż do tej pory. Czas jazdy skrócił się z 13 do niecałych 4 minut. Kolej na tym odcinku ma odtąd przepustowość 2400 osób na godzinę. Po zakończeniu pracy kanapy są chowane do specjalnego garażu – informuje, nie bez dumy, dyrektor COS Grzegorz Kotowicz, na co dzień mieszkaniec Czechowic-Dziedzic. I dodaje, że wykonawcą inwestycji była włosko-austriacka firma Leitner, „mercedes w klasie kolei linowych”.



Sukces zazwyczaj ma wielu ojców, ale bez wątpienia modernizacja kolei na Skrzyczne to zasługa Kotowicza, który kieruje COS-em od 4 lat. Zademonstrował upór i wolę walki sportowca. Jest kajakarzem, wielokrotnym mistrzem Polski, medalistą mistrzostw świata, mistrzem Europy, trzykrotnym olimpijczykiem (1992, 1996, 2000), brązowym medalistą olimpijskim z Barcelony (1992) i Sydney (2000). Łącznie zdobył 17 medali na igrzyskach, MŚ i zawodach krajowych.

Radość z dokonanego dzieła popsuł tylko fakt, że budowa mogła zakończyć się kilka sezonów wcześniej. Plany istniały bowiem od dawna, a przetarg rozstrzygnięty został już w 2009 roku. Dyrektor przez ten czas walczył o dodatkowe pieniądze z Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej, gromadził środki własne, zaciągnął też



DYREKTOR COS W SZCZYRKU,
GRZEGORZ KOTOWICZ

lejkę nowocześniejszą od poprzedniej, o było się też bez wycinki drzew. Kolej kanapowa na Skrzyczne chlubi się teraz rozwiązaniami, które przez wiele lat będą spełniały wymogi najnowszych kolei światowych. Latem ma możliwość zwolnienia tempa jazdy dla podziwiania widoków. Co drugie krzesło wyposażone jest w wieszaki na rowery. Do tej pory przy wiatrach (dosty częstych) przekraczających 10 m/sek. kolej była wyłączana z ruchu. Teraz tak nie jest, krzesła są cięższe i swoją wagą stanowią mechanizm stabilizujący. Elektroniczna kontrola ruchu liny w pełni zabezpiecza bez-

pieczeństwo podróżnych na odcinku 1196 metrów.

Dzięki temu, że kolejka jest szybka, narciarze mogą zjeżdżać w ciągu dnia o wiele więcej razy niż do tej pory. Ta radość i komfort mają jednak swoją cenę – za karnety płąą o ok. 30 proc. więcej w porównaniu z zeszłym sezonem (sam przejazd kanapą kosztuje 8 zł).

Niestety, dolny odcinek kolejki na modernizację poczeka jeszcze długo, bo są tam prywatne grunty, poza tym nie ma na to pieniędzy i brakuje systemu sztucznego naśnieżania, który świetnie zdaje egzamin na górze.

BUS

SKRZYCZNE DLA NARCIARZY

- kolej 2-osobowa na trasie Szczyrk – stacja dolna Jaworzyna
- kolej kanapowa 4-osobowa na trasie stacja górna Jaworzyna – Skrzyczne
- wyciąg orczykowy Doliny II (na wschód od pośredniej stacji kolei linowej)
- wyciąg orczykowy Doliny III wzdłuż trasy FIS

kredyt i dopiero wtedy zaczął budowę. W lipcu, a formalnie – 19 sierpnia tego roku, kiedy zdemontowane zostały podpory starej kolejki. Potem już poszło, także dzięki sprzyjającej pogodzie, o co w górach niełatwo. W październiku śmigłowiec pomagał stawiać nowe maszty. Inwestycja za 16,5 mln zł dobiegła końca przed terminem. Pierwotnie miała być oddana w drugi dzień świąt, 27 grudnia. Próby związane z uruchomieniem kolei i odbiory dokonane przez Transportowy Dozór Techniczny odbyły się sprawnie. Otwarcie było uroczyste, z kropieniem święconą wodą.

– Górny odcinek jest jednym z najpopularniejszych w Polsce. Był jednak mocno wyeksploatowany i przestarzały, dlatego musieliśmy go przebudować – dodaje dyrektor. – Jesteśmy ośrodkiem przygotowań olimpijskich, więc to ważne dla młodych sportowców. Troszczymy się, by nie musieli wyjeżdżać na treningi za granicę, bo Skrzyczne ma najwięcej zróżnicowanych tras narciarskich w Polsce.

Czy wykonawcy spotkali się z oporem ekologów? Na szczęście nie, bo to była modernizacja w istniejącym miejscu, dała ko-



WIDOK
NA SKRZYCZNE
ZIMĄ

PIERWSZA AWARIA

W niedzielę 26 stycznia przed południem doszło do awarii zmodernizowanej kolei linowej na Skrzyczne. Na trasie utknęło 40 osób. Narciarze tkwili na kanapach kilka metrów nad ziemią ponad 2 godz. przy temperaturze -11 st. C. Służby techniczne uruchomiły dodatkowy napęd, GOPR nie musiał ściągać uwieczonych przy pomocy lin, choć był już do tego gotowy. Wszyscy bezpiecznie dojechali do stacji. COS przeprosił za zaistniałą sytuację.





MAŁGORZATA JASKÓŁOWSKA-PŁUŻEK I JANINA MULSSON ZACHĘCAJĄ DO KORZYSTANIA Z KOSMETYKÓW TIANDE



UROCZYSTE OTWARCIE NOWEGO SALONU ZGROMADZIŁO WIELU BIELSZCZAN I PRZYJEZDNYCH ZE ŚLĄSKA

NATURALNE ŹRÓDŁO PIĘKNA

Przy ul. Wyspiańskiego 27 w Bielsku-Białej uroczyście otwarty został 6 lutego nowy salon *Kwiaty Lotosu* z naturalnymi kosmetykami marki tianDe. Prowadzą go panie Małgorzata Jaskółowska-Płużek i Janina Mulsson. – Marka, którą reprezentujemy, powstała 7 lat temu w Rosji i obecna jest już w wielu krajach Europy. W Polsce znana jest od 2 lat. Wysoka jakość tych kosmetyków potwierdzona została międzynarodowym certyfikatem ISO 9001-2000. Niektórzy nazywają je kosmeceutykami, ponieważ łączą kosmetologię i farmaceutykę, zdecydowanie podnosząc skuteczność ich działania. Kosmetyki tianDe to biologicznie aktywny dodatek dla skóry, którego działanie porównywalne jest do działania terapeutycznego. Procentowa zawartość aktywnych składników wynosi 15-20%, czyli na poziomie środków specjalistycznych – informuje dyrektor Małgorzata Jaskółowska-Płużek.

W trosce o piękno i zdrowie klientek producenci wykorzystują wartościowe składniki naturalne, bazując na ich leczniczych właściwościach. Należą do nich tłuszcz i skóra węża, łożysko owcy, ekstrakt z gniazda jaskółki, czerwony kawior, proteiny jedwabiu, żeń-szeń, ganoderma, Shou Wu, kwiat tajski, imbir, lotos, perła, złoto i srebro. Bazę każdego kosmetyku tianDe stanowią mądrość ludowa i ogromna wiedza Dalekiego Wschodu. Formuła kosmetyków wykorzystuje starożytne receptury medycyny chińskiej, tybetańskiej i altajskiej, wypróbowane w ciągu stuleci.

Kwiaty Lotosu mają w ofercie ponad 400 pozycji (w cenie od 7 do ponad 200 zł), które pozwolą każdej kobiecie znaleźć coś dla siebie. Właścicielki planują mnóstwo różnorodnych kursów i warsztatów, dotyczących pielęgnacji ciała, zdrowego żywienia. Warto odwiedzić przytulny, różniący się od wszystkich innych salon przy ul. Wyspiańskiego.



W SALONIE BĘDZIE MOŻNA SKORZYSTAĆ TAKŻE Z USŁUG ASTROLOGA (Z PRAWIEJ)



JANINA MULSSON PREZENTUJE ZAWARTOŚĆ SZAFY Z KOSMECEUTYKAMI TIANDE



Salon sprzedaży kosmetyków naturalnych

tianDe®

Kosmetyki tianDe - piękno z natury
Nowoczesna pielęgnacja twarzy i ciała

ul. Wyspiańskiego 27/1 tel. 690 920 198, 668 818 530, 663 491 095



FOT. KAROLINA CZAPLA

JEDYNA TAKA NOC W WIEDNIU

Z BIELSZCZANKĄ **KAROLINĄ LATASZ**, KTÓRA TAŃCZYŁA NA BALU
W OPERZE WIEDŃSKIEJ, ROZMAWIA STANISŁAW BUBIN

Byłaś, Karolino, jedyną Polką na Balu w Operze Wiedeńskiej...

W grupie debutantów Maciej Maruszczak i ja byliśmy rzeczywiście jedynymi Polakami. Maciej pochodzi z Kędzierzyna-Koźla, ja z Bielska-Białej. Oboje przebywamy obecnie w Anglii. Maciej ukończył jedną z najstarszych szkół średnich w Wielkiej Brytanii – Dulwich College, później ekonomię na University of Warwick, a teraz pracuje w firmie consultingowej w Cambridge. Jest moim przyjacielem. Ja studiuję na University of Nottingham.

Powiedz coś więcej o sobie.

Uczyłam się w pierwszym prywatnym Gimnazjum i Liceum Ogólnokształcącym im. Stanisława Wyspiańskiego w Bielsku-Białej. W trakcie tej nauki wyjechałam na rok do Wiednia, by przygotować się do studiów za granicą. Od 2010 roku jestem studentką prawa i germanistyki na uniwersytecie w Nottingham. W trakcie tych studiów wyjechałam na

rok do uniwersytetu w Getyndze w ramach programu Erasmus. Po zakończeniu studiów w 2015 roku rozpocznę pracę w Londynie w jednej z wiodących kancelarii prawniczych o międzynarodowym prestiżu. Rok 2013 był dla mnie bardzo pracowity. Uczyłam się i odbywałam praktyki w Szanghaju, Londynie i we Frankfurcie nad Menem. Poza tym uwielbiam secesję wiedeńską, interesuję się historią sztuki, kocham podróżować. Zawsze jestem w ruchu.

A taniec?

Taniec był i jest moją pasją, od dzieciństwa.

Długo musiałaś przekonywać Macieja, żeby zatańczył z tobą w Operze?

Odpowiem pytaniem na pytanie: czy jest chłopak, który odmówiłby takiej dziewczynie jak ja? (*śmiech*) Maciek także pasjonuje się tańcem od dawna, na uniwersytecie wygrywał konkursy międzyczelniane i wiedział, że Bal w Operze to



BALE W OPERZE SĄ WIZYTÓWKĄ I MARKĄ WIEDNIA. ICH OFICJALNE ROZPOCZĘCIE NASTĘPUJE Z CHWILĄ WEJŚCIA PREZYDENTA AUSTRII DO ŁOŻY RZĄDOWEJ. OD 2008 ORGANIZATORKĄ BALI JEST DESIRÉE TREICHL-STÜRGKH

ogromne przeżycie, nie każdemu dane. Skoro Miss i Mister Austrii, Ena Kadic i Philipp Knefz, powiedzieli, że najprawdopodobniej nie dany by im był debiut na Opernballu, gdyby nie fakt, iż uczestnictwo w Balu stanowiło nagrodę w wyborach, to możemy się tylko cieszyć, że nam się poszczęściło i że komitet Balu Wiedeńskiego zgodził się zaprosić nas w roli debutantów.

Od niemowlęcia marzyłaś, żeby wystąpić na Balu w Wiedniu?

Nie ma w tym przesady. To naprawdę było moje wielkie marzenie od lat. Nie był to wybór przypadkowy. Od dawna jestem zafascynowana Wiedniem, może dlatego, że mam korzenie austro-węgierskie. W wieku 15 lat wyjechałam na rok do Theresianum, szkoły średniej w Austrii, i tam miałam okazję chodzić do jednej z najlepszych szkół tańca – Tanzschule Willy Elmayer przy Bräunerstraße, gdzie nauczyłam się walczyć wiedeńskiego. Fascynacja kulturą Wiednia, kulturą wiedeńskich bali, nie przemija. W mieście co roku organizowanych jest kilkaset bali, a Bal w Operze jest najbardziej specyficznym i magicznym wydarzeniem wśród nich. Pomyślałam, że spróbuję szczęścia, muszę dostać się na taki wieczór, na pewno będzie jedyny w swoim rodzaju.

Dlaczego pomyślałaś o tym tegorocznym?

Wiek pozwalał mi już wcześniej starać się o udział w Balu, ale wcześniej nie miałam partnera, który byłby, jak ja, zauroczony tańcem, zwłaszcza walcem. Poza tym wcześniej dużo się działo: Erasmus w Getyndze, wyjazd na studia do Anglii, praktyki w kancelariach, starania o pracę... Dopiero w tym roku doszłam do wniosku, że nadszedł czas, by wziąć udział w Balu i spełnić marzenia.

Co trzeba zrobić, by znaleźć się w gronie debutantów?

Do 1 września roku poprzedzającego Bal trzeba wysłać do komitetu organizacyjnego w Wiedniu swoje CV, list mo-

tywacyjny i zdjęcia. No i potem trzymać kciuki i liczyć na szczęście. Odpowiedź przychodzi zwykle na początku grudnia.

Jak sądzisz, dlaczego cię wybrali?

Z pewnością korzenie austro-węgierskie nie były bez znaczenia. Znajomość języka niemieckiego nie była decydująca, ponieważ organizatorom zależy na udziale przedstawicieli wielu krajów. To wydarzenie na skalę światową, chcą mieć pewność, że nie tylko pary z Austrii będą Bal otwierać. Uważam, że w moim przypadku uznanie znalazł również fakt, że spędziłam rok w Wiedniu. Udowodniłam też, że potrafię tańczyć walca wiedeńskiego, bo tańczyłam go w mojej szkole na zakończenie roku. Sądzę, że komitet organizacyjny starannie analizuje życiorys, wyniki akademickie, doświadczenia zawodowe, prace społeczne. Bal w Operze to z jednej strony bal artystów, ale także debutantów, którzy dopiero wchodzą w świat. Ponieważ organizatorzy chcą, żeby wszystko było perfekcyjne, pragną zaprezentować mieszaninę interesujących osobowości, ambitnie wkraczających w dorosłe życie.

Jakie kraje reprezentowali inni debutanci?

Jedna trzecia spośród 180 par pochodziła z zagranicy, między innymi z USA, Niemiec, Rosji, Słowacji, Japonii, Szwajcarii, Francji. Z samej Rosji napłynęło 40 wniosków. W tym roku za ceremonię otwarcia odpowiedzialna była szkoła tańca Eddy Franzen und Fränzl.

Czy mieliście wcześniej coś w rodzaju zgrupowania?

Przygotowania dla par z zagranicy zaczęły się w Wiedniu w sobotę, na 5 dni przed Balem. W sobotę i niedzielę odbyły się pierwsze próby w Sali Gustava Mahlera w Operze, która normalnie pracowała w tym czasie. Opera zamienia się w salę balową na 3 dni przed Balem, kiedy wchodzą specjaliści od aranżacji wnętrz, dekoratorzy, budowniczowie łóż, floryści (ozdabiają gmach 45 tys. kwiatów – goździków, tulipanów

i róż). W ciągu 70 godzin Opera zamienia się w największą, najpiękniej udekorowaną salę balową na świecie. Ostateczna próba generalna w gmachu Opery odbyła się w środę, na 24 godziny przed naszym oficjalnym debiutem.

Dress code wymagał od was, żebyście mieli odpowiednie stroje...

Mężczyźni fraki, kobiety długie białe suknie. Śnieżnobiałe, bez krynoliny. I niewielkie korony, które stanowią tradycję Opernballu i są jednym z najbardziej charakterystycznych elementów stroju debutantki. Te korony, a tak naprawdę tiary, od ponad 50 lat dostarczane są przez austriacką firmę Swarovskiego. Swarovski co roku zaprasza najrozmaitszych artystów sztuki jubilerskiej do współpracy. Przez ostatnie dwa lata korony projektował książę Dmitrij z nieistniejącej już Jugosławii. W tamtym roku korony inspirowane były portretem księżniczki Elżbiety, Sissi, i nazywały się *Blue Dreams*. Debutantki po Balu mogą zatrzymać tiary. Tegoroczna, bardzo oczekiwana tiara na Bal w Operze Wiedeńskiej nazywała się *Fly by Night* i została stworzona przez wielokrotnie nagradzanego brytyjskiego projektanta biżuterii Stephena Webstera, dyrektora kreatywnego firmy jubilerskiej Garrard i kawalera Orderu Imperium Brytyjskiego z 2013 roku. Nawiasem mówiąc, Garrard jest oficjalną firmą jubilerską księcia Walii, Karola. Ta firma projektowała pierścienie zaręczynowe Kate Middleton. Nasz tegoroczny diadem został ozdobiony tysiącami kryształów Swarovskiego, żeby debutantki wyglądały jak księżniczki z bajki.

Przygotowaniem sukni zajmuje się debutantka?

Tak. Projektantką mojej sukni została Anna Drabczyńska, kreatorka mody z Bielska-Białej, z czego jestem bardzo szczęśliwa. Suknia znakomicie wpasowała się w kanon Balu i jednocześnie wyróżniała na tle innych debutantek. Niewątpliwie to była jedna z najbardziej niezapomnianych nocy mojego życia. To cudowne, że suknia zaprojektowana została specjalnie dla mnie, że wyrażała moją osobowość. Suknia dla każdej z debutantek jest najważniejsza i wiele z nich przed Balem przyprowadza o ból głowy. Niektóre wypożyczały je na miejscu, ale wypożyczona nigdy nie mogłaby się równać z tą, którą stworzyła pani Drabczyńska.

Były jakieś szczególne wymagania dotyczące makijażu?

Makijaż po raz kolejny wykreowany został specjalnie przez Lancôme i omawiany był na próbie generalnej. W dniu Balu pomocą służyli nam profesjonalni styliści. Wszystko musiało być zgodne z austriacką dokładnością, z panującym tam porządkiem, nic nie mogło być puszczane na żywioł, bo kamery telewizyjne natychmiast wychwyciłyby różnice w wyglądzie twarzy.

Ile czasu spędziliście na parkiecie?

Tego nie da się dokładnie wyliczyć, bo tegoroczny Bal to były nie tylko tańce, lecz także występy dwóch pokoleń śpiewaków i wschodzących gwiazd baletu, a także filharmoników, którzy wykonali tradycyjnie utwory „Fächer-

polonaise” Carla Michaela Ziehrera i „Nad pięknym modym Dunajem” Straussa. W każdym razie tradycji stało się zadość: po odtęczeniu ostatniego walca wiedeńskiego w lewo usłyszeliśmy zaproszenie „Alles Waltzer!” i wtedy wszyscy goście weszli na parkiet i zaczęli tańczyć walca w prawo, który jest łatwiejszą odmianą klasycznego walca wiedeńskiego, jednego z najbardziej eleganckich tańców świata. Od drugiej połowy XIX wieku jest on najchętniej wykonywanym tańcem podczas balów w Europie (prócz Anglii, gdzie oczywiście króluje walc angielski). Zasadniczą cechą walca wiedeńskiego tańczonego przez debutantów na Opernballu jest rotacyjny ruch obrotowy w lewo, w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Wymaga on dużej przestrzeni. Przed wyjazdem do Wiednia intensywnie ćwiczyłam ten taniec w Bielsku-Białej, później próbowałam go z moim partnerem w Anglii. Wyszło nam bardzo dobrze. Nad debutantami wisi zawsze miecz w postaci... par rezerwowych. Gdyby ktoś nie mógł przyjechać albo gdyby organizatorzy uznali, że niezbyt dobrze tańczy, do akcji wkroczyłyby pary rezerwowe. Bal zakończył się około godz. 5.00 nad ranem. Uwaga publiczności koncentruje się zwykle na głównej sali balowej, ale parkietów było kilka. Casinos Austria zorganizowała również przestrzeń dla tych, którzy chcieli zakosztować hazardu. Nowością tegoroczną było to, że przygotowanie części artystycznej powierzono młodym artystom – zarówno śpiewakom operowym, jak i tancerzom baletu.

Niektórzy mówią, że to bale klasy próżniaczek, plastikowych ludzi, dla których liczą się tylko konta w banku?

Były takie opinie, dlatego teraz kładzie się duży nacisk, by pokazać, że tak nie jest. Że to bal artystów, esencja wiedeńskości, mgiełka *fin de siècle*, mieszanina tradycji i współczesności. W tym roku obchodzona jest 200. rocznica otwarcia Kongresu Wiedeńskiego. To był prawdziwy początek bali wiedeńskich, mówiono wtedy „der Kongress tanzt”, tańczący kongres. Zawsze też na Balu pojawiają się gwiazdy. W tym roku była to Hilary Swank, chociaż zdarzały się gwiazdki podrzędniejszego formatu, na przykład Paris Hilton czy Pamela Anderson. Jest też tradycja, że magnat austriacki,



80-letni Richard Lugner, przedsiębiorca budowlany i właściciel centrum handlowego, a także skandalista, zaprasza osobki wątpliwej sławy i reputacji. Na jego zaproszenie do Wiednia przyjechały m.in. Dita Von Teese, Paris Hilton i Nicolette Sheridan. W tym roku zaprosił Kim Kardashian,



WIENER OPERNBALL

Tradycję balu zapoczątkowali artyści występujący na cesarskim dworze. Bawiono się już na Kongresie Wiedeńskim (1814-1815). Kiedy w 1869 otwarto nowy gmach wiedeńskiej Opery, cesarz Franciszek Józef nie zgodził się na przeniesienie siedziby Balu i uległ artystom dopiero w 1887. Pierwszy Bal z udziałem debiutantów miał miejsce w 1921 roku, a nazwy Bal w Operze używa się od 1936. Bal w Operze Wiedeńskiej organizowany jest niezmiennie – z przerwą na II wojnę światową i wojnę w Zatoce Perskiej w 1991 – w czwartek poprzedzający Popielec. Wiener Opernball jest jednym z najważniejszych wydarzeń kulturalnych w życiu stolicy Austrii. Po wojnie i odbudowie Opery Wiedeńskiej, w 1956 stał się oficjalnym Balem Republiki. Corocznie bierze w nim udział ok. 12.000 ludzi, w tym przedstawiciele rządu austriackiego z prezydentem i premierem na czele, przedstawiciele świata biznesu i kultury, a także zaproszeni goście zagraniczni. Tegoroczny, 58., odbył się 27 lutego. Debiutanci zawsze wkraczą na parkiet przy „Fächerpolonaise” Carla Michaela Ziehrera, a ceremonia otwarcia kończy się głośnym wezwaniem „Alles Walzer!”, co oznacza zaproszenie wszystkich gości na parkiet. Na tegoroczny Bal bilety najtańsze kosztowały 250 euro, ale za łóżę trzeba było zapłacić od 10 do 18 tys. euro. Zysk organizatorów ocenia się na ponad milion euro. Par debiutujących było kilkadziesiąt – na ponad tysiąc chętnych, które zgłaszają się co roku. Debiutanci (w wieku 17-24 lat) idą zawsze w pierwszych parach, a warunkiem dopuszczenia do udziału w Balu jest umiejętność tańczenia walca w lewą stronę. Bal transmitowany był na żywo na cały świat przez austriacką stację telewizyjną ORF i rozgłośnię Bayerischer Rundfunk.

amerykańską celebrytkę i Miss World 2011 Ivian Lunasol Sarcos Colmenares. Do tradycji Balów należy to, że zawsze dużo się dzieje, że zdarzają się głośne historie, jak w życiu. Prezydent i premier Austrii również zapraszają swoich gości. Jest to wprawdzie bal artystów, ale ma niesamowicie wielką wagę dyplomatyczną, dużo rzeczy załatwia się w kulisach.

Czy polscy politycy doceniają rangę Balu?

19 lutego 2004 roku honorowymi gośćmi ówczesnego prezydenta Austrii Thomasa Klestila byli Aleksander Kwaśniewski z żoną Jolantą. Prezydent Kwaśniewski wystąpił w pięknym fraku, przez pierś miał przełożoną szarfę czerwono-białoczerwoną, a jego małżonka pojawiła się w długiej czarnej sukni i obfitym czerwonym szalu. Przypomnę, że było to na trzy miesiące przed akcesją Polski do Unii Europejskiej (1 maja 2004 roku), więc nic dziwnego, że dziennikarze pytali, jak silny jest eurosceptycyzm w naszym kraju. Córka państwa Kwaśniewskich, Ola, nie uczestniczyła w Balu Wiedeńskim. Wzięła udział w paryskim balu debiutantek w 2001 roku w hotelu De Crillon. W 2011 roku na Balu w Operze Wiedeńskiej bawił się też były premier Waldemar Pawlak ze swoją partnerką.

Co się je i pije tej nocy?

To zależy, jakiej dokona się rezerwacji. Co roku firma Gerstner z Wiednia przygotowuje specjalne menu. Znana winiarnia z Krems odpowiedzialna była za selekcję win. Nie mogło również zabraknąć tradycyjnego wina przygotowywanego co roku specjalnie na Bal (Opernballwein) przez winiarnie z Mörbisch. Tradycją jest także, że w hotelu Sacher oferowane jest wykwintne menu w wieczór Balu pod nazwą „Alles Walzer Gala Diner”.

A zdarzają się przykre incydenty.

Bywają i wtedy cała austriacka prasa szaleje. Kiedyś jeden z aktorów wkroczył do budynku Opery przebrany za Hitlera. Zatrzymano go dopiero na schodach. Bywają też demonstracje lewicowych radykałów. Że ten Bal to twór kapitalistyczny, zabawa snobów, że nie przynosi nic społeczeństwu. Co roku Bal staje się okazją do demonstracji przeciwników globalizacji. Protestują przeciwko rozrzutności europejskich elit przy jednoczesnych cięciach finansowych. Pojawiają się też przeciwnicy Unii Europejskiej, ale reguła jest to, że policja dobrze strzeże uczestników Balu i do starć nie dochodzi.

Czym ten Bal był dla ciebie? Bajkową nocą? Czymś więcej?

To był ważny moment. Kończę edukację, mam już pewną pracę. Na kilka dni przed moimi 22. urodzinami Bal stał się dopełnieniem wspaniałego roku i symbolicznym wejściem w dorosłość. Sądzę, że był swoistym podsumowaniem mojej ciężkiej pracy, idealnym ukoronowaniem tego, co już udało mi się zdobyć. A przy okazji – spełnieniem marzeń pewnej małej dziewczynki z Bielska-Białej.

Dziękuję za rozmowę.



Na Balu w Operze Wiedeńskiej Karolina Latasz wystąpiła w przepięknej sukni zaprojektowanej i uszytej specjalnie dla niej przez Studio Mody ANNY DRABCZYŃSKIEJ z Bielska-Białej. – Suknia musiała spełniać określone wymagania, ustalone przez organizatorów Balu, aby dało się w niej tańczyć walca wiedeńskiego. Wykonana została z elastycznej dzianiny, na którą nałożone zostały warstwy tiulu. Chciałam osiągnąć efekt elegancji i prostoty, a zarazem delikatności i subtelności. Zależało mi też na tym, by Karolina dobrze się w niej czuła. Cieszę się, że suknia pasowała do jej wrażliwości, charakteru i stylu – powiedziała projektantka magazynowi *Lady's Club*.

Dewizą Anny Drabczyńskiej jest prostota kroju, wysoka jakość tkanin i zabawa dodatkami. Ostateczny charakter każdej sukni nadaje biżuteria. W czasie pierwszej, bielskiej odsłony tej sukni w restauracji Dworek z udziałem modelki Angeliki Cierpuchy, była to biżuteria Ewy Lewanowicz.



WIEJSKI DOM POD MOSKWĄ, W KTÓRYM TIGRAN MALOWAŁ FRESKI DLA BOGATEGO URZĘDNIKA PAŃSTWOWEGO

MOSKIEWSKIE FRESKI

Z **TIGRANEM VARDIKYANEM**, ARTYSTĄ PLASTYKIEM Z BIELSKA-BIAŁEJ,
ROZMAWIA STANISŁAW BUBIN

Od wielu lat mieszkasz i tworzysz w Bielsku-Białej. Nieoczekiwanie miłośnicy twojego talentu dowiedzieli się niedawno, że przeniostałeś się do Moskwy. Jak do tego doszło? Ktoregoś dnia zadzwonił do mnie z Armenii kolega, artysta malarz, że ma zlecenie na pracę artystyczną w Moskwie. Od niezwykle bogatego Rosjanina, który zbudował dom na dalekich przedmieściach rosyjskiej stolicy i wynajął go do pomalowania sufitów. Ale to nie było zwykłe malowanie. Chodziło o freski. Jak się okazało, terminy były krótkie, a pracy za dużo na jedną osobę. I dlatego zwrócił się do mnie.

Zgodziłeś się bez namysłu?

Musiałem to przemyśleć, nigdy wcześniej nie zajmowałem się freskami na suficie. Na ścianach malowałem, owszem, ale na suficie nigdy. Poza tym chodziło o Moskwę. Dużo słyszałem o nieprzychylnym stosunku niektórych Rosjan do obcokrajowców, zwłaszcza pochodzących z Kaukazu.

Ostatecznie jednak pojechałeś?

Kolegom trzeba pomagać. On nie znał nikogo innego, kto mógłby mu pomóc, a trzeba to było zrobić szybko. Podzieliliśmy się pracą w ten sposób, że ja rysowałem i malowałem postaci i główne elementy, on niebo i krajobrazy. No i zaczęliśmy, często zamieniając się miejscami, żeby się uzupełniać i zacierać różnice stylu. Freski miały wyglądać, jakby wyszły spod jednej ręki. A każdy pokój miał sufit o powierzchni prawie 90 metrów kwadratowych. Było co dekorować.



FOT. KAZIMIERZ SKOWRON

TIGRAN W SWOJEJ BIELSKIEJ PRACOWNI

Propozycja tematyki wyszła od was, czy od inwestora-mecenasa?

Właściciel domu dał nam wolną rękę. Chciał jedynie, żeby wszystkie elementy pałacu współgrały ze sobą, żebyśmy nadali freskom styl łączący różne wątki klasyczne z antycznymi. Tam wszędzie były detale antyczne. Przy basenie stały rzeźby w stylu starożytnym. Dla mnie ta praca była wyzwaniem. Na suficie maluje się niewygodnie. Myślałem, że trzeba patrzeć do góry i robić swoje, ale szybko okazało się, że taka

pozycja nie jest dla człowieka naturalna. Nie da się patrzeć do góry przez 3-4 godziny. Następuje skok ciśnienia, naczynia krwionośne nie dostarczają głowie dostatecznie dużo tlenu, zaczynają się zawroty, widzisz mroczki przed oczami.

Musieliście więc zmienić technikę?

Przypomnieliśmy sobie z akademii, że dawniej artyści malowali freski w pozycji leżącej. Wtedy myśleliśmy, że to maniera, raczej fikcja na użytek gawiedzi niż prawda. Okazało się jednak, że to dla nas zbawienie. Podnieśliśmy rusztowania prawie pod sufit, na wyciągnięcie ręki, i dalej już poszło.

Mdlały ręce?

To naprawdę ciężka praca. Trzeba było opanować prawo grawitacji. Nie dość że ręce mdlały, to często farba ściekała z pędzla na łokieć, za rękaw, po twarzy. Czasami musiałem lewą ręką podtrzymywać prawą, żeby całkiem nie zdrętwiała i nie opadła bez czucia. Taka jest uroda tej pracy. Co jakiś czas musieliśmy schodzić z rusztowań, żeby zadrzeć głowę do góry i zobaczyć, co nam powstało. Często było tak, że z bliska twarz cherubina wyglądała dobrze, a po zejściu na dół, w odpowiedniej perspektywie, okazywało się, że wcale tak nie jest: oko zlewało się z brwiami albo coś z nosem było nie tak. I trzeba to było poprawiać.

Czemu Rosjanin, właściciel „domku na wsi”, a właściwie pałacu, zdecydował się wynająć artystów Ormian? Macie tam dobrą opinię? Rosjanie nie umieją malować fresków? Nie można tak mówić. Po prostu tak wybrał, udało nam się. Może zdecydowała cena, może coś innego, nie wiem. W każdym narodzie są zdolni artyści, mistrzowie w swoich dziedzinach. Byliśmy szczęśliwi, że możemy się sprawdzić i pokazać, co potrafią Ormianie. A przy okazji zarobić.

Dużo takich pałaców powstaje pod Moskwą?

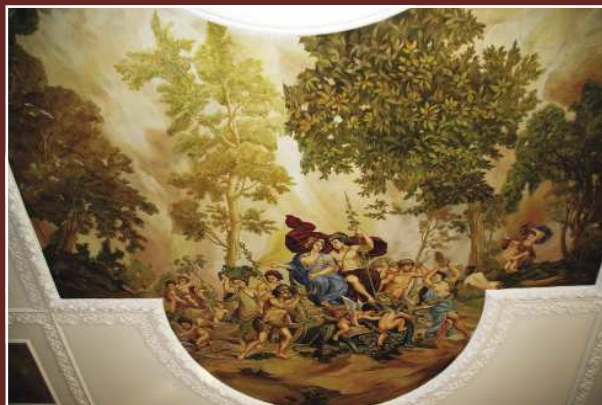
Mnóstwo. Tam są całe kwartały zabudowane przez nowobogackich wielkimi domami-rezydencjami. Na potęgę budują się gwiazdy estrady, bankowcy, przedstawiciele showbiznesu, politycy, urzędnicy państwowi, oligarchowie, przedsiębiorcy. Stać ich na to. Ten „nasz” dom powstał z kamienia i wszystkie materiały zostały kupione i przywiezione tirami z Armenii. Kawalkada ciężarówek, jak gigantyczny pociąg, przywiozła wycięte bloki skalne wprost do Moskwy. Razem z ormiańskimi kamieniarzami. Cały budynek został oblicowany płytami z trawertynu, materiału ozdobnego wysokiej jakości.

Skąd wzięło się zamiłowanie nowych Ruskich do tych eklektycznych pałaców?

Budynek, w którym pracowaliśmy, powstał w stylistyce klasycznej, ale naszpikowany został elektroniką i nowoczesnymi systemami świetlnymi i grzewczymi. Rosjanie budują nie tylko pałace. Powstają zamki z wysokimi, wąskimi wieżyczkami jak w Disneylandzie, wille olśniewające nowoczesną architekturą, rozległe rezydencje i dwory. Z najdroższych materiałów. Czasami człowiek zastanawia się, czy ktoś nad



WIDOK NA POKÓJ OZDOBIONY PRZEZ ORMIAN FRESKAMI



DETALE Z MALOWIDŁA NA SUFICIE



PRACA ARTYSTÓW W POZYCJI LEŻĄCEJ BYŁA MOCNO WYCZERPUJĄCA



A OBOK WSPANIAŁEJ I BARDZO DROGIEJ REZIDENCJI ROZPADAJĄCE SIĘ CHATY I BŁOTNISTE DROGI





TIGRAN (Z PRAWY) Z BUDOWLAŃCAMI Z ARMENII PRACUJĄCYMI W ROSJI

tym panuje, czy jest instytucja pilnująca ładu przestrzennego, ale ponieważ są to inwestycje poza Moskwą, o wszystkim tak naprawdę decydują władze okolicznych wiosek i gmin, łase na pieniądze i obecność kogoś znanego na swoim terenie. Bo jak powstanie koło wioski pod lasem jakiś pałac, to może i drogę zbudują, która do tej wioski prowadzi przez piaski i błoto? Może kanalizację zrobią i całą infrastrukturę? Może będzie praca w kuchni albo przy sprzątanii lub ochronie obiektu? Taka jest logika, dlatego nikt się nie przeciwstawia, wszyscy z tego czerpią korzyści. Wysoki standard wymusza postęp w całej okolicy. W pałacu, w którym malowaliśmy freski, każde drzwi do toalety kosztowały ponad 2 tys. dolarów. Właściciel mógł zamówić tańsze, też dobre, ale to nie wchodziło w grę. Musiały być najdroższe, taka tam panuje mentalność.

Dziwnie jednak wyglądają te gigantyczne budowle w wiejskim krajobrazie?

On będzie wiejski jeszcze trochę, bo wkrótce wchłonie go wielka i stale rozrastająca się Moskwa. Miasto rozwija się niezwykle dynamicznie i wciąż potrzebuje nowych przestrzeni. Mieszka w niej ponad 15 milionów ludzi, a ile naprawdę, Bóg raczy wiedzieć. Ci, którzy inwestują na peryferiach, kupują ziemię tanio, a kiedy ich pałace i ogrody znajdą się w granicach administracyjnych Moskwy, nagle staną się jeszcze bogatsi, bo wartość ich działek niebotycznie wzrośnie. Wszystko się kalkuluje. Na razie dysproporcje rażą, bo obok pałaców widać rozpadające się wiejskie chatki z drewna. Właściciel jeździ do domu luksusową limuzyną swoją własną drogą, a jego sąsiad grzęźnie w błocie rdzewiejącym żiguli. Ale za jakiś czas wioski już nie będzie, wyludni się (już się wyludnia, bo młodzi uciekają do miast), całkowicie zagarnie ją Moskwa.

Wspomniałeś na początku, że w mieście dochodzi do rasistowskich incydentów?...

Rasizm daje o sobie znać nie tylko w Moskwie, także w wielu innych wielkich miastach Rosji. Ataki terrorystyczne naręczają tylko sprężynę nienawiści do obcych. Faszystów nie znajdziesz w Niemczech, ale w Rosji jak najbardziej. Robią ustawki, wychodzą na miasto bić „innych”. A obcy to dla nich każdy, kto nie wygląda jak Rosjanin. Po prostu „czarny”. To pogardliwe, obraźliwe określenie Rosjanie zarezerwowali so-

bie dla mieszkańców Zakaukazia: Gruzinów, Ormian, Czeczenów, Azerów, Osetyńców, Tadżyków. Idą tłumnie, po pięćdziesiąt, po sto osób, z nożami, kijami bejsbolowymi, pałkami, napadają, biją, krzyczą „Rosja dla Rosjan!”, demolują sklepiki i stragany. A policja biernie się przygląda. Kiedy interweniuje, to z opóźnieniem. Pytają potem „co się stało?” i żądają dokumentów, kontrolują legalność pobytu, szukają dziury w całym, żeby doprowadzić do deportacji. Moim zdaniem, ten chaos nie jest przypadkowy, to nie dzieje się samo, ktoś tym steruje. Powiedziałbym, że to chaos kontrolowany, na rękę pewnym siłom politycznym w Rosji. Takie akcje odbywają się od czasu do czasu, na przykład przed wyborami, więc trudno mówić o spontaniczności rasistowskich akcji. Wystarczy odpowiednio rozdmuchać w mediach jakiś incydent, że na przykład Czeczen uderzył Rosjanina, po czym nagle pojawia się gromada skinów, która atakuje dzielnicę zamieszkałą przez „czarnych” z Kaukazu. Tłumaczenia nic nie dają. Rosjanie muszą pokazać, że to jest ich kraj, a inni – to ludzie drugiej kategorii. Po czym na końcu wychodzi, że nie Czeczen pobił Rosjanina, lecz na odwrót, Czeczen został celowo sprowokowany, ale nikogo to już nie obchodzi. Ostateczny wydzźwięk jest taki, że



TIGRAN VARDIKYAN

Urodził się w 1962 roku w Erewanie (Armenia). Ukończył Liceum Plastyczne i studia na Wydziale Wychowania Artystycznego Akademii Pedagogicznej w Erewanie. Od 1991 roku mieszka w Polsce, obecnie w Bielsku-Białej. Zajmuje się rysunkiem satyrycznym, ilustracją książkową i prasową. W orbicie zainteresowań artysty znajduje się także projektowanie gier komputerowych i zabawek. Współpracował z bielskimi wytwórniami filmów animowanych przy realizacji dekoracji i animacji postaci rysunkowych. Zajmuje się także malarstwem olejnym, projektowaniem graficznym i fotografią artystyczną. Ponad 15 lat związany był z redakcją Dziennika Zachodniego, gdzie zasłynął jako świetny karykaturzysta i autor rysunków satyrycznych. Od 2007 posiada polskie obywatelstwo. Wraz z nim w Polsce mieszka rodzina: żona i dwoje dzieci. Tigran był też autorem 30 wystaw portretów satyrycznych i malarstwa, m.in. w Krakowie, Poznaniu, Katowicach i Gdańsku, a także w kilku krajach europejskich. Nadal współpracuje z wieloma czasopismami w kraju i za granicą.

mamy w Rosji problem z ludnością napływową, nielegalną, ale przyjdzie Putin i wszystko ureguluje, wszystkim będzie dobrze, wszyscy będą szczęśliwi, naród powie: „Taki wódz jest nam potrzebny”.

Nie jesteś zbyt surowy w swoich poglądach?

Wyciągam wnioski. To nie jest efekt kilkumiesięcznego pobytu. Mam liczne kontakty w Rosji, śledzę na bieżąco tamtejsze media, rozmawiam z rodakami. Wiem, w jakich warunkach pracują ludzie z Kaukazu. Ze swoich krajów wygnała ich bieda. Wykonują najgorsze prace, których nie podjęliby się Rosjanie, a kiedy przychodzi im płacić, często na końcu pytają: „A byliście tu legalnie? Mielicie zgodę na pracę?” Lub wynajmują osiłków, żeby ich przegonili. Albo sprowadzają telewizję i prawników, żeby pokazać, w jakich warunkach i smrodzie mieszkają napływowi. Gdyby jednak nie oni, gdyby nie ich praca na czarno przy sprzątanu moskiewskich podwórek, ulic i mieszkań, stolica Rosji w ciągu jednego dnia utonąłaby w brudzie i śmieciach. Irytujące jest to zakłamanie, bo na przykład do odśnieżania ulic imigrantów z Kaukazu wynajmują moskiewscy urzędnicy, a kiedy tyse pały pobiją jakiegoś Tadżyka, który zamiatał ulice, dziennikarze załamują ręce i mówią: „Stała się rzecz straszna, no, ale on był u nas przecież nielegalnie”. I to tłumaczy wszystko. A Tadżyk powinien się cieszyć: miał szczęście, że go nie zabili, dostał tylko nauczkę.

Wobec tego proste pytanie: dlaczego ci wszyscy ludzie z dawnych sowieckich republik pchają się do Moskwy?

Odpowiedź jest równie prosta: bo Moskwa pcha się do nich. Zamyka im drogi handlowe, nakłada cło, przykręca kurki, wykupuje firmy, uzależnia gospodarczo. Ci biedni ludzie nie mają wyjścia. Nie przyjeżdżają jak Armia Czerwona z karabinami, lecz z pustymi rękami, po chleb. Szukają godnej, uczciwej pracy, poprawy warunków ekonomicznych i szczęścia u bogatego sąsiada, który głośno wciąż się dziwi, skąd u nas tyle „czarnych”, a po cichu potrzebuje ich, bogaci się na wyzysku, wynajmując przybyszów do najgorszych robót. Tak samo było w Anglii, kiedy protestowali Pakistańczycy, trzymając w rękach transparenty: „Przyjechaliśmy do was, bo wy kiedyś przyjechaliście do nas”.

Czy ty, Ormianin, też bałeś się w Moskwie? Mogłeś swobodnie spacerować?

Mogłem, lecz wolałem nie wychodzić. Na wszelki wypadek. Marzyłem, że w soboty i niedziele będę chodził do muzeów, galerii, podziwiał kolekcje obrazów, ale kiedy usłyszałem, co ludzie mówią, kiedy pooglądałem rosyjską telewizję, całkowicie odeszła mi ochota. Tego pobili, tamtego pobili, innego zadźgali, a przecież według „standardów” nacjonalistów rosyjskich ja też jestem „czarny”. Musiałbym mieć oczy dookoła głowy w miejscu publicznym. Powiem szczerze, czułem się zagrożony, więc przesiadywałem ze swoimi rodakami w odosobnieniu, żeby nikogo nie sprowokować. Nie było mi do śmiechu, kiedy koledzy mówili: „Tigran, możesz wychodzić do miasta, nie musisz się bać, nie jesteś podobny do Ormianina”. Rzekomo moje włosy i kolor oczu pozwoliłyby mi zgubić się w tłumie. Dziękuję za taki kamuflaż! Gdybym wyszedł z córką, która ma czarne oczy, byłoby już z nami źle. Chcę mieszkać i pracować w kraju, w którym człowieka szanuje się za to, że jest człowiekiem, a nie za wygląd. Nie chcę być tam, gdzie mi mówią, że za to, że jestem podobny do Rosjanina, nie dostanę w mordę. Mam nadzieję, że kiedyś to się w Rosji zmieni, ale na razie to dość odległa perspektywa. Bardzo odległa, skoro nic nie zmieniło się od czasów carskich.

Dziękuję za rozmowę.

Tao

Centrum Kosmetyki i Modelowania Sylwetki

tel. 662 263 036

Proponujemy całościowe działania od zastosowania
mocniejszych zabiegów urządzeniami,
po kuracje specjalistycznymi zestawami kosmetyków.
Zapraszamy Panie i Panów.

ODEJMUJEMY LAT

WYPEŁNIANIE ZMARSZCZEK - kwasem hialuronowym

MEZOTERAPIA IGIŁOWA - ekspresowy lifting, nawilżanie,
ujędrnianie / aminokwasy, peptydy, oligoelementy, witaminy /

MIKRODERMABRAZJA

ZABIEGI LASEROWE - fotoodmładzanie, zamykanie naczyń
usuwanie przebarwień, spłykanie bruzd i zmarszczek

ODEJMUJEMY KILOGRAMY

LIPOLIZA INIEKCYJNA - do 5 cm po każdym zabiegu

LIPOSUKCJA ULTRADŹWIĘKOWA - usuwanie komórek
tłuszczowych

ELEKTROSTYMULACJA - 1 zabieg zastępuje 3 godz. w siłowni

AGYPTOS - nakładanie na ciało 12 kg bandaży nasączonych
w specjalnej glinie - EKSPRESOWE MODELOWANIE SYLWETKI

MASAŻE - odchudzające i antycellulitowe

UPIĘKSZAMY

MAKIAŻ PERMANENTNY

DEPILACJA LASEROWA

KOSMETYKA TWARZY I CIAŁA

USUWAMY DOLEGLIWOŚCI

BÓLE

NERWICE

NADWAGĘ

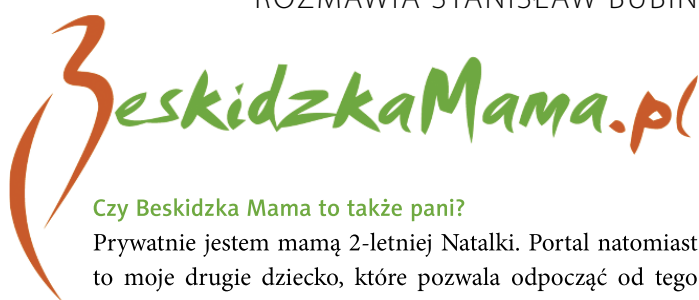
NAŁÓG PALENIA

i wiele innych dolegliwości



MAMY PODBESKIDZIA, ŁĄCZCIE SIĘ!

Z ANNĄ KOCZUR,
POMYSŁODAWCZYNIA, ZAŁOŻYCIELKĄ
I REDAKTOR NACZELNĄ PORTALU
WWW.BESKIDZKAMAMA.PL,
ROZMAWIA STANISŁAW BUBIN



Czy Beskidzka Mama to także pani?

Prywatnie jestem mamą 2-letniej Natalki. Portal natomiast to moje drugie dziecko, które pozwala odpocząć od tego pierwszego. Zaczęło stawiać swoje pierwsze kroki w październiku 2013.

Czy długo dojrzewała w pani myśl o założeniu portalu?

To był spontaniczny pomysł, wcześniej niczego nie planowałam. Od dawna interesuję się jednak fotografią, grafiką, także grafiką komputerową, coś tam projektowałam. Umiałyam także stworzyć stronę internetową na bazie istniejącego szablonu. Idea przyszła nagle, a najlepszy dowód, że na początku o wielu rzeczach nie wiedziałam.

O czym na przykład?

Chociażby o tym, że portal internetowy traktowany jest tak samo jak wydawnictwo papierowe. Musi być zarejestrowany sądownie, mieć wydawcę, a przede wszystkim nazwę, której nie ma nikt inny.

Ta nagła myśl dotyczyła od razu portalu dla mam?

Najpierw, w lipcu, założyłam na Facebooku fanpage, który zdobył już ponad 1400 fanów. To on zapowiadał pojawienie się portalu.

Jednak na początku była córeczka i doświadczenia mamy?

Oczywiście! Natalka jest dla mnie najważniejsza! Ale proszę mi wierzyć, najpierw chciałam się tylko „wyżyć” graficznie, rozwinąć pasję plastyczną, fotograficzną. Nie zamierzałam nic pisać. Bardziej myślałam o pozyskaniu do współpracy innych mam, żeby to one dzieliły się doświadczeniami. Chciałam im dać miejsce, w którym będą mogły swobodnie mówić o tym, co czują, co robią, jakie pasje realizują. Mnóstwo kobiet w ciąży i po urodzeniu odkrywa w sobie wiele talentów typu *hand made*: haftują, malują, robią sutasze, szyją, filcują, lepia, suszą, tkają, plotą, szydełkują i robią tysią-



ce przedmiotów, dla których nawet nie ma nawet polskich nazw: *decoupage*, *quilling*, *scrapbooking*, *beading*. Chciałam pokazać, co tworzą i „ubrać” to graficznie.

Czym zajmuje się pani zawodowo?

Po powrocie z urlopu macierzyńskiego wróciłam na stanowisko rzecznika prasowego Bielskiej Wyższej Szkoły im. Józefa Tyszkiewicza.

Dla portalu musiała pani zarejestrować firmę?

Nie, wydawcą portalu został mój mąż, który prowadzi działalność gospodarczą.

Czym tłumaczy pani fakt, że w ciągu 4 miesięcy serwis zdobył taką popularność?

Nie mam w tej dziedzinie doświadczenia, ale wydaje mi się, że popularność i sympatia mam wynikają z mojej wiarygodności. Dzielę się problemami i rozterkami, których sama, jako mama, doświadczam. Prowadzę otwarty dialog z mamami. Nie wstydzę się swoich niedoskonałości, głośno mówię o tym, jak wygląda macierzyństwo. Nie kreuję wizji idealnej mamy, bo sama nią nie jestem.

Trudno uwierzyć, że nie inwestowała pani w reklamę portalu.

Jedyną reklamą był fanpage na Facebooku i informacje wysyłane do mediów. Nie inwestowałam, bo nie miałam pewności, czy się uda. Zresztą, nie miałam na to pieniędzy. Ogłosiłam jedynie społeczną akcję „Dołącz do ekipy Beskidzkiej Mamy” i mamy same zgłaszały się, żeby dzielić się swoimi przepisami kulinarnymi, doświadczeniami w wychowywaniu dzieci, opisami zdrowego podejścia do życia. Potem zaczęły się zgłaszać mamy prowadzące firmy. Pomyślałam, że koniecznie trzeba pokazać, jak sobie radzą. Robiłam z nimi wywiady i zamieszczałam je na portalu. Wreszcie zaczęli zgłaszać się także potencjalni reklamodawcy, sami. Trochę byłam tym oszołomiona, tak szybko

wszystko się działo, ale postanowiłam to ogarnąć i stworzyć profesjonalną ofertę.

Tylko mamy z Podbeskidzia grupują się wokół portalu?

Otóż nie. Najlepiej widać to po statystykach na fanpage'u. Stałe zaangażowanie wykazują mamy np. z Gdańska, Kalisza, z Mazur, a także polskie mamy z zagranicy. To mnie zaskoczyło najbardziej. Internet to jednak globalna sieć, dociera wszędzie. Nie przeszkadza mi, że nie wszystkie mamy są „beskidzkie”, przecież łączy nas wspólnota doświadczeń i problemów. Mamy z zagranicy mówią np., w jakich warunkach tam się rodzi dzieci, co je spotyka, jak im się żyje, jaką mają opiekę medyczną, zasiłki i ulgi na dzieci.

Jak pani dzieli swój czas na pracę zawodową, portal i wychowanie dziecka?

Natalka jest na pierwszym miejscu. Funkcja rzecznika nie wymaga ode mnie codziennego bywania na uczelni, co jest dobrą wolą pracodawcy, bo informacje i artykuły mogę pisać w domu. A portal to godziny wieczorne i nocne. Jakoś sobie radzę. Pracy jednak przy portalu przybywa i nie da się już wszystkiego zrobić w warunkach amatorskich. Stąd decyzja o zmianie szablonu na profesjonalny oraz zlecenie części działań informatykowi. Powstał dzięki temu serwis z prawdziwego zdarzenia, który zwiększył zasięg o Żywiec i Cieszyn.

Portali dla kobiet jest dużo, a mimo to udało się pani „wstrzelić” w regionalną niszę. Pogratulować!

Dziękuję, jednak nie robiłam żadnych badań, działałam tak, jak czuję i lubię, być może dzięki temu odkryłam wspólnotę podobnych do mnie kobiet i mam. Bardzo się cieszę. Jest dużo stron eksperckich, ale takich, które pokazywałyby punkt widzenia mam, nie ma. Poszłam na żywioł i udało się. Szczerze powiedziawszy, po cichu liczyłam na odzew beskidzkich mam, wierzyłam, że zabiorą głos i będą się dzielić swoimi opiniami. Ale że powstanie wydawnictwo – nigdy nie myślałam. Tym większa moja radość.

Czy Beskidzka Mama działa tylko w świecie wirtualnym?

Absolutnie nie. Beskidzka Mama ma na koncie już 2 akcje, które współorganizowałam z Bielską Wyższą Szkołą im. J. Tyszkiewicza: Świąteczny kiermasz Handmade i I Kalendarzową Akcję Charytatywną pod hasłem „Dzieci dla Michałka”. Dzięki grafikowi Dariuszowi Łęczyckiemu, fotografowi Marioli Głajcar, a przede wszystkim fundatorowi całego nakładu, drukarni SferaDruku.eu, powstał kalendarz, z którego całkowity dochód przeznaczony został na rehabilitację i zakup specjalistycznych sprzętów dla Michałka Markowskiego z Bielska-Białej. Akcja okazała się ogromnym sukcesem! Kalendarz tak się spodobał, że udało nam się sprzedać cały nakład i zebraliśmy ponad 10 tys. zł. Za rok planuję kolejną akcję kalendarzową dla innego potrzebującego dziecka z naszego regionu.

Nie mogę nie zapytać o pani najnowszą akcję „Beskidzka Mama odchudza (się)”.

Pomysł przyszedł mi do głowy na fali programów telewizyjnych o odchudzaniu. Zawsze chciałam wystartować w podobnym przedsięwzięciu. Postanowiłam więc stworzyć go sama dla siebie. W powrocie do formy sprzed porodu pomagają mi firmy z naszego regionu: Nutridieta – Catering Dietetyczny dostarcza 5 dietetycznych posiłków dziennie o łącznej kaloryczności 1500, Nowicka – Centrum Odchudzania zapewnia konsultacje dietetyka i trening personalny. Końcowy efekt dopełniony zostanie zabiegami Dermika Salon & SPA. Porad z zakresu wizażu i analizy kolorystycznej udzielił mi studentki kosmetologii BWS im. J. Tyszkiewicza. Ostateczny szlif nada Studio Fryzur Cięcie. Brafitterki z salonu bielizny Aren doradzą mi natomiast w kwestii doboru odpowiedniej bielizny. Nie ukrywam, że jeśli tylko partnerzy wyrażą chęć, mam wielką ochotę, by program był kontynuowany dla mam z naszego regionu. Moje codzienne zmagania śledzić można na blogu www.beskidzkamamaodchudza.blogspot.com.

Dziękuję za rozmowę.



EFEKTEM AKCJI KALENDARZOWEJ BESKIDZKIEJ MAMY BYŁO PONAD 10 TYS. ZŁ NA REHABILITACJĘ MICHAŁKA

MAGAZYN LADY'S CLUB
(WWW.LADYSClub-MAGAZYN.PL)
NAWIĄZAŁ STAŁĄ WSPÓŁPRACĘ
Z PORTALEM BESKIDZKA MAMA
(WWW.BESKIDZKAMAMA.PL).
BĘDZIEMY SZEROKO INFORMOWAĆ
O JEGO PLANACH I AKCJACH SPOŁECZNYCH,
M.IN. O AKCJI „BESKIDZKA MAMA
ODCHUDZA (SIĘ)”.



PIĘKNA, ATRAKCYJNA I POCIĄGAJĄCA MASZ BYĆ DZISIAJ, A NIE JUTRO, ZA 5 LAT ALBO KIEDY SCHUDNIESZ

ODŚWIEŻ SZAFĘ NA WIOSNĘ

WRAZ Z PIERWSZYMI PROMIENIAMI WIOSENNEGO SŁOŃCA PRAGNIEMY COŚ ZMIEŃĆ. NAJCZĘŚCIEJ OTWIERAMY SZAFĘ I DOCHODZIMY DO KLASYCZNEGO WNIOSKU: „NIE MAM CO NA SIEBIE WŁOŻYĆ!”

BOŻENA KOWALSKA

Reforma szafy to bardzo trudne zadanie. Warto wiedzieć, jak ją dobrze przeprowadzić – zarówno od strony praktycznej, jak i stylowej. Pokusą do jej odświeżenia może być stara prawda, że każda zmiana, w tym także garderoby, pociąga za sobą zmiany w życiu. Dlatego właśnie... warto to zrobić na wiosnę. Nie chodzi o usunięcie z szafy wszystkich rzeczy i wydanie fortuny na nowe. Usiądź spokojnie, napij się kawy i pomyśl, od czego zacząć. Weź kartkę papieru i określ swój tryb życia. Wypisz na niej wszystkie typowe zajęcia: praca, dom, rozrywki, sport, hobby. Następnie zaplanuj strategię działania, czyli kroki, które doprowadzą cię do reformy szafy.

KROK 1 – Zrób inwentaryzację

Dokonaj przeglądu zawartości szafy, czyli tego, co już masz. Przyglądaj się poszczególnym fatalaszkom i odpowiadaj sobie na pytania:

- jak często w tym chodzę?
- czy naprawdę tego potrzebuję?
- czy mogę to przerobić?
- na jakie okazje będę to nosić?

KROK 2 – Wyglądaj dziś ładnie

Usuń z szafy wszystko, co nie pasuje do twoich obecnych rozmiarów. Dzisiaj masz być piękna, atrakcyjna i pociąga-



jąca. Nie jutro, za 5 lat albo kiedy schudniesz. Nie gromadź! Oddaj ubogim i potrzebującym swoje skarby, uszczęśliwisz kogoś, kto będzie te rzeczy nosił już dziś!

KROK 3 – Stwórz paletę swoich barw

Wyselekcjonuj garderobę według kolorów, które lubisz i w których dobrze się czujesz. Warto skorzystać z analizy kolorystycznej u profesjonalisty i dowiedzieć się, jaki typ urody reprezentujesz według pór roku: wiosnę, lato, jesień czy zimę? W najkorzystniejszych barwach, tzw. twarzowych, pozostaw bluzki,

topy, żakiety, sukienki i kostiumy. Bardziej oddalone od twarzy części garderoby – spodnie, spódnice, buty, torebki – kolekcjonuj w neutralnych tonacjach. Należą do nich szarości, beże, brązy, granaty, biele i czernie. Jeśli chcesz być trendy, zainwestuj w kolory żółty lub różowy, które lansują projektanci na wiosnę 2014! Pamiętaj jednak o starej zasadzie, że każdy kolor pasuje każdemu, ale diabeł tkwi w odcieniu.

KROK 4 – Kreuj swój wizerunek i styl

Wybierz z garderoby rzeczy, z którymi nie potrafisz się rozstać i w których czujesz się świetnie. Mogą to być twoje ukochane dżinsy, spódnica, bluzka itp. Zastanów się, dlaczego są takie świetne? Zaobserwuj fason, krój, materiał i detale tego ubioru, a potem zrób spis swoich spostrzeżeń. Skorzystasz

z niego przy zakupach, a czytając ten spis kilkakrotnie, sama dojdiesz do wniosku, gdzie pies pogrzebany. Bezcenne są stroje, które podkreślają atuty naszej figury. Postaraj się też określić swój styl: klasyczny, romantyczny, może sportowy? Ustal, czego potrzebuje twoja osobowość i w czym jesteś gotowa ją wyrażać.

KROK 5 – Zrób miejsce w szafie

Paradoksalnie robiąc miejsce w szafie, robisz miejsce na zmianę w swoim życiu i otwierasz się na nowości. Ale do rzeczy! Usuń z niej wszystko to:

- w czym nie chodzisz od roku
- co nie jest w twoim aktualnym rozmiarze
- co nie jest w twoim kolorze, stylu i ma zły fason

Pamiętaj, aby nie gromadzić ciuchów na strychu lub upychać w worki. Podaruj, rozdaj i uszczęśliwaj inne kobiety!

KROK 6 – Przygotuj bazę

Baza to rzeczy niezbędne, które pasują do wszystkiego, nigdy nie wychodzą z mody i mają w sobie ponadczasową elegancję. Sprawdź zatem stan swojej szafy i spisz ewentualne jej braki. Kobieta z klasą powinna w niej mieć choćby jedną bazową rzecz z kategorii:

- żakiet
- spódnica
- spodnie – do kostiumu (i dzinsy)
- garnitur lub kostium (dla kobiety aktywnej)
- mała czarna
- biała bluzka

- kardigan lub sweter
- płaszcz lub trencz

Nie zapomnij też, co nosisz pod ubraniem i zainwestuj w odpowiednią bieliznę. Od razu poczujesz się lepiej! W tej kwestii zawsze warto skorzystać z pomocy brafitterki. Pozostają jeszcze dodatki, które poprawią ci humor i nie opuszczą, nawet jeśli przytyjesz. Dzięki nim odświeżysz garderobę, nie czyszcząc przy tym konta.

KROK 7 – Wybierz się na zakupy

Sporządź listę brakujących rzeczy, kup najpierw to, co niezbędne. Jeśli zaopatrzysz się w bazę, możesz pozwolić sobie na więcej. Kup sobie coś, co poprawi ci humor (może to być coś trendy na wiosnę). Polecam sukienkę w modne aktualnie kwiaty, groszki lub rockową ramoneskę.

KROK 8 – Bądź atrakcyjna codziennie

Masz hobby, uprawiasz sport, sprzątasz, gotujesz obiady czy pracujesz w ogródku? Można wyglądać atrakcyjnie zawsze, nawet w stroju roboczym! Nic cię w tym względzie nie tłumaczy, ponieważ jesteś kobietą!

BOŻENA KOWALSKA

Kierownik specjalności Wizaż i kreowanie wizerunku na kierunku Kosmetologia w Bielskiej Wyższej Szkole im. J. Tyszkiewicza, a także stylistka wizerunku, wizażystka z 10-letnim doświadczeniem w dziedzinie wizażu, mody i kreowania wizerunku.

REKLAMA



GRACJA Salon Ślubny Bielsko-Biała

SALON GRACJA TO MIEJSCE, GDZIE KAŻDA PRZYSZŁA PANNA MŁODA MOŻE LICZYĆ NA FACHOWĄ I MIŁĄ OBSŁUGĘ. CHĘTNIE POMOŻEMY W DOBORZE WYMARZONEJ SUKNI ŚLUBNEJ I DODATKÓW. WIĘKSZOŚĆ SUKNI W NASZYM SALONIE JEST SZYTA NA MIARĘ, WIĘC IDEALNIE LEŻĄ NA SYLWETCE.

POSIADAMY DUŻY WYBÓR WELONÓW, BOLEREK, BUTÓW ŚLUBNYCH I BIŻUTERII.

UCZESTNICZYMY W LICZNYCH TARGACH I POKAZACH DLA FACHOWCÓW, ABY BYĆ NA BIEŻĄCO ZE ŚWIATOWYMI TRENDAMI W MODZIE ŚLUBNEJ.

ZAUFALO NAM JUŻ SETKI PANIEN MŁODYCH.

ZAPRASZAMY DO NAS SERDECZNIE



SALON ŚLUBNY GRACJA

ul. 3 Maja 37

43-300 Bielsko-Biała

TEL. 33 821 39 62

603 564 988

gracja@swiatsukien.com

Salon Ślubny Gracja

www.swiatsukien.com





MOJA PIERWSZA FARSA W ŻYCIU

Z **BRYGIDĄ TUROWSKĄ**,
SWAWOLNĄ PANIĄ YVONNE PRENTICE
ZE SZTUKI „CO WIDZIAŁ KAMERDYNER?”,
ROZMAWIA STANISŁAW BUBIN

W rankingu Dubscore.pl na liście najlepszych polskich aktorów dubbingowych znajduje się pani na topie, w pierwszej dziesiątce – jako jedna z dwóch pań, bo reszta to panowie. Dlatego nie bez powodu jest pani nazywana „królową dubbingu”. A tu nagle niespodzianka: odśłania pani twarz na deskach Teatru Polskiego w Bielsku-Białej w farsie „Co widział kamerdyner?” Joe Ortona, którą wyreżyserował Andrzej Zaorski. Autor sztuki, Joe Orton (1933-1967), uważany jest za prekursora humoru, który przypisujemy dziś grupie Monty Pythona. Akcja sztuki rozgrywa się w domu wariatów, gdzie najbardziej szalony jest dyrektor.

Jeśli ma pan na myśli media popularne, to rzeczywiście od pewnego czasu nie daję twarzy w telewizji, bo moje seriale już się zakończyły albo nadal trwają, ale beze mnie. Dwa lata grałam w „Kryminalnych”, dwa lata „Na Wspólnej”, pojawiałam się w serialach „Magda M.”, „Na dobre i na złe”, „Kasia i Tomek”, „Klan”, „13 posterunek”, „Buła i spółka”. Ale na stałe od 2007 roku jestem na Targówku, w Teatrze Rampa. Gram w spektaklach „Mistrz i Małgorzata”, „Tango Piazzolla”, „Żyd”, „A my do Betlejem...”, „Perły kabaretu Mariana Hemara”, w musicalu o Jimie Morrisonie „Jeździec burzy” i spektaklu muzycznym „Być jak Frank Sinatra”. Więc mimo



wszystko twarz odsłaniam. A na Podbeskidziu po raz pierwszy w życiu w farsie!

Kto panią ściągnął do Bielska-Białej?

Zbieg okoliczności, można powiedzieć. Nowy dyrektor Witold Mazurkiewicz zaproponował Andrzejowi Zaorskiemu, żeby zrobił farsę Ortona. Andrzej się zgodził, obejrzał w akcji bielskich aktorów, znał też z wcześniejszych realizacji aktorów z Rampy, gdzie Witek Mazurkiewicz trzymał pieczę nad sceną kameralną jako kierownik artystyczny, no i wybrał obsadę. Powiedział mi któregoś dnia, że przydałaby mu się do tej sztuki taka osoba jak ja, bo widział mnie w „Tangu Piazzolla” i „Być jak Frank Sinatra”. Zgodziłam się bez większego namysłu. Po pierwsze – bo to Andrzej Zaorski mi zaproponował, nie byle kto, klasa i nazwisko, a po drugie... jak wspominałem, nigdy wcześniej nie grałam w farsie.

Świetnie się pani odnalazła w roli lekko nieznosnej i frywolnej doktorowej i dyrektorkowej Yvonne Prentice. Trzyma pani ten spektakl. Znamy wszyscy dobrze bielskich artystów, są znakomici, ale pani wniosła coś nowego, oryginalnego, świeżego.

Bardzo dziękuję za komplement. Mam nadzieję, że Andrzej Zaorski i widzowie się na mnie nie zawiedli. Dla reżysera sprowadzenie kogoś nowego do znającego się dobrze zespołu to zawsze ryzyko. Czy się sprawdzi? Czy wpasuje się w miejscową grupę? To przecież takie delikatne... Dlatego jestem bardzo zadowolona, że reżyserowi spodobałam się w tej obsadzie.

A jak się pani pracowało z bielskim zespołem?

Bardzo dobrze! Na początku, wiadomo, trwało takie przglądanie się sobie nawzajem, kim jesteśmy, jaki warsztat aktorski posiadamy, ale wkrótce okazało się, że najważniejsza jest dla nas praca. Tylko ona się liczyła. Znalazłam znako-

mite porozumienie z moimi kolegami Grzegorzem Sikorą, Zofią Schwinke, Michałem Czaderną, Kazimierzem Czapłą i Tomaszem Lorkiem.

Jakiego warsztatu pani potrzebowała, żeby odnaleźć się w farsie? Bo to trudny gatunek, inny niż zwyczajna komedia, wymagający ogromnej dyscypliny i uwagi, pełnej gotowości.

Przede wszystkim w farsie nie wolno się bać bycia śmiesznym, jednowymiarowym. Każdy z nas stara się być raczej osobnikiem bardziej poważnym niż wesołkowatym, inteligentnym, a nie głupim czy głupkowatym. Rzadko kiedy wystawiamy się na ośmieszenie, nie jest to nasza najmocniejsza strona. Mamy, niestety, w odniesieniu do siebie dość niski poziom poczucia humoru. To dla mnie było najtrudniejsze. Zastanawiałam się, czy podejść do granej postaci konwencjonalnie, czy raczej pokazać ją jako osobkę śmieszną, filuterną, zalotną, a momentami głupią, ale w sposób uroczy, żeby publiczność ją pokochała. No i wybrałam ten drugi wariant.

Humor w farsie jest dość specyficzny, a w angielskiej szczególnie, lecz w Bielsku-Białej odbierany jest bardzo dobrze, o czym świadczy chociażby ogromne powodzenie przedstawienia „Mayday” Raya Cooneya w reż. Stefana Szaciłowskiego, granego w bielskim teatrze od lat (premiera odbyła się w 1993 roku!). Napisać jednak sztukę, której akcja toczy się w domu wariatów, w środowisku psychiatrów i ich pacjentów, a więc w środowisku, które z natury rzeczy śmieszne nie jest, to mistrzostwo świata. Tylko Anglicy tak potrafili! Orton szokował i oburzał swoimi czarnymi komediami nawet Anglików. Kiedy „Kamerdynera” wystawiono po raz pierwszy, farsa wzbudziła nie lada sensację i o mały włos nie przerwano spektaklu. Na szczęście u nas nic takiego się nie stało.



SCENY Z BIELSKIEJ FARSY „CO WIDZIAŁ KAMERDYNER?” Z UDZIAŁEM BRYGIDY TUROWSKIEJ

FOT. TEATR POLSKI BIELSKO-BIALA

To nie tylko zasługa samego autora, ale i reżysera Andrzeja Zaorskiego, który skonstruował przedstawienie lekkie, zabawne, nie ośmieszające nikogo, a raczej pokazujące, że świat, w którym żyjemy, to w całości wariacko i że najzdrowszą częścią tego świata są ci, którzy nie starają się zrozumieć jego logiki. Reżyser mocno nas dyscyplinował, żeby nie zmieniać znaczenia słów, szyku zdań, intonacji, konstrukcji wyrazów, bo są one wystarczająco śmieszne. My, aktorzy, mamy taki zwyczaj, że gdy nam coś nie wychodzi, to zmieniamy porządek wyrazów w zdaniu, improvizujemy, robimy po swojemu, tak jak to czujemy, a nie jak jest napisane przez autora, bo na przykład nie leży nam jego styl. Andrzej Zaorski bardzo nas pilnował, żeby nie zmieniać szyku, nie podstawiać wyrazów, które są nam wygodne albo wydają się śmieszne. To klucz do powodzenia tego spektaklu, cały jego charakter.

W tej farsie jest dużo świntuszenia, a mimo to przedstawienie w waszym wykonaniu nie ociera się ani przez moment o wulgarność. Publiczność świetnie reaguje na te pieprzności i dobrze się bawi.

Baliśmy się początkowo, czy nie zrobimy przedstawienia zanadto kontrowersyjnego, czy ktoś się nie obrazi za teksty i podteksty scen seksualnych, za aluzje dotyczące seksu, bo wiem, że nawet w Warszawie różni widzowie reagują różnie na sceny – ich zdaniem – zanadto wyuzdane. Cztery lata grałam w Gdyni na deskach teatru miejskiego i wiem, jak łatwo można dotknąć i obrazić niektórych ludzi. Przyszło mi więc do głowy, czy w Bielsku-Białej nie będzie podobnie, ale na szczęście obawy okazały się płonne. Publiczność w różnym wieku, młodsza i starsza, jak obserwuję to od samego początku, bawi się znakomicie i reaguje salwami śmiechu. Bardzo się cieszę, że tak jest i że udało się nam, dzięki Andrzejowi Zaorskiemu, co podkreślam po raz kolejny, uzyskać tę niezbędną lekkość i finezję, przez co farsa jest farsą, sztuką podaną smacznie, bawiącą zarówno komizmem słownym, jak i sytuacyjnym. Zresztą, gierki słowne, aluzje, mrugnięcia okiem do widowni, to jedna z lepszych stron tego przedstawienia, w czym także zasługa reżysera.

Czy będzie grała pani także w innych sztukach Teatru Polskiego w Bielsku-Białej?

Bardzo bym chciała, ale moje obciążenia warszawskie, w Rampie, w reklamie, dubbingu i słuchowiskach radiowych nie pozwalają mi na to. Było mi zresztą głupio względem bielskich kolegów, że wskoczyłam do gotowej już prawie sztuki, kiedy oni ciężko pracowali nad nią od samego początku, lecz nic nie mogłam na to poradzić. Bywało, że przyjeżdżałam do Bielska rano i wracałam w nocy. Nie mam więc planów szerszego związania się z waszym pięknym miastem.

Co dało pani to beskidzkie doświadczenie?

Poznałam znakomity zespół, świetnych, bardzo zdolnych aktorów i kolegów. Poznałam też dopiero tutaj Andrzeja Zaorskiego, człowieka o rewelacyjnym poczuciu humoru,

niebawale cierpliwości w stosunku do nas, mimo swojej niedyspozycji po chorobie. Andrzej, jak wiadomo, po przebytym udarze mózgu powrócił do pracy zawodowej i nadal jest najwyższej klasy profesjonalistą. Cieszę się, że mogłam z nim pracować w Bielsku-Białej właśnie. No i, jak mówiłam, po raz pierwszy w karierze zagrałam w farsie. Wydaje mi się, że sprawdziłam się jako aktorka komediowa. Jeśli zatem kiedykolwiek jeszcze dostanę propozycję zagrania w farsie, od razu w nią wskoczę.

Dziękuję za rozmowę.



BRYGIDA TUROWSKA

Aktorka, śpiewaczka. W 1989 ukończyła Studio Wokalno-Aktorskie przy Teatrze Muzycznym w Gdyni. Był to również jej pierwszy teatr zawodowy, w którym w l. 1985-1989 występowała w spektaklach „Les Misérables”, „My Fair Lady”, „Dwoje na huśtawce” i „Skrzypek na dachu”. W l. 1991-1994 grała w Teatrze Miejskim w Gdyni. W l. 1994-2006 pracowała w Teatrze Nowym w Warszawie, gdzie grała w wielu przedstawieniach Adama Hanuszkiewicza. Występowała w Teatrze Offowym w spektaklu „Miss America” w reż. Zbigniewa Olkiewicza. Współpracowała z Teatrem Wielkim w Warszawie w l. 1995-1998. Od 2007 związana na stałe z Teatrem Rampa w Warszawie. Brygida Turowska jest znana również z małego ekranu. W Teatrze Telewizji zagrała w spektaklach Macieja Wojtyłki „Chryje z Polską” i „Casanova”. Ma na koncie wiele ról w serialach telewizyjnych. Dzieci znają ją z większości dubbingowanych bajek. Jest m.in. głosem Angeliny Jolie w filmach „Rybki z ferajny” i „Kung Fu Panda”. Jej stale pogłębianą pasją jest śpiew. Współpracowała z zespołami jazzowymi w Gdańsku, Gdyni i we Włoszech (Rzym, Bolonia, Modena, Mediolan). Brała udział w koncercie „Łazuka zaprasza” i oratorium „63 fotografie” Romana Kolakowskiego. Uczestniczyła ponadto w projekcie Deep Explorers 2007 jako operator dźwięku, asystent operatora pod wodą i na lądzie, aktorka i fotografik. Nurkuje od 2004. Jest współautorką filmu dokumentalnego „Wielki błękit Morza Czerwonego”.

MISS
POLONIA
PODBESKIDZIA
2014

MIEJSCE:
KAMELIOWY ZAKĄTEK
AL. ARMII KRAJOWEJ 220
Bielsko-Biała

DATA:
29 MARCA 2014
godz. 19:00

Angelika Olszewska finalistka
Miss Polonia Podbeskidzia 2014
fot. Dariusz Lekki • www.lekki.pl

Prestige

organizator: **AGENCJA MODY**

Edyta Dronik

sponsorzy:



patronat
medialny:



partnerzy:



tel: +48 600 077 609

www.amprestige.pl

ROZMOWA Z **MARIĄ DASZCZYK-BIERNAT**, DYREKTOREM ODDZIAŁU ZUS W CHORZOWIE

Ze zdziwieniem przyjąłem informację, że ZUS w tym roku obchodzi 80 lat!

To prawda. Choć w obiegowej opinii ZUS jest dzieckiem komunizmu i jako taki powinien odejść wraz z nim w mrok historii, to jednak wciąż istnieje i realizuje powierzone zadania. Być może dlatego, że z komunizmem nie ma nic wspólnego, a jego tradycja sięga 1934 r. Przez te wszystkie lata zmieniały się przepisy, zmieniała się instytucja i ludzie w niej pracujący i tylko jedno pozostało niezmiennie: nasza troska o przyszłość społeczeństwa. Od 1934 r. ZUS dba o to, by wszyscy pracujący mieli gwarancję wypłaty emerytury po zakończeniu kariery zawodowej.

Jaki jest ten dzisiejszy ZUS?

Zakład Ubezpieczeń Społecznych to instytucja, z którą wcześniej czy później niemal każdy obywatel ma lub będzie miał do czynienia. Towarzyszy każdemu Polakowi w zasadzie od narodzin do śmierci. Nie ma w kraju innego organu administracji publicznej, który realizowałby tak różnorodne zadania na tak ogromną skalę: 1,7 mln płatników składek, 15,5 mln ubezpieczonych, 7,3 mln świadczeniobiorców. Ta skala działania zobowiązuje. ZUS od kilku lat podejmuje wiele działań ukierunkowanych na modernizację, podnoszenie efektywności, wdrażanie nowoczesnych technologii. Tego oczekują obywatele, coraz lepiej wykształceni i bardziej świadomi rozwiązań wdrażanych na świecie. Choć ZUS nie ma wpływu na wysokość składek, warunki przyznawania świadczeń czy sposób obliczania emerytur, to z pewnością jest w pełni odpowiedzialny za sposób obsługi, zgodny z rosnącymi oczekiwaniami klientów. Dlatego instytucja postawiła na poprawę jakości, systematycznie wprowadzając rozwiązania satysfakcjonujące klientów. Chodzi o to, by każdy z nas, załatwiając swoją sprawę w ZUS, poczuł się dobrze obsłużony.

No właśnie, często słyszy się, że w ZUS są kolejki, że trudno się coś dowiedzieć i obsługa pozostawia wiele do życzenia...

W 2010 r. rozpoczęliśmy badania satysfakcji trzech grup klientów: przedsiębiorców, świadczeniobiorców, ubezpieczonych. Wyniki tych badań pozwoliły na określenie konkretnych oczekiwań stawianych ZUS-owi. Wychodząc naprzeciw tym oczekiwaniom, wprowadziliśmy wiele nowoczesnych rozwiązań w salach obsługi klientów, wydłużyliśmy czas pracy wszystkich jednostek (w poniedziałki do godz. 17), stale rozszerzamy katalog spraw, które można załatwić „od ręki”. Dbamy o to, by czas oczekiwania na obsługę nie



przekraczał 15 min. Pracownicy odpowiedzialni za bezpośrednią obsługę klientów systematycznie podnoszą kwalifikacje, zarówno merytoryczne, jak i interpersonalne, które pozwalają na lepsze zrozumienie potrzeb klienta, udzielenie mu kompleksowej informacji z zachowaniem wysokich standardów obsługi. Zakład systematycznie skracza czas załatwienia spraw. Zależy nam na tym, by klienci nie musieli długo oczekiwać na odpowiedzi. Dlatego standardem jest, że przedsiębiorcy otrzymują niezbędne zaświadczenia praktycznie od ręki. Jeśli chodzi o decyzje emerytalno-rentowe, staramy się wydawać je do 20 dni. Nie mogę co prawda powiedzieć, że wszystkie sprawy są załatwiane w takich terminach – zdarzają się sprawy na tyle skomplikowane, że wymagają dłuższego postępowania. Jednak przeciętne załatwienie wniosku o emeryturę nie przekracza 20 dni.

W kręgu klientów każdego oddziału ZUS wyodrębniliśmy grupę płatników strategicznych, dla których wdrażamy właśnie projekt obsługi płatnika strategicznego. Usługa ta polega na wyznaczeniu specjalnego opiekuna, który zapewnia indywidualną komunikację, merytoryczne wsparcie, służy pomocą przy rozwiązywaniu problemów. Celem tego projektu jest szybsza i efektywniejsza obsługa płatników strategicznych, zmniejszenie liczby błędów na kontach tych płatników i ich ubezpieczonych, co w efekcie przełoży się na wzrost satysfakcji tej grupy naszych klientów.

Ostatnio dużo mówi się o informatyzacji, dziś niemal w każdym domu jest komputer, internet. Czy ZUS nadąża za tym trendem?

Zakład stał się instytucją projektującą rozwiązania na przyszłość. Zdajemy sobie sprawę, że przyszłość w administracji to administracja elektroniczna. Dlatego szczególnie nacisk kładziemy na rozwój usług elektronicznych. W dobie powszechnego internetu elektroniczny kontakt z administracją powinien być standardem. W czerwcu 2012 r. ZUS uruchomił Platformę Usług Elektronicznych – narzędzie zapewniające szybki, bezpieczny i transakcyjny dostęp do danych zapisanych na koncie każdego klienta. Z tego narzędzia mogą korzystać wszyscy – zarówno płatnicy, ubezpieczeni, jak i świadczeniobiorcy. Ubezpieczeni poprzez PUE mogą na bieżąco sprawdzać stan konta składowego, mają możliwość wyliczenia hipotetycznej emerytury, porównania, jaka część składki emerytalnej została w ZUS, jaka trafiła na subkonto, a jaka do OFE. Przedsiębiorcy za pomocą PUE m.in. całkowicie bezpiecznie, komfortowo i bezpłatnie (jeśli skorzystają np. z bezpłatnego Profilu Zaufanego e-PUAP) rozliczą składki z ZUS, dokonają płatności on-line, złożą wnioszek o zaświadczenie o niezaleganiu w opłacaniu składek i takie zaświadczenie elektronicznie otrzymają. Emeryci i inni świadczeniobiorcy sprawdzą wysokość świadczenia po waloryzacji, podejrzają terminy płatności świadczeń, a jeśli dorabiają do emerytury, będą mieli podgląd składek. Przez PUE można także zarezerwować termin i godzinę wizyty w ZUS. Oszczędzamy w ten sposób czas i nie musimy czekać w kolejce. Platforma Usług Elektronicznych to bodaj jedyne tak kompleksowe rozwiązanie w polskiej e-administracji. ZUS przez internet to już nie pobożne życzenie, lecz realna możliwość.

Wynika z tego, że prawdziwy wizerunek dzisiejszego ZUS-u znacznie różni się od tego obiegowego. Skąd bierze się ów rozdźwięk?

W znacznej części ze stereotypów, które, niestety, żyją długo. Według badań satysfakcji klientów, prowadzonych na bardzo dużej grupie Polaków przez renomowaną pracownię Millward-Brown SMG/KRC, ZUS jest dobrze i bardzo dobrze oceniany przez ponad 85% świadczeniobiorców i blisko 80% przedsiębiorców. To ci, którzy mają częsty, bezpośredni kontakt z ZUS. Mniej pozytywnych ocen wystawiają nam klienci, którzy sporadycznie kontaktują się z Zakładem albo zgłębiają w ogóle. I wtedy siła stereotypu bierze górę. Tymczasem ZUS bardzo zmienił się w ostatnich latach. Nasza strategia przekształceń nastawiona jest na podstawowy cel: poprawienie jakości obsługi. Zmieniliśmy sposób myślenia i działania wewnątrz instytucji. I zdajemy sobie sprawę, że choć wiele już zostało zrobione, do osiągnięcia postawionego celu daleka droga.

A może nie lubimy ZUS, bo przepisy dotyczące ubezpieczeń społecznych są zbyt skomplikowane i nie bardzo wiemy, jak się w tym gąszczu poruszać?

Zdajemy sobie sprawę, że przepisy dotyczące ubezpieczeń społecznych nie należą do łatwych i prostych. Dlatego w razie jakichkolwiek pytań czy wątpliwości warto skorzystać z możliwości kontaktu z Zakładem – czy to bezpośrednio w placówce, czy telefonicznie lub z wykorzystaniem Platformy

Usług Elektronicznych. Od dłuższego czasu systematycznie poszerzamy ofertę bezpłatnych szkoleń i warsztatów adresowanych do płatników składek. Takie szkolenia to okazja do pogłębienia wiedzy, a także możliwość indywidualnych konsultacji. Tylko w chorzowskim Oddziale ZUS w 2013 r. z oferty szkoleniowej skorzystało ponad 1000 osób. Zachęcam do odwiedzania naszej strony internetowej (www.zus.pl), gdzie w zakładce „Szkolenia” dostępne są szczegółowe informacje o aktualnej ofercie szkoleniowej. Ale bieżąca informacja to nie wszystko. System ubezpieczeń społecznych ma kluczowe znaczenie dla życia społecznego. Niestety, świadomość Polaków w zakresie ubezpieczeń społecznych jest zbyt mała, mimo że ubezpieczenia społeczne są niezwykle istotne w życiu każdego z nas. Skutkiem tej niewiedzy są mity i stereotypy krążące w przestrzeni społecznej, źródło niepotrzebnych nieporozumień. Dlatego tak ważna jest edukacja, najlepiej od najmłodszych lat. ZUS zgodnie ze swoim ustawowym zadaniem popularyzuje wiedzę na temat ubezpieczeń społecznych, podejmując liczne akcje edukacyjne i współpracując z mediami. W ubiegłym roku ZUS przyłączył się do grona organizatorów „Lata z radiem” i odwiedził wiele miast Polski. Szeroka akcja edukacyjna, skierowana do wszystkich naszych klientów, a także do tych, którzy będą nimi w przyszłości, czyli do młodzieży, jest naszym wyzwaniem. W tym roku rusza pilotaż ogólnopolskiej akcji edukacyjnej skierowanej do uczniów szkół ponadgimnazjalnych pod nazwą „Lekcje z ZUS”. Oddział ZUS w Chorzowie zaczął współpracę z Chorzowską Szkołą ZHP, przystępując do projektu Harcerskiej Akademii Aktywnego Obywatela. W ramach tego projektu przedstawiciele ZUS spotykają się z ambasadorkami projektu, instruktorami harcerskimi, przekazując im niezbędną wiedzę o ubezpieczeniach społecznych. Ambasadorki będą przeprowadzać tematyczne zbiórki, na których harcerze w przystępny i zrozumiały sposób, często poprzez zabawę, poznają tajniki ubezpieczeń społecznych. Projekt obejmuje także konkursy, wizyty harcerzy w Oddziale ZUS i Dni ZUS na letnich obozach.

Dziękuję za rozmowę.

ROZMAWIAŁ SWA

PYTAJ LADY'S CLUB, A ZUS ODPOWIE

Eksperci ZUS są do dyspozycji Czytelników. Magazyn *Lady's Club* nawiązał stałą współpracę z Oddziałem ZUS w Chorzowie. Jej celem jest upowszechnianie wiedzy o ubezpieczeniach społecznych i przełamywanie stereotypów dotyczących Zakładu. Na stronie internetowej www.ladysclub-magazyn.pl uruchomiliśmy aktywną zakładkę, przez którą można pytać o wszystkie problemy dotyczące ubezpieczeń. Odpowiedzi udziela ANNA SOBAŃSKA-WAĆKO, rzecznik Oddziału ZUS w Chorzowie. Zachęcamy do korzystania z tej skrzynki. W kolejnych numerach *Lady's Club* będziemy także zamieszczać artykuły przybliżające system ubezpieczeń społecznych i wyjaśniające zawiłości aktualnych przepisów.



W CZASIE ZAKUPÓW URUCHAMIAJĄ SIĘ W ORGANIZMIE NEUROPRZEKAŹNIKI, POWODUJĄCE ODCZUCIE PRZYJEMNOŚCI

ZAKUPOHOLICY

Pieniądze szczęścia nie dają. Dopiero zakupy.
MARILYN MONROE

ZAKUPY SĄ CZYNNOŚCIĄ WYNIKAJĄCĄ Z KONIECZNOŚCI. MUSIMY COŚ JEŚĆ, CZYMŚ SPRZĄTAĆ, POTRZEBUJEMY UBRAŃ I KOSMETYKÓW, TELEFONÓW KOMÓRKOWYCH I BUTÓW. CHODZENIE PO SKLEPACH, WYBIERANIE I KUPOWANIE CZĘSTO DAJE DUŻO PRZYJEMNOŚCI, A HANDEL KUSI. RÓŻNE RZECZY DOSTĘPNE SĄ NA WYCIĄgniĘCIE RĘKI. CORAZ WIĘCEJ PRODUKTÓW ZNAJDZIEMY W INTERNECIE. WYSTARCZY PARĘ KLIKNIĘĆ I KURIER PRZYWOZI WYBRANE TOWARY DO DOMU. PIENIĘDZY NIE POTRZEBA, MAMY PRZECIEŻ KARTY KREDYTOWE... DLA WIELU Z NAS ZAKUPY STAJĄ SIĘ LEKIEM NA ZŁY NASTRÓJ, SAMOTNOŚĆ, STRES. WIĘKSZOŚĆ NIE ZDAJE SOBIE SPRAWY, ŻE PROSTA CZYNNOŚĆ KUPOWANIA MOŻE Z CZASEM STAĆ SIĘ NAŁOGIEM. WZROSTOWI ILOŚCI SUPERMARKETÓW I GALERII HANDLOWYCH TOWARZYSZY CORAZ WIĘCEJ OFIAR UZALEŻNIANIA OD ZAKUPÓW. ZAKUPOHOLICY SĄ WŚRÓD NAS.

Można uzależnić się od alkoholu, nikotyny, kawy, herbaty, narkotyków, lekarstw, a także od kosmetyków, operacji plastycznych, czekolady, pracy, seksu, hazardu, telewizji, internetu. A także od zakupów, pozwalających oderwać się od szarej rzeczywistości i dających fałszywe poczucie szczęścia. Właściciele sklepów i współpracujący z nimi specjaliści dbają

o to, by przyciągnąć jak najwięcej klientów. Sposobów na zachęcanie do wydawania pieniędzy jest mnóstwo. Psychologia sprzedaży jest stale obecna w sklepach: muzyka, ładne oświetlenie, atrakcyjny wystrój i promocje powodują, że pobyt w sklepie jest po prostu przyjemny. Szary świat znika, barwne wystawy wprowadzają nas w bajkowy świat przepychu i magii.

ZACZYNA SIĘ NAŁÓG

Chodzisz, oglądasz, przymierzasz. Wszystko chciałabyś mieć. Wyciągasz plastikową kartę i to już jest twoje! Wyobrażasz sobie, jak świetnie będziesz wyglądać i jak zareagują koleżanki. Słyszysz komplementy, odczuwasz zadowolenie. Jesteś podekscytowana, uśmiesz się. Sprzedawczynie nadskakują. Świat już nie jest taki beznadziejny. Kupujesz coraz więcej i coraz częściej, bez ograniczeń. Poczucie własnej wartości wzrasta, zwłaszcza kiedy kupujesz markowy zegarek czy sukienkę od znanego projektanta. Pewnego dnia okazuje, że nadal kupujesz, chociaż w portfelu nie masz już ani grosza, a na koncie bankowym potężne długi.

Czy masz świadomość, że zakupy wymknęły się spod kontroli? Że kupujesz dla samego kupowania, a nie z potrzeby? Wracasz z torbami pełnymi zakupów, z których tylko część była planowana. Większość kupiłaś pod wpływem impulsu. Czy po powrocie do domu żałujesz? Zaczynasz ukrywać zakupy przed innymi? Jeśli zdarzyło ci się to raz czy dwa, nie ma problemu. Gorzej, gdy dzieje się to regularnie, a zakupy zaczynają działać destrukcyjnie na ciebie i bliskich.

Początki zakupoholizmu nie różnią się znacząco od zachowań normalnych. Każdy w końcu przecież robi zakupy. Uzależnienie zaczyna się wtedy, gdy tracisz kontrolę nad tym, co kupujesz, ile i kiedy. I nie potrafisz obiektywnie ocenić, czy dane rzeczy są ci potrzebne. Po okresie intensywnego kupowania może przyjść czas na refleksję, poczucie winy, żal i lęk. Dla zagłuszenia tych nieprzyjemnych emocji zakupoholik znowu idzie na zakupy, by poczuć ulgę i radość. Zaczyna się błędne koło. Z czasem zakupy stają się głównym sposobem radzenia sobie ze stresem i emocjami. Kupowanie jest już ucieczką przed codziennymi problemami, smutkami, poczuciem samotności i niedowartościowaniem. Problem dotyczy zarówno kobiet, jak i mężczyzn. Kobiety najczęściej kupują ubrania, kosmetyki, buty, torebki i biżuterię, czyli rzeczy związane z wizerunkiem. Mężczyźni natomiast przedmioty wzmacniające poczucie władzy i prestiżu: telefony komórkowe, laptopy, sprzęt sportowy...

CIĄGŁA KONSUMPCJA

U źródeł zakupoholizmu leżą czynniki biologiczne, społeczne, psychologiczne i duchowe. W czasie zakupów wydzielają się w naszym organizmie serotonina, dopamina i adrenalina. Powodują one odczuwanie przyjemności. Znacznie poprawia się nastrój, dlatego chętnie wracamy do tych czynności. Reklamy w stylu „jesteś tego warta” dotyczą subtelnych pokładów poczucia własnej wartości. To poczucie jest stabilne, niezależne od chwilowych sytuacji. Stąd osoby z niskim poczuciem własnej wartości są bardziej narażone na wpływ reklam.

Zakupoholizm często współwystępuje z zaburzeniami psychicznymi, tj. depresją, stanami lękowymi i obsesyjno-kompulsywnymi, a także z zaburzeniami osobowości. Dużą rolę w pojawianiu się problemu odgrywa też środowisko. Wpędza nas w nałóg świat ciągłej konsumpcji, rywalizacji, przymusu bycia lepszym, piękniejszym, zamożniejszym. Presja otoczenia, szczególnie w kręgu ludzi młodych, jest bardzo

silna. Liczy się nie tylko to, kim jesteś, ale jak wyglądasz i czy nosisz markowe ubrania. Osoby z niską samooceną, których samopoczucie zależy od akceptacji otoczenia, mające wysoki poziom lęku przed odrzuceniem, łatwo mogą stać się ofiarami zakupoholizmu.

Jednym z czynników tego nałogu jest również duchowość, rozumiana jednak szerzej niż pojęcie religijności czy konieczność wiary w Boga. Człowiek uduchowiony nie odczuwa pustki, ma poczucie sensu życia. Nałóg może pojawić się w wyniku chęci wypełnienia pustki w środku. W terapii osób uzależnionych ważne jest odbudowanie związku z tym obszarem.

Osoby, które wpadły w pułapkę uzależnienia nie są najczęściej świadome wagi problemu. To, co robią, uważają za coś naturalnego. Tłumaczą swoje zachowania na różne sposoby: chwilą wytchnienia, odreagowaniem, oderwaniem myśli od problemów, zredukowaniem napięcia i gniewu. Są zakupoholicy działający pod wpływem impulsu. Ich wewnętrzny głos krzyczy: „Musisz to mieć, już!”. Są też łowcy okazji, można ich spotkać na wyprzedażach, a także kolekcjonerzy (setny zegarek to dla nich kolejny powód do radości) i zbieracze nowości (koniecznie muszą mieć kapelusz lub torebkę z najnowszej kolekcji). Kupowanie zaspokaja inne potrzeby, często nieuświadomione. „Kupuję, żeby poczuć coś, czego brakuje mi w życiu. A brakuje mi miłości”.

MECHANIZM ZAPRZECZANIA

Zakupoholik jeśli nie jest na zakupach, to o nich obsesyjnie myśli. Przegląda strony internetowe, planuje co i gdzie kupić kolejnym razem. Daje mu to satysfakcję, napędza do



ŁĘMY W GALERIACH DZIAŁAJĄ NA ZAKUPOHOLIKÓW MOBILIZUJĄCO



ZAKUPOHOLICY DZIAŁAJĄ CZĘSTO POD WPLYWEM WEWNĘTRZNEGO PODSZEPTU: „MUSISZ TO MIEĆ!”

działania. I, niestety, odcina od otoczenia, bo zapomina o zjedzeniu lub zajęciu się dzieckiem. Dom takiej osoby jest przepełniony rzeczami, które często nie są w ogóle używane. Po zakupie przedmiot nie daje już tyle radości. Łąduje w kącie pokoju lub szafie, a zakupoholiczka rozgląda się za kolejnym. Takim zachowaniom towarzyszy często poczucie winy, wstyd, chęć robienia tego w tajemnicy. Zakładają oni „na boku” konta bankowe i biorą kolejne karty kredytowe. Zadłużenie wciąż rośnie, lecz pokusa zakupu jest silniejsza. Myśli o konsekwencjach odkłada się na później. Jeśli ktoś próbuje przerwać to błędne koło, zakupoholik może wpaść w gniew i złość. Czuje się niezrozumiany i oburzony, że zabiera mu się coś bardzo ważnego. Przecież w jego

ocenie nie robi nic złego. Zaczyna widzieć problem, kiedy sytuacja zupełnie wymknie się spod kontroli. Mąż na przykład przestanie spłacać długi, a do drzwi zapuka komornik.

ZBIERACTWO

Bardzo często zakupoholizm jest powiązany z potrzebą kolekcjonowania rzeczy. Związane jest to z przymusem robienia czegoś. Zakupoholiczka zawsze ma racjonalne wytłumaczenie, choć domownik lub obserwator z zewnątrz widzi kolejną niepotrzebną rzecz. Są osoby, które mają kilkaset podobnych lusterek, breloczków, torebek. Nie są one wykorzystywane, lecz po prostu gromadzone. Zbieractwo może przybierać różne formy. Pewien pan kupował codziennie duże ilości... udek z kurcząt oraz tacek z wątróbkami i żołądkami z indyków. Jego żona nie nadążała z przetwarzaniem żywności, brakowało miejsca w lodówce. Zachowanie męża było dla niej bardzo trudne, nie przemawiały do niego żadne argumenty. Na domiar złego bagatelizował potrzeby żony. Odmawiał zakupu nowej torebki, szalika czy czegoś do domu. Pewnego razu żona obudziła się z bólem w klatce piersiowej, mąż nie potrafił zająć się przechowaniem zakupionej żywności. W rezultacie po paru dniach pojawił się odór, a on dostrzegł bezsens swojego zachowania. Małżonka zażądała wizyty u psychologa. Poszli razem i tak zaczęła się ich terapia.

NOWA JEDNOSTKA CHOROBOWA

W międzynarodowych klasyfikacjach chorób nie jeszcze uzależnień czynnościowych. Jednak badacze dochodzą do wniosku, że są one powiązane z uzależnieniami chemicznymi. Oba rodzaje zmieniają społeczne funkcjonowanie danej osoby. Traci ona kontrolę nad zachowaniem, co może stać się źródłem cierpienia, poczucia winy, wstydu. Jest to ważne w próbach diagnozy i leczenia zakupoholizmu. Pojęcie uzależnienia czynnościowego lub toksykomanii bez substancji po raz pierwszy wprowadził psychoanalityk Otto Fenichel

JEŚLI NIE CHCESZ BYĆ ZAKUPOHOLIKIEM

- wychodź na zakupy z kimś, kto pomoże ci kontrolować wydatki
- unikaj zakupów przy pomocy kart płatniczych, bo gotówkę trudniej wydać
- wyrób w sobie nawyk pytania, czy rzeczywiście dana rzecz jest ci niezbędna do życia
- nie chodź na promocje, unikaj samodzielnego chodzenia na zakupy, zwłaszcza w okresie przedświątecznym.
- spisuj i analizuj swoje miesięczne wydatki
- jeśli bardzo podoba ci się jakaś rzecz, nie kupuj jej od razu; poczekaj kilka godzin lub dni, porozmawiaj o tym z kimś, zanim podejmiesz decyzję
- dokładne planuj budżet dzienny i miesięczny
- unikaj osób z podobnymi problemami zakupowymi
- zawsze rób sobie listę potrzebnych rzeczy i nie kupuj niczego, co się na niej nie znajduje
- rozwijaj zainteresowania odwracające uwagę od zakupów
- naucz się różnych form relaksacji

w 1945 r. W przypadku uzależnień czynnościowych można także zaobserwować objawy wzrastającej tolerancji, przejawiające się zwiększaniem przez osobę częstotliwości lub intensywności zachowania w celu doświadczenia przyjemności. Objawy te także mają naturę psychiczną, nie fizyczną. Rodziny zakupoholików są w trudnej sytuacji. Często bezradne i nieumiejące rozmawiać z osobą uzależnioną. Pierwszym krokiem powinno być utrudnianie tej osobie trwania w nałogu. Jeśli żona wydaje dużo pieniędzy, a sama nie pracuje, mąż powinien odciąć ją od gotówki i zadbać o rozdzielność majątkową. Wydawać się to może dość ostrym krokiem, jednak jest on niezbędny, by pomóc osobie uzależnionej. Istnieje oczywiście ryzyko konfliktów, stąd wskazana byłaby jednocześnie terapia małżeńska bądź indywidualna. Bez wsparcia kogoś z zewnątrz małżeństwo będzie narażone na ciężkie chwile, może nawet dojść do rozpadu. Pomocne są farmakoterapia i równoległe prowadzona psychoterapia. Pomaga ona w poradzeniu sobie z nieprzyjemnymi emocjami i zmianie destrukcyjnego sposobu myślenia. Dociera się do głębokiego, wewnętrznego powodu, dla którego dana osoba dokonuje zakupów oraz do niezaspokojonych (nawet jeszcze w dzieciństwie) potrzeb: miłości, uwagi, przyjemności. Z pomocą psychoterapeuty zakupoholik odbuduje poczucie własnej wartości. Sięganie po pomoc jest sygnałem, że taka osoba chce pracować nad sobą.

Terapia może być trudna, ponieważ nie można uniknąć robienia zakupów. Spodobał mi się pomysł jednej z moich zna-

jomych: rok bez zakupów ubrań. Rzeczywiście można wtedy doświadczyć, jak duża jest presja, by kupować ciągle coś nowego, nadążać za modą, pokazywać się ludziom w nowych rzeczach. Jednak po roku okaże się, że dalej żyjemy i mamy się dobrze. I mniej niepotrzebnych rzeczy będzie wokół nas. Zachęcam do takiej terapii.



FOT. ELŻBIETA DĄBROWSKA

KATARZYNA ZIEMER

Psycholożka o specjalności klinicznej. Ukończyła Śląską Szkołę Trenerów Gniazdo i Akademię Edukacji na rzecz Zrównoważonego Rozwoju. Odbyła roczne szkolenie w Polskim Instytucie Psychoterapii Integratywnej. Aktualnie studiuje w Polskim Instytucie Psychoterapii Tańcem i Ruchem w Warszawie. Prowadzi Pracownię Ruchu Hara (www.pracowniaruchu.wordpress.com). Interesuje ją interakcja pomiędzy procesami psychicznymi a zdrowiem fizycznym zarówno w obszarze zdrowia, jak i profilaktyki. Na co dzień pracuje z osobami z niepełnosprawnością. Jest wolontariuszką w stowarzyszeniu Dress for Success Polska.

MEBLE
KUCHNIE
WNĘTRZA
ŁAZIENKI

**NOWY
ROŹDZIEN'**

Pokój Architekta
już otwarty! Zapraszamy!

Galeria NOWY ROŹDZIEN' to prestiżowy obiekt handlowy o powierzchni 8000 m². Asortyment oferowany w naszej galerii jest bardzo zróżnicowany, znajdziemy w niej nie tylko meble, ale również kuchnie, elementy dekoracyjne, podłogi, łazienki, drzwi i sprzęt wellness. Na trzech poziomach galerii Nowy Roździeń poczujecie Państwo luksus i pewność świetnego wyboru oraz dostaniecie możliwość dokonania zakupów w jednym miejscu, na nieosiągalnym dotychczas poziomie.

Al. Roździeńskiego 199, Katowice
poniedziałek – sobota 10⁰⁰ - 19⁰⁰, niedziela 10⁰⁰-17⁰⁰

www.nowyrozdzien.pl

REKLAMA



CUDOWNE pH, CZYLI ZNAJDŹ W SOBIE ENERGIĘ DO ZMIANY

UWAGA: NADWAGA!

KATARZYNA ZIEMER • ADAM GROS

ISTNIEJE DUŻO DIET I METOD ODCHUDZANIA, SKUPIONYCH WYŁĄCZNIE NA REDUKCJI WAGI. WIĘKSZOŚĆ Z NICH POLEGA NA WPROWADZANIU ZMIAN W ŻYWIENIU I STOSOWANIU TAKICH ŚRODKÓW, KTÓRE POWODUJĄ UBYTEK MASY CAŁKOWITEJ. PROPAGATORZY TYCH DIET NIE DBAJĄ O TO, CZY UTRATA WAGI BĘDZIE WYNIKIEM OBNIŻENIA TKANKI TŁUSZCZOWEJ, CZY TEŻ NASTĄPI PRZEZ „SPALANIE” MIĘŚNI.

Każda metoda zakładająca zmniejszenie ilości spożywanego pożywienia albo odrzucenie pewnych składników (np. dieta wysokobiałkowa) ze zbilansowanego pożywienia spowoduje oczywiście zaburzenie w prawidłowym dożywianiu organizmu i będzie mieć wpływ na procesy przemiany materii. Będzie też powodowała wykorzystanie naszych zasobów do przetrwania organizmu, a tym samym ich redukcję, co objawi się utratą masy ciała w trakcie jej stosowania.

MEDYCYNA KOMÓRKOWA

Nie mamy problemu z niedostatkami energii uzyskiwanej z pożywienia. Natomiast fenomenem jest to, że przy nadmiarze jedzenia i kalorii jesteśmy... niedożywieni! Wynika to z niskiej jakości pożywienia, szczególnie przetworzonego. Surowe warzywa i owoce straciły w ciągu ostatnich lat większość swojej wartości odżywczej. W rezultacie nie jesteśmy w stanie dostarczyć organizmowi odpowiedniej ilości mikro- i makroelementów, związków mineralnych, witamin, pierwiastków śladowych, aminokwasów (zwłaszcza egzogen-

nnych, tzn. takich, które nie są syntetyzowane w organizmie) i innych substancji naturalnych (np. polifenoli). Te i pozostałe składniki odżywcze są niezbędne dla utrzymania życia milionów komórek naszego ciała. Te komórkowe składniki odżywcze to związki naturalne, które, niezależnie od typu komórki, potrzebne są w wielu procesach biochemicznych, w tym do tworzenia biologicznej energii w komórkach naszego ciała. Bez nich życie nie byłoby możliwe. Ich niedobór to główna przyczyna zaburzeń funkcji komórek i rozwoju wielu chorób, będących wynikiem problemów metabolicznych – takich, jak cukrzyca, nadciśnienie, zawał serca, rak. Diety skupione na ograniczaniu powodują tym samym dalsze zubożenie naszego organizmu w tak potrzebne do życia komórkowe składniki odżywcze. Efektem jest gwarantowany efekt jojo, gdyż organizm – wyczerpany w trakcie procesu redukcji wagi – będzie musiał uzupełnić zużyte składniki, zmuszając nas do dostarczania mu większych ilości pożywienia. Ten mechanizm wyjaśnia zwiększone poczucie głodu, występujące w trakcie odchudzania.

ZNAJDŹ PRZYCZYNY OTYŁOŚCI

Kluczowym pytaniem przy wyborze diety jest: „Czy to zdrowa metoda?”. Ale co to znaczy? Powiedzieliśmy już, że odchudzanie nie powinno wyczerpywać organizmu, a wręcz przeciwnie – odżywiać go w taki sposób, aby nie musiał, nauczony doświadczeniem, gromadzić zapasów na „gorsze czasy”. Pragmatyka każe nam zastanowić się, czy ów zbiór zasad, sposobów odżywiania można stosować w trybie ciągłym, traktując je jako sposób na życie. Poza podstawowym warunkiem utrzymania, a jeszcze lepiej – poprawy zdrowia w trakcie redukcji wagi ważna jest jej dostępność, niewygórowana cena i łatwość stosowania na co dzień. Zamiast skupiać się na tak powszechnym obecnie usuwaniu objawów, w przypadku nadwagi warto zastanowić się nad jej przyczynami. Szczególnie nad procesami zachodzącymi w organizmie, które sprzyjają gromadzeniu i utrzymywaniu tkanki tłuszczowej.

ORGANIZM W RÓWNOWADZE

Warto przyjrzeć się, czy nasz organizm funkcjonuje w równowadze, szczególnie kwasowo-zasadowej. Czy słyszeliście o poziomie kwasowości organizmu? Już Hipokrates wiedział, że „ze wszystkich składników płynów ustrojowych naszego organizmu kwas jest najbardziej szkodliwy”. Dziś nauka potwierdza, że do powstawania wielu chorób przyczynia się chroniczne zakwaszenie organizmu. Niedobory substancji zasadowych sprawiają, że nadmierne ilości kwasów atakują kości, tkankę łączną i inne komórki organizmu. Są one powodem bólów stawowych i mięśniowych oraz wielu innych zakłóceń pracy organizmu. Chroniczne zakwaszenie organizmu skutkuje przedwczesnym starzeniem tkanek, alergiami, opuchliznami, nadciśnieniem, dną moczanową, kamieniami nerkowymi, osteoporozą. Warto też za naukowcami (Otto Warburgiem, laureatem Nagrody Nobla w dziedzinie badania przyczyn raka, i Hermanem Aiharą, pionierem makrobiotyki) wspomnieć o coraz powszechniejszych chorobach nowotworowych. Komórki nowotworowe są kwaśne, komórki zdrowe alkaliczne. Komórki zdrowe umierają w środowisku kwaśnym, a komórki nowotworowe w alkalicznym. Pierwszymi symptomami zakwaszenia organizmu są: częste poczucie zmęczenia, rozdrażnienia, wyczerpania, dolegliwości żołądkowo-jelitowe, bóle głowy lub migreny, a także tycie, nawet wtedy gdy jemy mało.

SKĄD SIĘ BIORĄ KWASY?

Organizm człowieka wytwarza kwasy jako produkt uboczny przy rozkładaniu białek i węglowodanów. W pracujących mięśniach wytwarzają się kwasy węglowe, siarkowe i organiczne. Mogą być one także dostarczane z pokarmem. Kwasów nie da się uniknąć. Natomiast ważne jest, aby organizm był w stanie zrównoważyć je. W przeciwnym razie, poza stanami chorobowymi, nasz organizm zareaguje zwiększaniem tkanki tłuszczowej i to nie tylko tej widocznej, podskórnej. W celu obrony przed kwasami ciało wytwarza komórki tłuszczowe, by zabrać kwasy z najważniejszych narządów. Otula w ten sposób organy wewnętrzne. W ten sposób tłuszcz próbuje ratować nasze życie. Dopóki nie nastąpi

REWOLUCYJNE ODCHUDZANIE

Program redukcji wagi opracowany został przez międzynarodowy zespół lekarzy. Skorzystało z niego już ponad 20.000 pacjentów, głównie z Czech i Słowacji. Obecnie zdobywa on coraz większą popularność w innych krajach Europy. Bierze w nim udział ok. 1.700 lekarzy, m.in. ortopedów, internistów, kardiologów, ginekologów. Jeśli chcesz wiedzieć więcej na temat tego programu – zadzwoń do certyfikowanych konsultantów: Adam Gros: 535 553 307, Katarzyna Ziemer: 880 251 131, www.rewolucyjneodchudzanie.eu

równowaga kwasowo-zasadowa, organizm nie zachce się pozbyć tłuszczu. Raczej zacznie podczas odchudzania spalać mięśnie. Ale dalsze postępowanie tego procesu spowoduje nadmierne gromadzenie tłuszczu wewnątrznych, wpływające na pracę narządów wewnętrznych, a to już bezpośrednie zagrożenie życia.

Zdecydowana większość ludzi XXI wieku jest nadmiernie zakwaszona. Kluczowe pytanie brzmi: czy wiesz, jaki jest stan zakwaszenia twojego organizmu? Można to w łatwy sposób zmierzyć, a następnie doprowadzić organizm do równowagi i w prosty sposób ją utrzymywać.

Odpowiedzią na to jest Rewolucyjny Program Redukcji Wagi, w którym poprzez odkwaszanie, oczyszczenie organizmu z toksyn i odżywienie komórek, uzyskuje się poprawę stanu zdrowia. Wynikiem ubocznym jest redukcja wagi poprzez pozbycie się tkanki tłuszczowej – zarówno całkowitej, jak i wewnętrznej – oraz wzrost masy mięśniowej.

Ze względu na to, że metoda nie skupia się jedynie na objawach (wadze) i nie nakazuje ograniczania ilości pożywienia – nie występuje uczucie głodu. Dożywienie organizmu w trakcie kuracji powoduje pozbycie się zbędnych tłuszczu i gwarantuje brak efektu jojo.

KATARZYNA ZIEMER

Certyfikowana konsultantka Rewolucyjnego Programu Redukcji Wagi, psycholożka, trenerka umiejętności psychospołecznych. Ukończyła kurs I i II st. medycyny komórkowej i seminarium Akademii Zdrowia dr. med. J-B. Delbe. W trakcie szkolenia w Polskim Instytucie Psychoterapii Tańcem i Ruchem (DMT). Prowadzi Pracownię Ruchu Hara.



ADAM GROS



Certyfikowany konsultant Rewolucyjnego Programu Redukcji Wagi, instruktor rekreacji ruchowej o specjalności fitness – ćwiczenia psychofizyczne, instruktor jogi. Ukończył kurs I i II st. samokontroli umysłu metodą Silvy i kurs I i II st. medycyny komórkowej oraz Seminarium Akademii Zdrowia dr. med. J-B. Delbe. Propagator zdrowego stylu życia, wellness coach.



ZASZCZEP SIĘ, PODRÓŻNIKU!

ROZMOWA Z LEK. MED. **TOMASZEM BURY**,
SPECJALISTĄ MEDYCYNY OGÓLNEJ, RODZINNEJ I MEDYCYNY PODRÓŻY

Czy dużo jest zagrożeń zdrowotnych związanych z wyjazdami do krajów tropikalnych?

Bardzo dużo w porównaniu z miejscem, w którym żyjemy na co dzień. Polski system szczepień profilaktycznych w okresie dziecięcym częściowo nas przed nimi zabezpiecza, ale ich gwarancja ochrony wygasa około 26-27 roku życia. Tak jest w przypadku szczepień przeciw tężcowi, błonicy, chorobie Heinego-Medina (poliomyelitis). Większość z nas została zaszczepiona w kilku dawkach. Ostatnia przypada najpóźniej w 17-19 roku życia. Wówczas nasza odporność utrzymuje się mniej więcej 10 lat po ostatniej dawce. Możemy uznać, że dwudziestoparolatek wyjeżdżający w tropiki jest w pełni zabezpieczony przed tymi chorobami. Gorzej, gdy zbliżamy się do trzydziestki.

Mocno ryzykujemy bez szczepień?

Wielu z nas nie dba o nie, zwłaszcza że NFZ nie refunduje szczepień dla dorosłych. Nasze zachowanie to ślad po

niedawnej historii. Kiedyś nie mieliśmy wolności podróży, ogromne problemy z uzyskaniem paszportów, dewiz. Nie jeździliśmy często za granicę lub w ogóle, więc ryzyko przywleczenia choroby było ograniczone. Dla przykładu wirusowe, czterokończynowe porażenie dziecięce typu polio (choroba Heinego-Medina) zostało u nas prawie wyeliminowane. Nie zostało natomiast wyeliminowane w Afryce Środkowej i Zachodniej. Epidemie występują też w Ameryce Południowej i Azji. Powinniśmy to wiedzieć, ale wielu z nas nie ma świadomości zagrożeń. Podobnie jest z tężcem i błonnicą. Do zakażenia może dojść na całym świecie. Nie sposób zapomnieć o nawracających infekcjach krztuśca i gruźlicy. Nasi podróżnicy powinni też rozważyć szczepienia przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu A i B – pamiętając, że to dwie różne choroby tego samego narządu, przenoszone odmiennymi drogami zakażenia: pokarmową (typ A) i krwipochodną (typ B). Coraz częściej pacjenci przywożą do kraju również meningokokowe zapalenia mózgu i dur brzuszny.

Mimo wielu zagrożeń chętnie jeździmy do krajów egzotycznych.

Tak, szczególnie zimą, ponieważ w większości krajów tropikalnych panuje pora sucha. Wtedy decydujemy się na loty na drugą półkulę, do Afryki, Ameryki Południowej, Azji i dalej, na północne wybrzeże Australii. Wybieramy te kierunki w celach urlopowych, ale też jako formę kilkumiesięcznej wagabundy po świecie (najczęściej młodzi ludzie), a ostatnio także za pracę lub poszukując słońca i wrażeń na emeryturze.

Pojęcie „medycyna podróży” pojawiło się ostatnio. To szczególnie rodzaj medycyny?

Ono istnieje od dawna. Kiedyś medycyną podróży zajmowały się Instytuty Medycyny Morskiej i Tropikalnej w Gdańsku i Szczecinie, założone z myślą o marynarzach i pracownikach realizujących kontrakty na Bliskim Wschodzie. Upowszechniło się, odkąd wszyscy mamy paszporty i wolność przekraczania granic. Zwłaszcza po wejściu do UE Polacy chętnie zaczęli korzystać z tej swobody. Najpierw w dużych zorganizowanych grupach, korzystając



FOT. ŁUKASZ MASŁOWSKI



z usług biur podróży. Dobre hotele, wycieczki organizowane przez przewodników i rezydentów, niewielka styczność z lokalną społecznością. Elementami największego ryzyka były wówczas kilkudniowe safari i transport lokalny. Momentów narażenia w czasie takich eskapad mieliśmy stosunkowo niewiele. W ostatnich latach pojawiła się jednak nowa grupa wyjeżdżających: młodzi ludzie przed i po trzydziestce. Organizują oni wyjazdy na własną rękę jako formę odpoczynku od studiów, przerwy w karierze korporacyjnej, budowania własnej firmy, szukania nowych inspiracji itp. Podobnie jest z grupą osób powyżej 65. roku życia, kiedy przychodzi czas realizacji marzeń o podróżach. Nastąpił wysyp ofert tanich linii lotniczych i promocji biletów na loty międzykontynentalne. To spowodowało, że odległe podróże zaczęły być szeroko dostępne. I bardzo dobrze.

Ludzie aktywni, absolwenci wyższych uczelni, pracownicy podejmujący pracę w innych krajach, powinni być wyedukowani w kwestii szczepień...

Zdecydowanie tak. Brak świadomości zagrożeń szkodzi im samym. Podzieliłbym wspomnianych podróżników na dwie grupy. Pierwszą – nieświadomą zagrożeń i drugą – wychowaną na informacjach z „doktora Google” i „doktora House”. Przypadki przywleczenia z dalekiego wyjazdu duru brzuszego, malarii, żółtej febry, żółtaczki typu A czy choroby meningokokowej zdarzają się coraz częściej, mimo to w internecie można nadal znaleźć wiele informacji „podróżników”, że nie warto się szczepić, bo człowiekowi nic nie grozi, jeśli

będzie się trzymał podstawowych reguł higieny. To nieprawda. Namacalnym przykładem jest wirusowe zapalenie wątroby typu A. Choroba przenoszona jest najczęściej drogą pokarmową („choroba brudnych rąk”) w wyniku korzystania z kuchni, w której owoce i warzywa nie były myte, a potrawy gotowano w sposób daleki od właściwych warunków sanitarnych. Nie mówiąc o plastikowych kubkach jednorazowych, w praktyce wielokrotnego użytku, i kostkach lodu do drinków na bazie lokalnej wody.

I wtedy mamy problem...

Olbrzymi. Wątroba w pierwszym etapie żółtaczki pokarmowej nie daje żadnych objawów. Według danych Sanepidu i Naczelnej Izby Lekarskiej, w Polsce mamy obecnie ok. 720 tys. nosicieli żółtaczki typu A (pokarmowej) i B (krwiopochodnej), którzy nie są zdiagnozowani, a ich choroba wciąż się rozwija. Czasami żółtaczka typu A ulega swoistemu samowyleczeniu, ale gdy tak się nie dzieje, po 5-10 latach wirus może doprowadzić do marskości wątroby, nowotworu i śmierci pacjenta. Podobnie jest z zapaleniem typu B. Przeniknięcie wirusa do organizmu również nie daje od razu widocznych konsekwencji. Jednak choroba toczy się skrycie i finalnie doprowadza do marskości wątroby. Leczenie z wyboru jest takie, jak w przypadku choroby nowotworowej ze wszystkimi jej konsekwencjami. Do infekcji wystarczą milionowe części kropli krwi, a wirus jest 100-krotnie bardziej odporny na czynniki zewnętrzne, niż wirus HIV powodujący AIDS.



ORGANIZATOR TURYSTYKI MA OBOWIĄZEK POINFORMOWANIA PODRÓŻNYCH O ZAGROŻENIACH ZDROWOTNYCH W MIEJSCU WYPOCZYNKU



PIĘKNA DZIEWCZYNA, PLAŻA, PALMY... MARZENIA O RAJU W TROPIKACH POZBAWIAJĄ NAS CZĘSTO RACJONALNEGO MYŚLENIA

Mówimy o sytuacji, kiedy człowiek wyjeżdża do egzotycznego kraju niezaszczepiony, wraca i nie ma świadomości, że przywłókt chorobę. A kiedy ona się objawia, nie kojarzy jej z wyjazdem, bo przecież od wycieczki upłynęło wiele miesięcy, a nawet lat. Leczenie musi być wtedy bardzo trudne?

Leczenie jest trudne i kosztowne, ale jeszcze trudniejsza jest diagnostyka. Powiem coś o sobie: 12 lat temu byłem na wycieczce po północnej Afryce, po miejscach bezpiecznych, ale zainfekowałem się (prawdopodobnie w Egipcie) jakąś chorobą. Wystąpiły: wysoka gorączka i objawy neurologiczne, a ponieważ hospitalizacja na miejscu była niemożliwa, zostałem wysłany transportem lotniczym do kraju. W szpitalu zakaźnym przeleżałem 5 tygodni. Najtrudniejsza była diagnostyka. Prócz standardowych badań, wykonanych nieodpłatnie w szpitalu, musiałem jako pacjent za własne pieniądze zrobić dodatkowe kilkukrotne posiewy zarówno z krwi, moczu, jak i płynu mózgowo-rdzeniowego i przesłać do odpowiedniego laboratorium. Gorączka, bóle głowy, bóle żołądkowe zdarzają się przy wielu chorobach, przy zwykłym przeziębieniu, grypie, anginie, stanach zapalnych dolnych i górnych dróg oddechowych. Ale również przy durze brzuszny, cholerze, żółtej febrze, malarii, chorobie pneumokokowej i infekcji meningokokowej. I ja właśnie tę ostatnią przywiozłem. Trzeba było najpierw wykluczyć poszczególne powszechne infekcje, pobrać płyn rdzeniowo-kręgowy (bolesne nakłucie lędźwiowe). Leczenie było długie, trudne i kosztowne, ale jeszcze trudniejsze było znalezienie patogenu, ustalenie, co naprawdę nastąpiło w czasie podróży.

Był pan doktor zaszczepiony przed wyjazdem?

Niestety, nie. Wtedy szczepienia w ogóle nie były popularne. Akurat na tę chorobę szczepienia wprowadzono dopiero 8 lat temu. Czasem jest też tak, jak w powiedzeniu: „Szewc

bez butów chodzi”. Myślałem: „Jestem lekarzem, mam świadomość, uważam, nic mi się nie stanie”. Jakże się myliłem, bo często choroba to loteria, przypadek losowy, na który nie mamy wpływu. Kto z nas przewidzi skałeczenie, towarzystwo w windzie czy ciasnym środku transportu, w którym jedni na drugich pokaszają, przekazując w powietrze patogeny. Podobnie jest z infekcjami przenoszonymi przez rzadko czyszczone i odgrzybiane klimatyzatory w samochodach, autokarach, samolotach i pokojach hotelowych. Kto przygląda się dokładnie sposobowi przyrządzania potraw, obierania warzyw albo zna pochodzenie wody użytej do sporządzenia kawy czy kostki lodu.

Nikt nas jednak nie może zmusić do zaszczepienia się?

Zdecydowanie nikt. Tylko w kalendarzu dziecięcym szczepienia są obowiązkowe. Na portalach podróżniczych można znaleźć tabelę szczepień obowiązkowych i zalecanych w poszczególnych krajach, z której korzystają służby danego kraju i sprawdzają, czy szczepienia są udokumentowane w „międzynarodowych żółtych książeczkach”, zdrowotnych dokumentach podróży. Weźmy np. taką destynację, jak Tanzania lub Zanzibar. Szczepienia rekomendowane to: żółta febra, cholera, wścieklizna. Zalecane: błonica, tężec, dur brzuszny, wzw typu A i B, poliomyelitis, malaria. Centrum szczepień, takie jak nasze, działające w oparciu o certyfikat Sanepidu oraz Instytutu Medycyny Morskiej i Tropikalnej, wykonuje szczepienia, a następnie dokonuje wpisu do „żółtej książeczki” i poświadcza szczepienia odpowiednimi pieczęciami. Obecnie mamy 15 jednostek chorobowych, przeciwko którym możemy zaaplikować podróżnikowi szczepienia ochronne.

Jaki jest stosunek NFZ do chorób przywleczonych z zagranicy?

Fundusz w ramach opieki prewencyjnej dba o pacjenta do momentu ukończenia okresu dziecięcego, czyli do 18. roku życia. Tej profilaktyki nie musimy się wstydzić, mamy jeden z lepszych kalendarzy szczepień dziecięcych na świecie. Po osiągnięciu pełnoletności musimy dbać o siebie sami.

Zatem powinniśmy wpakować w siebie wszystkie szczepienia, jadąc do kraju tak wielkiego, jak Indie?

Dobre pytanie! Przy tak dużym i zróżnicowanym kraju trudno oszacować zagrożenia. Można jechać na północ, w stronę Nepalu, na trekking w górach na wysokości 4000-5000 metrów – i wtedy wiadomo, że będą inne zagrożenia po wylądowaniu, odmienne w trakcie dojazdu w góry i jeszcze inne w czasie trekkingu. Wybierając południe, wybrzeże i 5-gwiazdkowy hotel, zagrożenie minimalizujemy. Czasem podróżnicy wybierają wariant wycieczki po całym kraju, aby poznać życie od środka, kulturę miejscową, zasymilować się z lokalną społecznością, zamieszkać w tamtejszych domach. Wtedy mamy pełnię ryzyka i konieczność zabezpieczenia się przed kilkoma jednostkami chorobowymi. Specjaliści w certyfikowanym centrum szczepień biorą pod uwagę nie tylko kraj docelowy, ale także miejsce, w którym będziemy przebywali, charakter wycieczki, przewidywaną trasę, nasz wiek i stan zdrowia. Ważne będą też pora roku, zagrożenie komarami, aktualne dane na temat epidemii lokalnych itd. Turyści uzyskują te informacje w czasie konsultacji. Zapytamy o formę spędzania czasu. Czy jedziemy tam, gdzie komar może przenosić malarię, żółtą febrę, ale też gorączkę krwotoczną, dengę (kilka lat temu Krzysztof Hołowczyc musiał przerwać rajd Paryż-Dakar po ukąszeniu przez komara, który wywołał u niego dengę). W takim regionie zagrożeń jest sporo, więc to niezwykle ważne, by lekarze mieli sporą wiedzę i umieli doradzić, przeciwko jakim chorobom się zaszczepić. Miałem niedawno pacjentów, którzy zamierzali wejść na Kilimandżaro, a później odpocząć nad Jeziorem Wiktorii, z nurkowaniem włącznie. Lista narażeń była długa. Wywiad dobrze zebrany, trwający 20-30 minut, jest niezwykle ważny, żeby turystę zaopatrzyć w niezbędne informacje, apteczkę i zabezpieczenie chemio-profilaktyczne przeciwko malarii. W centrum szczepień interesujemy się, czy w najbliższym czasie podróżnik będzie podejmował podobne wyprawy. To koronne pytanie. Nie chodzi o zaspokojenie ciekawości, lecz właśnie o zabezpieczenia. Szczepienia nie są najtańsze, ale dają kilkuletnią albo nawet dożywotnią odporność. Jeśli więc spotykamy się z klientem po trzydziestce, który planuje wiele egzotycznych podróży, to logika wskazuje, że powinien się zabezpieczyć przed chorobami w jak najszybszym czasie.

Korporacje wysyłające pracowników na kontrakty zagraniczne nalegają na szczepienia?

Obserwuję narastającą świadomość tej konieczności. To często wymóg pracodawcy w kraju docelowym. Pracownik przed podjęciem pracy otrzymuje od tamtejszego działu zatrudnienia wykaz zalecanych szczepień, które ma wykonać. Zdarza się, że oferta jest atrakcyjna finansowo, ale sprawa ubezpieczenia zdrowotnego jest całkowicie po stronie pra-

cownika i pojawia się problem. Nasi klienci szukają wtedy informacji i pomocy u nas. Mieliliśmy niedawno pracownika sektora górniczego, który nie znajdując zatrudnienia w Polsce, podpisał umowę z firmą hinduską na pracę w kopalni w Indiach. Był zainteresowany, jak w tamtejszym klimacie będzie wyglądała jego praca i przed czym powinien się zabezpieczyć. Mamy też duże zainteresowanie ze strony pracowników budowlanych, wybierających się do Ameryki Południowej, pracowników misji pokojowych i księży jadących do placówek w Afryce, a także marynarzy, pilotów, stewardess. Często ich pytania dotyczą nie tyle medycyny podróży, co profilaktyki na miejscu i zagadnień medycyny pracy.

Zwyczajna przychodnia nie udzieli nam takich informacji?

Prowadziliśmy centrum szczepień w jednej z poradni medycznych w ramach klasycznej podstawowej opieki zdrowotnej. To był błąd. Obecnie nasze centrum jest niezależne, niepołączone z przychodnią. Pacjent wybierający się w daleką podróż powinien być absolutnie zdrowy w momencie podawania preparatu. Czasami do wyjazdu pozostaje mu nie więcej niż kilka dni. Podejmujemy decyzję, żeby go zaszczepić, ale też wcześniej skontrolować, bo dla nas jest niezwykle ważne, żeby w czasie wykonywania szczepienia nie nabawił się innej choroby od innych pacjentów. Nie łączymy tego z żadną poradnią. Do nas przychodzą tylko zdrowe osoby. W innych poradniach jest to tylko kolejna usługa. W okresie jesienno-zimowym, grypowym, w zwykłych poradniach przeziadają ludzie chorzy: kichający, kaszlący z infekcjami wirusowymi, bakteryjnymi. Nagle przychodzi podróżnik,



HAMPI – WIOSKA W INDIACH W STANIE KARNATAKA



TARG OWOCOWY W ZAMBII NA POŁUDNIU AFRYKI

człowiek zdrowy, który wybiera się do Gambii lub Senegalu i chce mieć szczepienie przeciwko żółtej febrze. Ubolewam, że tak to się odbywa. Dlatego w naszym centrum skupiamy się tylko na podróżnych, aby obsłużyć ich profesjonalnie, szybko i bez zagrożenia.

Skąd wzięło się u pana zainteresowanie medycyną podróżną?

Uprawiam medycynę, lubię podróże, a jednocześnie wierzę w profilaktykę. Mam rodzinę i chcemy wspólnie, bezpiecznie zwiedzać świat. Zgadza się w pełni z powiedzeniem: „Lepiej się zabezpieczyć niż leczyć”. Nacisk na profilaktykę stał się moją pasją. W profilaktyce można dużo zdziałać. Jak wspominałem, leczenie jest możliwe, ale zwykle drogie i długotrwałe, a diagnostyka jeszcze trudniejsza. Pamiętajmy też o naszej rodzimej tendencji: „Mądry Polak po szkodzi”. Uważam, że należy informować i chronić zdrowie turystów, nas samych, nie dopuszczać do rozprzestrzeniania groźnych chorób. Wszystkie moje podróże kończyły się szczęśliwie, lecz ta jedna sprzed 12 lat – nie. I do dziś nie wiem, jakie były jej przyczyny: skażona woda, komar czy kaszlący chory tubylec. Teraz szczepienia są łatwo dostępne i bezpieczne. Pod względem chemicznym są to patogeny odzjadliwione, czyli wirusy albo bakterie zabite, ich fragmenty, komórki niewywołujące pełnej jednostki chorobowej. Mamy prawie 100-procentową pewność, że pacjentowi nie zaszkodzimy. Mówię prawie, bo w medycynie nigdy 2+2 nie równa się 4. Zawsze występuje margines błędu.

Jakie są proporcje kosztowe między szczepieniem a leczeniem?

Podam przykład: pewien przewodnik, wielokrotnie oprowadzający grupy po Azji Południowej (Tajlandia, Birma, Laos, Indie) nie szczepił się przeciw żadnym chorobom. Nagle coś zaczęło się z nim dziać. Szukał pomocy po powrocie z kolejnej podróży z grupą Polaków. W kraju miał problemy z diagnostyką i leczeniem, którego nie pokrywa NFZ. Koszt leczenia, jaki otrzymał w Małopolsce, przekraczał 40 tys. zł za dwutygodniowy pobyt w szpitalu. Rozważano ryzyko malarii, dengi, duru brzusznego. Wykluczenie kolejnych

chorób, badania enzymatyczne, zabierały czas i pieniądze. Koszt szczepień w tym przypadku oscylowałby wokół 200 zł. Przeciwno durowi brzusznemu – 220 zł. Takie więc były proporcje: 220 zł:40.000 zł. Przy czym trzeba pamiętać, że pacjent będący nosicielem choroby często dalej infekuje: rodzinę, bliskich...

A ile kosztują szczepienia przeciwko wszystkim zagrożeniom?

Obecnie możemy wymienić 15 chorób, na które możemy zastosować szczepienia ochronne. Są one po części powtórzeniem dawek z okresu dziecięcego. Dlatego też dzieci i młodzież na 30% tych zagrożeń mają już odporność do około 28 roku życia. Na rynku są obecnie dostępne szczepionki skojarzone, czyli wywołujące odporność na kilka jednostek chorobowych jednocześnie. Upraszczając, jeśli ktoś podróżuje do Azji, Afryki czy Ameryki Południowej i chciałby nabyć pełną odporność, będzie to cena w przedziale 1500-2000 zł. Czy dużo? Powiem tak: to gwarancja odporności na choroby niebezpieczne, często śmiertelne, utrzymująca się na wiele lat, a często do końca życia. Ubezpieczając samochód w OC i AC liczymy się z kosztami na poziomie 2-4 tys. na rok. Czyli w ciągu 20 lat wydamy 40.000 do 80.000 zł na ubezpieczenie pojazdu, czyli mimo wszystko kawałek blachy... Czy więc 1,5 % tej sumy na nasze własne zdrowie i życie w przeciągu 20 lat jest dużym wydatkiem? To koszt porównywalny do ceny biletu w jedną stronę do krajów tropikalnych albo koszt dobrego smartfona czy laptopa.

Podróżnik sam musi zdecydować, na ile ceni swoje zdrowie i życie.

Towarzystwa ubezpieczeniowe wymagają od nas szczepień?

Ustawa nakłada na organizatora turystyki obowiązek poinformowania podróżnych o zagrożeniach w miejscu destynacji. Staramy się to ułatwiać biuram podróży. Służymy informacjami, wydawnictwami, stroną internetową. Czasem wykupujemy dodatkową polisę, nie doczytując tekstu małymi literami, który nakłada na nas obowiązek zadbania o szczepienia zalecane i wyklucza odpowiedzialność ubezpieczyciela w wypadku infekcji. Zatem często nasze działania są nielogiczne. Ale zwykle do czasu... Często w egzotycznych krajach pacjent jest zdany na siebie przez okres 3-4 dni, bo są np. święta muzułmańskie, a ten pierwszy okres jest kluczowy dla rozwoju choroby.

Zna pan przykłady śmiertelne, będące skutkiem niezaszczepienia się?

Tak, słyszałem o takich. Jeśli do nas przyjdzie pacjent zainfekowany, po rozpoznaniu wysyłamy go na oddziały chorób zakaźnych do Cieszyńska lub Krakowa. Pewien mężczyzna przywiózł wściekliznę z wyspy Bali, chorobę śmiertelną. Już nie żyje. Innym bardzo groźnym powikłaniem zmasowanej infekcji jest posocznica. Ciężka choroba uogólniona, wielonarządowa, kiedy liczne patogeny dostają się do krwi. Wystarczy kolonia bakterii, pneumokoków, meningokoków,



MEKSYKAŃSKA PLAŻA

i pacjent może mieć poważne problemy. Zdarza się, że chory nie jest w stanie przeżyć tej choroby. Ofiarami są często małe dzieci i osoby starsze, po 65 roku życia, mające słabszy układ odpornościowy. Kolejny przykład z Opolszczyzny: dwoje dzieci w wieku przedszkolnym zmarło po zainfekowaniu się meningokokowym zapaleniem opon mózgowych w Czechach. Narażeni są wszyscy, ale w sposób szczególny przewodnicy, marynarze, pracownicy platform wiertniczych, robotnicy sezonowi w Afryce, Azji i Ameryce Południowej, żołnierze na misjach, księża misjonarze.

Jak wielki jest margines ignorancji w naszym społeczeństwie?

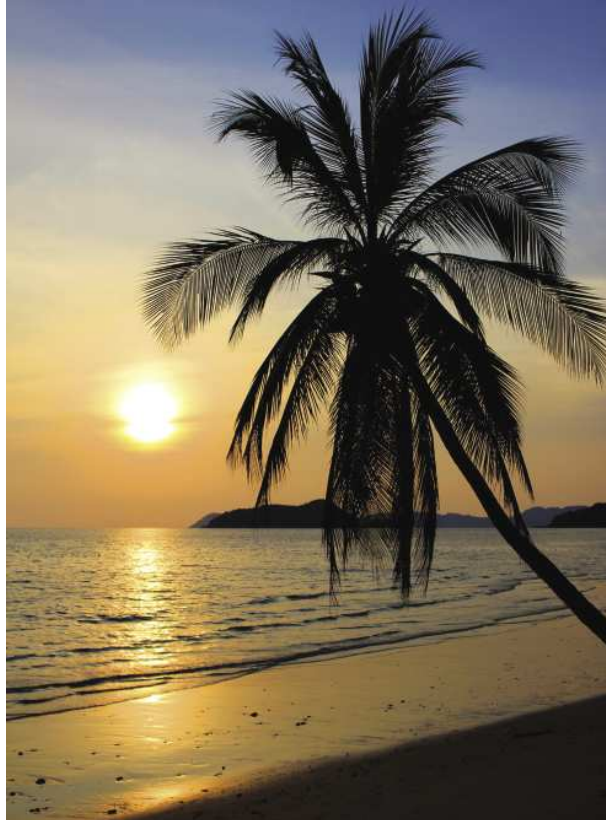
Na szczęście rośnie zainteresowanie szczepieniami, bo jest coraz więcej podróżnych. Ludzie szukają informacji na temat bezpiecznego wyjazdu i powrotu do domu. Dobrą robotę wykonują Martyna Wojciechowska, Beata Pawlikowska, Wojciech Cejrowski. Otwarcie mówią w swoich programach, artykułach, blogach, że są zabezpieczeni przeciwko wybranym 15 jednostkom chorobowym. Z drugiej strony znam przykłady osób pozujących na macho, które niczego się nie boją i kozakują... do pierwszego razu. Najgorsze, że narażają często życie swoich najbliższych: żony, dzieci.

Popularne stało się ostatnio polowanie na okazyjne wyjazdy. Linie lotnicze proponują bilety do ciekawych regionów Europy za 10-20 euro, a do najdalszych regionów świata za 200-300 dolarów.

Taka jest dynamika rozwoju rynku przewozów lotniczych. Samoloty latające regularnie nie mogą przewozić powietrza, więc każdy turysta jest cenny. Mamy do czynienia z coraz większą grupą osób korzystających z biletów po kosztach lub w promocyjnych cenach. Pół biedy, jeśli zgłaszają się do nas na dwa tygodnie przed wylotem – jesteśmy w stanie zabezpieczyć je przed wieloma chorobami. Ale bywa, że w piątek wieczorem dostajemy telefon, że wylot ma być w sobotę rano. Większość szczepień potrzebuje 7-8 dni na wzbudzenie odporności. Jest sens szczepienia w ostatnim momencie, jeśli wyjazd będzie trwał dłużej niż tydzień. Jeśli krócej, to, niestety, nie. Generalnie jednak większość podróżników planuje datę podróży z wyprzedzeniem, nie znając czasem dokładnej destynacji. Wtedy najlepszym rozwiązaniem jest spotkanie z lekarzem w celu konsultacji. Zdarza się bowiem, że we wszystkich wybranych krajach mamy podobne zagrożenia i identyczne szczepienia ochronne. Można więc profilaktykę wdrożyć stosunkowo szybko i zdążyć przed wyjazdem.

Popularnym kierunkiem podróży jest Egipt. Szczepić się czy nie?

Tak, to rzeczywiście bardzo popularny kierunek. Należy jednak zróżnicować, gdzie konkretnie wyjeżdżamy i jaka będzie forma spędzania czasu. Jeśli jest to bezpieczny hotel w standardzie 5 gwiazdek, all-inclusive, i nie wybieramy się na wycieczki, to zagrożeń będzie mało. Ale zdradliwa może być nawet kostka lodu wrzucona do drinka, bo nie wiemy, z jakiej wody jaką zrobiono, może skażonej. Personel też bywa



ZACHÓD SŁOŃCA NA WYSPACH GORĄCYCH

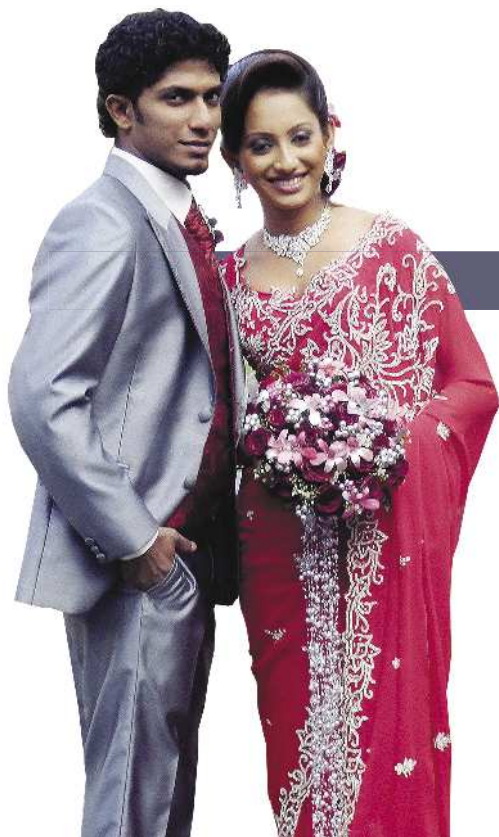
bez badań profilaktycznych. Nurkujemy w morzu z wypożyczonym zestawem ABC: maska, rurka, płetwy. Nie zastanawiamy się, kto przed nami trzymał w ustach rurkę, więc nie powinniśmy dziwić liczne objawy opryszczki i innych chorób. Ponadto nurkując blisko brzegu natrafiamy na hotelowe rury kanalizacyjne i zakrztuszenie się taką wodą może mieć przykre następstwa. W basenie woda też nie zawsze jest właściwie filtrowana i badana. Zalecam więc szczepienia podstawowe w niewielkim zakresie: przeciw tężcowi, błonicy, polio. Szczepienie daje nam zabezpieczenie na 10 lat. Warto pamiętać o szczepieniach przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu A i B, dających odporność wieloletnią, często do końca życia. W pasie okołorównikowym narażeni jesteśmy na meningokokowe zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych, ale nosiciele też przemieszczają się po całym kraju. Podobnie jak komary, które granic krajów nie rozróżniają. Tak więc obszary występowania zagrożeń stale się zmieniają i miksują.

A co krajami bardziej cywilizowanymi, jak południe Europy, Japonia czy Australia?

Skok cywilizacyjny to jedno, a miejsce pobytu to drugie. Malaria, dur brzuszny zdarzają się nawet na wyspach Morza Śródziemnego: Sycylii, Malcie, a także w Turcji. Japonia to z jednej strony wielkie lodowce i duże wysokości, z drugiej klimat upalny, duże zaludnienie, co sprzyja szybkiej mutacji wirusów i rozprzestrzenianiu chorób. W Australii z kolei mamy pełny przegląd zagrożeń, zdradliwą florę i faunę, parzące meduzy w morzu, a także niebezpieczne ryby, a na lądzie pająki i skorpiony. Do dziś nie znamy wszystkich zagrożeń. Czasami zresztą lepiej o nich nie wiedzieć, żeby nie zepsuć sobie pobytu. Życzę wszystkim szczęśliwych wyjazdów i powrotów do domu, w pełni zdrowia.

Dziękuję za rozmowę.

ROZMAWIAŁ STANISŁAW BUBIN



WYSPA UŚMIECHNIĘTYCH LUDZI

SRI LANKA

NAWET W MAŁO MROŻNĄ ZIMĘ KĄPIEL W CIEPLUTKIM OCEANIE TO NAPRAWDĘ COŚ! ZWŁASZCZA W TAK PRZYJAZNYM I UROKLIWYM MIEJSCU, JAKIM JEST SRI LANKA, ZWANA PERŁĄ OCEANU INDYJSKIEGO ORAZ ŁŻĄ INDII. TA ŁŻA MA JEDNAK WIĘCEJ WSPÓLNEGO Z RADOŚCIĄ NIŻ SMUTKIEM, O CZYM PRZEKONALIŚMY SIĘ NIEMAL OD RAZU PO WYLĄDOWANIU.

Na miejscu wita nas słońce. Palmy okalają lotnisko. Obsługa samolotu przechodzi między rzędami foteli, rozpryskując środek na owady. To sposób na niepożądanych „pasażerów”, którzy mogliby chcieć opuścić tę tropikalną wyspę, na której prócz pól ryżowych, zagajników bananowców, drzew kauczukowych, kokosów i plantacji herbaty znajdują się też lasy deszczowe. Bliskie sąsiedztwo równika oznacza niezwykle bujność świata roślinnego i zwierzęcego, w tym insektów. Na szczęście nie okazały się one bardziej dokuczliwe niż w Polsce, chociaż otwarte pewnego wieczoru okno na 7. piętrze hotelu w największej lankijskiej aglomeracji, Kolombo, sprowokowało skrzydlate mrówki do złożenia nam niechcianych odwiedzin. Nauczyliśmy się, że z nastaniem mroku zamiast na świeże powietrze lepiej liczyć na klimatyzację lub wiatraki pod sufitem. To w Kolombo kupiliśmy też miejscową mleczną czekoladę (bardzo smaczna!), która na opakowaniu miała zalecenie, żeby trzymać ją – nic nowego – w chłodnym miejscu i chronić przed... właśnie owadami. To niejedyny lokalny smaczek związany z klimatem. Tylko tam widziałam lodówkę z regulacją temperatury ustawianą w zależności od lata, zimy lub... monsunu! I tylko zima wyglądała tak jakoś nie na miejscu.

BEZ DEKOLTÓW

Ponieważ monsun może zepsuć wypoczynek na plaży, warto wiedzieć, że od kwietnia do września pada w południowo-zachodniej części kraju, a od października do stycznia na północy i wschodzie. Sprawia to, że Sri Lanka ma wiele do zaoferowania przez cały rok. Zwłaszcza że temperatura tutaj nie spada poniżej 25 st. (chłodniej bywa w centrum wyspy), a deszcze padają zazwyczaj nocą lub nad ranem. Niemniej parasolka zawsze się przyda, choćby do ochrony przed słońcem. To zresztą wypróbowany sposób miejscowych kobiet. Lubiłam im się przyglądać, gdy szły poboczem drogi. Długie, splecione wło-

sy, fałdzista spódnica za kolano, bluzka z krótkim rękawem, żadnych ramiączek czy śmiałych dekoltów. Rzadko widuje się panie w sari, a jeszcze rzadziej – muzułmanki w chustach na głowie i luźnych tunikach do ziemi. Ta różnorodność stylów odpowiada mniej więcej przekrojowi religijnemu i etnicznemu Lankijczyków. Trzy czwarte z nich to buddyści (głównie Syngalezi), za nimi plasują się hinduiści (zazwyczaj Tamilowie), potem muzułmanie, w dużej mierze potomkowie arabskich kupców, a na końcu chrześcijanie różnych odłamów (i o różnym pochodzeniu) – duchowe dziedzictwo po kolonizatorach z Portugalii, Holandii i Wielkiej Brytanii.

RUCH LEWOSTRONNY

Zastanawiam się, czy to nie buddyzm sprawia, że Lankijczycy są ludźmi niezwykle spokojnymi i serdecznymi w codziennym obcowaniu. Taka na przykład jazda po tamtejszych drogach skończyłaby się nielichą awanturą, gdyby za kierownicą siedział krewki Polak. Nie tylko z powodu lewostronnego ruchu, ale umowności, z jaką traktuje się linię rozdzielającą pasy jezdni. Trzeba przywyknąć do tego, że na Sri Lance wszyscy

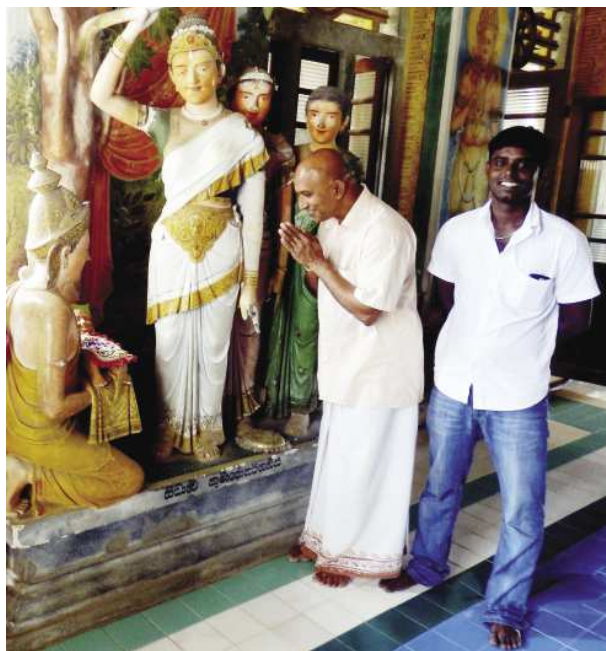


HINDUISTYCZNE ŚWIĄTYNIE PRZYKUWAJĄ WZROK BARWAMI I RZEźBAMI

próbują się wyprzedzać. A ponieważ używają przy tym klaksonu, przybysz z Europy jest przekonany, że co chwilę grozi mu śmiertelny wypadek. Samochody wymijają się o włos, pomiędzy nie wciskają się dużo mniejsze, zautomatyzowane riksze, czyli tuk tuki, ktoś przechodzi po pasach, z naprzeciwka pojawia się kolejne auto, więc trzeba się cofnąć za wyprzedzany pojazd. Na terenach wiejskich trzeba liczyć się jeszcze z chudą krową, którą nagle zainteresuje druga strona drogi. I tak w kółko, tyle że bez nerwów, krzyków i wyzwisk. I jednak bez pośpiechu, bo rzadko kiedy przekracza się te 40 km/h. Paradoksalnie, podróżowanie autem po Sri Lance jest dość bezpieczne, niestety, uciążliwe (przejechanie 120 km zabrało nam ponad 4 godz.!), chociaż drogi, po których jeździliśmy, w większości były nowiutkie i równe. W wielu miejscach robotnicy kładli nową nawierzchnię – w kaskach, odblaskowych kamizelkach i... kłapkach lub na bosaka. Te remonty dodatkowo spowolniały jazdę. Dlatego na Sri Lance najrozsądniejszym rozwiązaniem jest wynajęcie samochodu z kierowcą, który zna miejscowe zwyczaje drogowe. To także często osoba, którą można popytać o życie codzienne i która podpowie, co ciekawego jest do zobaczenia w okolicy. Jeśli to wielodniowa wyprawa w głąb wyspy – a biorąc pod uwagę tempo przemieszczania się, to bardzo dobry pomysł – wskazać także dobry nocleg i restaurację.

HERBATA, ŻÓŁWIKI I SŁONIE

Piszę to na podstawie doświadczeń tych Polaków, którzy zwiedzali Sri Lankę na własną rękę i wiele praktycznych wskazówek zamieścili na internetowych forach. Jeśli nie skorzystałam ze wszystkich rad, to tylko z uwagi na czas. Na pobyt na Sri Lance przeznaczaliśmy ledwie osiem dni, które od początku chcieliśmy podzielić na wypoczynek i zwiedzanie. To za mało, by poznać kulturowe bogactwo Sri Lanki, która może się poszczycić ponad dwutysięczną historią. Na Liście Światowego Dziedzictwa UNESCO znajdują się święte miasto Anuradhapura, miasto Polonnaruwa, cytadela Sigiriya (Lwia Góra), miasto Kandy ze Świątynią Zęba Buddy, w której jest on przechowywany jako najcenniejsza relikwia, złota świątynia Dambulla czy fortyfikacje w Galle. Do tego dochodzą jeszcze parki przyrodnicze: rezerwat Sinharaja, obszar chroniony Peak Wilderness, park narodowy Horton Plains i rezerwat lasów Knuckles. A nie są to jedyne atrakcje. Wśród nich nie może zabraknąć ogrodów przypraw. Dowiemy się o wielu leczniczych roślinach, z których kilka znamy w stanie sproszkowanym lub w postaci suszonych kuleczek, jak pieprz czy cynamon. Jako uzupełnienie miłego spaceru zaproponowano próbkę masażu ajurwedyjskiego z użyciem aromatycznych olejków. Do tego typu masażu zachęcano nas niemal wszędzie, nawet na plaży i w pensjonacie w Bentocie, gdzie zatrzymaliśmy na kilka dni. Innymi ciekawymi miejscami są fabryki herbaty, gdzie można obejrzyć proces przetwarzania herbacianych liści (dla niewprawnego oka wyglądają jak zwykłe zielsko). Na koniec zostaliśmy zaproszeni do degustacji różnych jej rodzajów, które są oznaczane skrótami terminów angielskich, klasyfikujących herbaty według wyglądu i rodzaju liści, np. BOP, czyli Broken Orange



NASZ KIEROWCA TUDU Z PRZEWODNIKIEM PO BUDDYJSKIEJ ŚWIĄTYNI



SRI LANKA TO WYMARZONE MIEJSCE NA ŚLUB W ROMANTYCZNEJ SCENERII. ROSYJSKIE DRUHNY Z PANNĄ MŁODĄ



ZABYTKOWA MASKA DO PRZEDSTAWIEŃ W MUZEUM NIEDALEKO GALLE



SŁONIE KĄPIĄCE SIĘ W RZECIE



POMNIK BUDDY OFIAROWANY LANKIJCZYKOM PRZEZ RZĄD JAPOŃSKI



JEDNO Z DZIECI NIOSĄCYCH KWIATY LOTOSU W KANDY

Pekoe, gdzie *broken* wskazuje na rozdrobnienie herbacianego suszu, a *orange* na jego ciemnopomarańczową po złocisty brąz barwę, podczas gdy *pekoe* oznacza rodzaj czarnej herbaty. Herbaty ze Sri Lanki należą do najwyśmienitszych na świecie i często określa się je mianem herbat cejlońskich, od dawnej nazwy wyspy.

Przy wybrzeżu czekają na odwiedzających farmy żółwi, w których w kontrolowanych warunkach dogląda się wylęgu młodych żółwików, które potem zostają wypuszczone do oceanu. Chętni mogą wziąć w tym udział i jest to naprawdę niezapomniane przeżycie. Za to w głębi lądu spotkamy inne, dużo większe zwierzęta – indyjskie słonie. Istnieje wiele miejsc, w których można wybrać się na przejażdżkę na ich grzbiecie, nawet do rzeki, w której fundują orzeźwiający prysznic. Ze względu na uciekający czas zdecydowaliśmy się tylko na sierociniec słoni w Pinnewala, gdzie można nakarmić własnoręcznie z butelki małe włochate słoniki. Jedyny przykry akcent tej wizyty to łańcuch na nodze każdego z nich. Jednak to niezbędne w przypadku maluszków ważących ponad sto kilo każdy i nierozumiejących, że wyrywanie się do mleka może się źle skończyć dla stojącego obok ludzkiego opiekuna. Kiedy słoniątka są już nakarmione, razem ze starszymi osobnikami prowadzone są do rzeki, w której polewa się je wodą z wiaderka, a nawet szoruje. Dodatkową ciekawostką związaną ze słoniami jest wytwarzanie papieru... z ich odchodów. Brzmi to niecodziennie, ale rzeczywiście jest to możliwe, gdyż żywiące się pokarmem roślinnym słonie trawią tylko 20% jedzenia. Po niezbyt skomplikowanej obróbce (cały proces objaśniono nam w parę minut) po kilku dniach ze słoniowej kupy powstaje naturalny, ekologiczny papier, po dodaniu barwników nawet kolorowy. Zwiedzanie fabryczki papieru jest darmowe, za oprowadzenie można się zrewanżować, kupując pamiątkę w przylegającym sklepiku. Mogą to być kalendarz ścienny, notes, pudełko ołówków, ramka na zdjęcia.

KWITNĄCE HIBISKUSY

To zresztą typowe podejście do turystów na Sri Lance – najpierw w czymś towarzystwie ogląda się jakieś miejsce, warsztat, świątynię, ogród albo lokalne muzeum, a potem jest się prowadzonym do sklepiku lub słyszy się prośbę o dobrowolne

datki, pod warunkiem, że jesteśmy zadowoleni. Jest to robione z taką uprzejmością i wdziękiem, że zawsze się znajdzie się trochę rupii na jakiś suvenir – drewniany breloczek w kształcie słonika, opakowanie kadzidełek, ajurwedyjski specyfik na komary, paczkę cynamonu lub wisiorzek z księżycowym kamieniem. Oczywiście targowanie jest dozwolone nawet w miejscach, gdzie na pamiątkach znajduje się metki z cenami. Przydają się do tego grymasy na twarzy i machanie ręką, gdy chcemy dać komuś do zrozumienia, że już nie mamy ochoty na dalsze zakupy. Lankijczycy mają to do siebie, że generalnie nie są natarczywi. Ci przygodnie spotkani oferują swoje usługi dopiero po nawiązaniu kontaktu wzrokowego, a znający angielski (to dość powszechne zjawisko) proponują je w formie towarzyskiej pogawędki: – *Gdzie mieszkacie? Jak wam się tu podoba? Ile lat ma wasze dziecko? Uważajcie na nie, obok jest przejazd kolejowy. Moja córka ma tyle samo. A tak w ogóle mam taksówkę, mogę was zawieźć gdzie chcecie. Możecie mnie spotkać w tym miejscu codziennie mniej więcej o tej samej porze.*

Prawda, że miło? Mam wrażenie, że Lankijczycy wysłali zasady „miękkiego” marketingu z mlekiem matki i można się od nich wiele nauczyć. Niemniej warto zachować zdrowy rozsądek i zwykłą ostrożność, bo nawet na rajskiej Sri Lance trafiają się naciągacze. Lepiej nie płacić z góry i ustalać dokładny zakres usług. Nigdy nie ma się też pewności, czy oferowana cena nie jest z sufitu, taka dla bogatych przyjezdnych. A można się na Sri

Lance poczuć bogaczem, gdy wymieni się na lotnisku dolary (lepiej zachować dowód kupna) i dostanie się w ręce gruby na 2-3 cm plik banknotów, obwiązany gumką. 100 lankijskich rupii to równowartość mniej więcej 2,5 zł, przy czym koszt kokosa to ok. 30-50 rupii (napić się można naprawdę do syta w dwie osoby), a za danie obiadowe zapłacimy od 400 do 2 tys. rupii (w zależności od miejsca i rodzaju jedzenia). Gdybym wiedziała, że czekają tam na mnie świeże langusty i homary, podszkoliłabym się przed wyjazdem w jedzeniu tych opancerzonych potworów. A tak kosztowałam palące curry, próbowałam naleśników z dodatkiem korzennych przypraw, omletów z ostrą papryką, roti, czyli podplomyków z dodatkiem kokosowego mleczka, serwowanych z podsmażonym czosnkiem, olbrzymich krewetek i tzw. „szatańskich” potraw z ryżu, mięsa lub owoców morza z sosem słodko-kwaśnym. Soki z wyciskanych owoców sprawiły, że przestało mnie ciągnąć do słodczy.

Ale tym, co najbardziej dodawało smaku mojemu pobytowi na Sri Lance były kwitnące hibiskusy, turkusowy zimorodek, który chciał napić się wody z basenu, motyle dwa razy większe niż w Polsce, wszędobylskie wiewiórki i kolibry, które przylatywały do kwitnącego krzaka rosnącego przed naszym tarasem. Wróć, by znów je oglądać. I tym razem na pewno przejadę się na słoniu i zobaczę najstarsze drzewo na świecie, z udokumentowaną historią trwającą już 2200 lat.

TEKST I ZDJĘCIA: ANNA JURCZYK

REKLAMA

Zaszczep się na bezpieczną podróż! MEDYCYNĄ PODRÓŻY

Polecam



Sebastian Kawa -
Lekarz, Mistrz Świata w szybownictwie

Wykonujemy wszystkie szczepienia
dla Ciebie i Twojej Rodziny.



"Zwiedzaj i wracaj zdrowo!"

CENTRUM SZCZEPIEŃ

☎ 530 800 757 (Rejestracja)
607 100 108 (Lekarz Medycyny Podróży)
☎ 33 819 31 04

Bielsko-Biała, ul. Partyzantów 44 (1 piętro budynku Mc Donald's)

www.centrumszczepien.pl



MŁODZI FRYZJERZY Z RPA UCZĄ SIĘ ZAWODU W SALONACH TRENDY HAIR FASHION W BIELSKU-BIAŁEJ



FOT. NIKOS KARAMPOTIS

MEAGAN PRACUJE NA SZTUCZNEJ GŁOWCE

AFRYKAŃCY UCZNIOWIE

NAZYWAJĄ SIĘ CHARMAINE NKOSI, TEBOGO ENOCK I MEAGAN BOSSLADY SCHIEFER. JEDNA Z DZIEWCZYN I CHŁOPAK MAJĄ PO 20 LAT, DRUGA DZIEWCZYNA 23. NA POCZĄTKU GRUDNIA PRZYJECHALI DO BIELSKA-BIAŁEJ Z WIOSEK POD JOHANNESBURGIEM W REPUBLICE POŁUDNIOWEJ AFRYKI NA ZAPROSZENIE ANNY KULEC-KARAMPOTIS, DYREKTOR KREATYWNEJ MARKI I WŁAŚCICIELKI SIECI SALONÓW TRENDY HAIR FASHION. PRZYJECHALI UCZYĆ SIĘ FRYZJERSTWA. JAK DO TEGO DOSZŁO? DLACZEGO PANI ANIA ŚCIAGNĘŁA ICH NA PÓŁ ROKU? JAKIE CI MŁODZI AFRYKANIE MIELI WYOBRAŻENIA O POLSCE, ZANIM TU PRZYBYLI? TO DŁUGA I BARWNA OPOWIEŚĆ.

Trzy lata temu firma Schwarzkopf Professional rozpoczęła program charytatywny Shaping Future, realizowany we współpracy z organizacją SOS Children's Villages. Umożliwia on młodym ludziom z ubogich rejonów świata dostęp do sztuki fryzjerskiej. Z powodzeniem prowadzony był w Indiach, Maroku, Peru, Brazylii, Kolumbii, Wietnamie. Od 12 sierpnia do 8 września 2013 projekt odbywał się w rejonie Johannesburga. Przez 6 tygodni podstaw fryzjerstwa uczyło się 30 dziewczyn i 1 chłopak. Jedną z fryzjerek-wolontariuszek zaproszonych przez Schwarzkopf Professional była Anna Kulec-Karampotis.

– Jestem ambasadorką tej marki. Zaproszenie do programu przyjął jako wielkie wyróżnienie i wyzwanie. Uważam, że pomaganie przez edukację to najlepszy sposób wspierania

młodzieży z biednych regionów świata – powiedziała nam Anna Kulec-Karampotis. – Lubię poznawać ludzi o odmiennej kulturze, więc z ogromną satysfakcją włączyłam się w ten wolontariat. Do Johannesburga zabrałam swojego syna Nikosa i dyrektora Akademii Trendy Hair Fashion Mateusza Grzywę.

Program składał się z nauki strzyżenia, układania, koloryzacji i modelowania włosów. Przez kilkanaście dni wolontariusze Trendy Hair Fashion z instruktorami z całego świata uczyli młodych Afrykanów zasad fryzjerstwa, dając im w ten sposób perspektywę polepszenia swojej sytuacji życiowej.

– Uczestnicy zajęć byli sympatyczni, spontaniczni i chłonni wiedzy – wspomina pani Ania. – Jednak idea nauczania zawodu w ciągu 6 tygodni jest szlachetną teorią, bo to trudna

sztuka, a warunki na miejscu były dalekie od realiów dobrego salonu fryzjerskiego. Nauka odbywała się na sztucznych główkach, nie na włosach klientów. Młodzi szybko przyswajali wiedzę, mieli zdolności manualne, lecz ta praca wymaga nieustannych ćwiczeń. Wtedy wpadłam na pomysł, że troje najlepszych zaproszę na własny koszt do Polski, na pół roku. Tego nigdy wcześniej nie robiłam. Zainspirował mnie do podjęcia tej decyzji Stefan Geister, szef Schwarzkopf South Africa, człowiek, który swoim sercem i profesjonalną postawą nie tylko imponuje, ale i inspiruje właśnie do takich działań.

Ostatni dzień kursu nazwany został *open day*. Organizatorzy zaprosili prasę, właścicieli salonów fryzjerskich, a absolwenci pokazywali, czego się nauczyli, rozdając własnoręcznie wykonane wizytówki. Właściciele prowadzili z nimi rozmowy, niektórym proponując pracę. Wszyscy otrzymali od Schwarzkopfa dyplomy i pakiety narzędzi.

– Ciągle mam szalone pomysły i nie zrażam się łatwo trudnościami. Już na miejscu zdałam sobie sprawę, że to będzie trudne, ale nie myślałam, że aż tak. Należę jednak do osób słownych, nie łamię obietnic. Tym trojgu z RPA powiedziałam, że ich zapraszam, więc nie miałam sumienia się wycofać. Oni na Facebooku pisali, że czekają, ufają mi, że zmienię ich życie. Wybór padł na tych, którzy zdaniem opiekunki grupy, Belindy, wyróżniali się talentem. Wierzę, że jeśli wykorzystają daną im przez los szansę, po powrocie do rodzinnego kraju zmienią swoje życie, a potem jeszcze innym pomogą. W ten sposób dobro będzie się rozprzestrzeniało. Ale oczywiście to jest ryzyko, różnie może być – podkreśla nasza rozmówczyni.

Anna Kulec-Karampotis jest znaną i cenioną stylistką fryzur, jej kolekcje z sukcesem publikowane są na świecie, a jako wielbicielka fashion jest jurorką w najbardziej prestiżowych konkursach modowych w kraju i za granicą. Przy sprowadzaniu do Polski trojga młodych Afrykanów nastąpiło twarde zderzenie z urzędniczą rzeczywistością. – Od września konsekwentnie, krok po kroku, pomagałam im w dotarciu do Polski – opowiada pani Ania. – Johannesburg jest ogromnym miastem, lecz komunikację ma dość słabą. Pomógł mi lokalny oddział Schwarzkopfa, który był dumny, że praktyka odbyła się u nich i że ktoś z Europy nadal chce pomagać. Ci młodzi ludzie nigdy sami nie poszliby do urzędu, niczego by nie załatwili. Przyjechał więc do nich ktoś ze Schwarzkopfa, zabrał ich do urzędu, złożył za nich wnioski do paszportu. Kiedy mieli już dokumenty, jeszcze bardziej skomplikowana okazała się procedura zdobycia wiz. Bezustanne wycieczki do polskiej ambasady, moje niezliczone telefony, wystawianie zaproszeń. Dodatkowe komplikacje wynikały z faktu, że zapraszałam ich na dłużej niż 3 miesiące i że mieli się uczyć zawodu. Wiza do Polski umożliwia im poruszanie się po całej Europie, dlatego jej zdobycie było takie trudne. Ewa Wojciechowska ze Schwarzkopf Professional Polska, która ma doświadczenie w załatwianiu wiz dla obcokrajowców, bardzo mi pomogła. Później stwierdziła, że choć są to jej codzienne działania, to tak skomplikowanej sytuacji jeszcze nie miała. Urzędnicy żądali ode mnie adresu, pod jakim Afrykanie będą mieszkali, a ja przecież nie mogłam im wynająć



SZKOLENIE TROJGA AFRYKANÓW Z RPA ANGAŻUJE DUŻĄ GRUPĘ FRYZJERÓW TRENDY HAIR FASHION

FOT. BASTEK CZERNEK



ANNA KULEC-KARAMPOTIS Z UWAGĄ NADZORUJE NAUKĘ ZAWODU CHARMINE

FOT. NIKOS KARAMPOTIS



KAŻDE CIĘCIE NOŻYCKAMI WYKONYWANE JEST W OGROMNYM SKUPIENIU

FOT. NIKOS KARAMPOTIS



NAUKA FRYZJERSTWA JEST TRUDNĄ SZTUKĄ, ALE MŁODZI TRAFILI DO ŚWIETNYCH SALONÓW

FOT. NIKOS KARAMPOTIS



PAMIĄTKOWA FOTOGRAFIA Z WIOSKI DZIECIĘCEJ KOŁO JOHANNESBURGA; Z PRAWY STRONY ANNA KULEC-KARAMPOTIS

mieszkania we wrześniu, nie mając pewności, czy przylecą w grudniu. Po przylocie trzeba im było kupić pościel, ręczniki, załatwić ciepłą odzież, garnki, talerze, komputer, umowę na internet i kanały telewizyjne.

Więści o przylocie trojga Afrykanów do Bielska-Białej rozeszły się błyskawicznie. Młodymi z RPA natychmiast zainteresowały się lokalne i krajowe media. To takie nietypowe: czarnoskórzy przyjechali na koszt własny polskiej bizneswoman! Zimą! Przez pół roku będą uczyć się fryzjerstwa! Co się za tym kryje? Najpierw była wizyta w „Pytaniu na śniadanie”, później do Bielska-Białej przyjechała na reportaż ekipa z „Dzień dobry TVN”. Z Anną Kulec-Karampotis i jej gośćmi z RPA rozmawiali w studiu na żywo Dorota Wellman i Marcin Prokop. Ku swojemu radosnemu zdumieniu właścicielka Trendy Hair Fashion zaczęła otrzymywać wiele telefonów od osób i firm, które pragnęły dołączyć do jej akcji. Firma Po Świecie Kuchni zaoferowała im darmowe obiady, jeden z gabinetów stomatologicznych zadbał o kompleksową naprawę zębów całej trójki. Salon Hand Park wykonał dziewczynom piękne świąteczne manicure. Szkoła językowa Sabiny Bruzzano postanowiła udzielać im raz w tygodniu lekcji języka polskiego. Hurtownia obuwia Olgi Duszyńskiej wyposażała ich w ciepłe, zimowe obuwie. Otrzymali również wsparcie od firm Schwarzkopf Professional Polska i Henkel. Szkoła narciarsko-snowboardowa Live ze Szczyrku zaprosiła ich na Salmopol na naukę jazdy. Szkoła Tańca Saída zaproponowała im w Dniu Kobiet prowadzenie warsztatów tanecznych. Byli też na łyżwach, a jedna z dziewczyn dzięki Lucynie Grabowskiej, właścicielce agencji modelek, wzięła udział w sesji sukien ślubnych.

– To wszystko odbywa się, kiedy mają wolny czas, bo nie przyjechali na wypoczynek. Codziennie mają zajęcia w naszej akademii od rana do godz. 15, potem idą na obiad i przychodzą do salonu oglądać, jak pracujemy. Na głowach klientów nie uczą się, co najwyżej na głowach modelek. Ich pobyt to moja inwestycja, ale słowo się rzekło! Wyposażę ich w umiejętność pracy w bardzo dobrym salonie, a co oni póź-

niej zrobią z tą wiedzą, to już ode mnie nie zależy. Na koniec pobytu, w maju, chcę zorganizować pokaz, zaprezentować, czego się nauczyli. Każde z nich ma inne predyspozycje, dziewczyny do kolorów i upięć, chłopak do męskich fryzur – informuje nasza rozmówczyni.

Nie ukrywa, że czasami zdarzają się kłopoty: – Oni angażują dużą grupę fryzjerów. Mam wspaniały zespół, który poświęcają im sporo wolnego czasu i prywatnych pieniędzy, zapraszając czy to na kręgle, czy do kina. Ofiarowali im też sporo różnych rzeczy do mieszkania. Za to jestem im wdzięczna. Wszyscy bez wyjątku służą im pomocą. Jestem szczęściarą, że mam takich ludzi wokół siebie. Oczywiście bez mojego wspaniałego męża Bobbysa te szalone pomysły pewnie pozostałyby w sferze marzeń. Bo tak naprawdę to on czuwa „twardą ręką” nad wszystkim. I tym sposobem jesteśmy sobie nawzajem potrzebni – to właśnie jest piękne.

Zainteresowanie mediów uczniami z RPA jest tak duże, że czas na edukację skraca się mocno, niekiedy cała profesjonalnie przygotowana logistyka bierze w łeb.

– Na domiar złego oni dosyć szybko się męczą, nie są przyzwyczajeni do takiego tempa, jakie u nas panuje. Nie mówię tego w sensie negatywnym, w ich warunkach po prostu inaczej się funkcjonuje. Poza tym muszą mieć czas dla siebie, uczą się samodzielnego poruszania po mieście. Ciekawostką jest to, że każda z tych osób mówi innym afrykańskim językiem, więc kiedy rozmawiają przez Skype’a ze swoimi bliskimi, to reszta ich nie rozumie. Między sobą rozmawiają jednak po angielsku i mój personel się cieszy, bo może poprawić swoje umiejętności językowe.

Pani Ania uważa, że podjęła dobrą decyzję, a pobyt afrykańskich uczniów w Bielsku-Białej to fantastyczna przygoda dla niej i całego zespołu. – Chciałabym, żeby Charmaine, Tebogo i Meagan za rok napisali do nas, że pracują w bardzo dobrym salonie w Johannesburgu i że to, co dla nich zrobiliśmy, procentuje z nawiązką.

STANISŁAW BUBIN

NOC ARCHITEKTÓW

Przyjeżdżam na parking przy galerii Nowy Roździeń w Katowicach już któryś raz w tym roku. Wizyta w galerii zawsze wywołuje u mnie emocje. Tym razem poziom adrenaliny osiąga apogeum, gdyż tuż za rozsuwanymi drzwiami kończą się klasyczne rozwiązania. 8000 m kw. powierzchni handlowej zostało zagospodarowane ekskluzywnymi markami, co stanowi raj dla profesjonalistów z branży projektowej. Panujący tu klimat sprzyja kreatywności. 600 architektów bezustannie krąży po galerii, wymieniając się spostrzeżeniami dotyczącymi kierunku rozwoju dziedziny, w której są specjalistami. Przez intensywny zapach ambicji, pasji i wiedzy, produkowany przez renesansowe umysły zaproszonych gości, przebija woń potraw przygotowanych specjalnie z myślą o odwiedzających. Po misce bograczu i uzupełnieniu spalonych wcześniej kalorii, przechodzę krótkie szkolenie dotyczące oprogramowania do projektowania wnętrz. Zbierając katalogi firm, których produktami jestem zainteresowany, wchodzę na ostatnie piętro galerii, gdzie rozłożona jest, sugerująca kolejne wydarzenie, stalowa konstrukcja. Mija parę sekund i przy nastrojowej muzyce i odpowiedniej grze świateł zostajemy przeniesieni w kolejny wymiar sztuki. Ciało Anny Filipowskiej, jak ołówek architekta, kreśli różnego rodzaju kształty, zatrzymuje się, kręci, rusza dalej po linii prostej, po łuku, na wielu płaszczyznach



dokonuje rzeczy niemożliwych, po to, by na koniec stworzyć dzieło doskonałe. Tworzymy sztukę... W tym klimacie, z podwyższonym tętnem zbliżonym do tego, które zwyczajnie osiągam na bieżni trenując w jednej z pobliskich siłowni, schodzę na dół, gdzie pokaz swoich umiejętności prezentuje Kolina – Live Act na skrzypcach porywa wszystkich, łącznie ze mną, ale nie dają się pochłoniąć do reszty, ponieważ planuję na twardych nogach zwiedzić pozostałą część galerii. Po kuchniach, meblach i łazienkach przyszedł czas na strefę Wellness. W Fotelu Szeffa rozluźniam wszystkie spięte mięśnie i w lekkim leżeniu, spośród szerokiej gamy napojów, zamawiam u barmana kawę z mlekiem. Kofeina robi swoje. Do tego udzielił mi się panujący klimat rzucający nowatorskimi pomysłami. Na szczęście swoją wyobraźnię mogłem wyekspluatać w Pokoju Architektów, gdzie z kolegą ze studiów straciliśmy godzinę, wymieniając się swoimi wizjami. Mało brakowało, a ominąłby nas pokaz akrobatyki i tań-

ca w kuli wypełnionej wodą, wykonany przez tę samą artystkę, która parę chwil wcześniej zachwyciła wszystkich na szarfach. Inaczej niż w standardowym spektaklu, zadbano jeszcze dokładniej o to, by nasze zmysły nawet przez dotyk odbierały to, co Anna Filipowska próbuje nam przekazać. Parę razy woda rozpryskująca się wokół po skończonej ewolucji „spryskała” widzów, w tym mnie, i pokaz stał się kompletny. Wizyta w salonie z artykułami przeznaczonymi do dekoracji wnętrz i mogę się zabierać. Opuszczając Nowy Roździeń, dostaję standardowy zestaw pamiątkowych gadżetów. Uświadamiam sobie, że kolejna Noc Architektów już poza mną. Po wyjściu wracam do samochodu z głową pełną całkowicie niestandardowych przeżyć.



FOT. AGENCJA REKLAMY ORKO GROUP / ORGANIZATOR EVENTU II NOC ARCHITEKTÓW

Předstawiamy fragment „Mandragory”, nowej powieści Doroty Stasikowskiej-Woźniak. Wchodzimy w świat magicznego kręgu Mandragory, która istnieje od wieków w 12 krajach, czuwając nad utrzymaniem piękna, harmonii i równowagi między męskim i żeńskim pierwiastkiem wszechświata. Do kręgu zostaje zaproszona Ewa. Ale żeby się w nim znaleźć i stać kapłanką Bogini, musi wysłuchać opowieści 12 jej członków. Reprezentują różne środowiska: artystyczne, naukowe, polityczne, ich losy splatają się w sposób niezwykły. Opowieści są zabarwione magią, mistyką, czarami, towarzyszą im interesujące rozważania na temat miłości, zdrady, seksu, wielkich emocji, a tłem historycznym są lata międzywojenne i czasy współczesne. Ewa powoli poznaje nie tylko tajemnice Mandragory, ale także odkrywa coś ważnego dla siebie.



DOROTA STASIKOWSKA-WOŹNIAK

MALLEUS MALEFICARUM (MŁOT NA CZAROWNICE)

Góra Czarownic wznosi się niewiele ponad godzinę jazdy samochodem od miasta. Jak głosi legenda, przed wiekami właśnie tu odbywały się sabaty. Nie jest typowa dla krajobrazu tej okolicy. Szczytem dotyka nieba, kamieniste zbocza z rzadka porastają trawa, krzaki i niewysokie drzewa. Przez jej środek przechodzi wąska, bardzo głęboka szczelina. To Czarci Jar. Z dołu nie wygląda na czarci, ani na jar, widać tylko delikatne pęknięcie. Ale gdy się jest na szczycie, jar może wywołać lęk.

Sobota. Anna, mimo że zajęta przygotowywaniem nowego reportażu radiowego na międzynarodowy konkurs, postanawia zrobić sobie przerwę i wspiąć się na szczyt Góry Czarownic. Tak jak robiła to dawniej. Ostatni raz zdobyła ją ponad 30 lat temu. Wtedy weszła na nią z łatwością, teraz jest trudniej, ale posuwa się do przodu. Zdobyć ten szczyt to nie lada wyczyn. Nie każdy potrafi. Góra wygląda przyjaźnie i łagodnie, a jednak jest stroma i niebezpieczna. Wiele osób wspina się na nią, żeby potwierdzić własną siłę i to, że na nic jeszcze nie jest za późno.

Świeci słońce, jest pełnia lata, wakacje. Anna ma wygodne buty i strój przystosowany do wspinaczki. Czuje w powietrzu zapach jagód i leśnej ściółki. Zrywa maliny, których na tym szlaku rośnie całkiem sporo. Wreszcie stoi na szczycie. Wieje bardzo silny wiatr. Rozgląda się. Wokół nie ma żywej duszy. Siada na trawie. Obok niej ląduje mały plecak. Wyjmuje butelkę i pije. Woda przyjemnie nawilża gardło, spłukuje kurz wędrówki. Prawie pusty bukłak wędruje znów do plecaka. Anna podchodzi na skraj i staje nad przepaścią. Kiedyś nie było tu żadnych zabezpieczeń. Teraz przed upadkiem chronią solidne metalowe słupki, siatka i łańcuchy. Patrzy w dół...

„Kiedy wspinasz się na szczyt, możesz sobie połamać nie tylko paznokcie, odnosisz wiele ran. Im jesteś wyżej, tym mniej ludzi wokół ciebie i coraz bardziej wieje. A na samej górze jesteś zupełnie sama. Nie szkodzi, przecież wdrapując się wyżej i wyżej zdążyłaś już przywyknąć i do samotności, i do ran, i do wciąż wiejącego ostrego wiatru” – przypomina sobie słowa Karoliny, bohaterki jednego z jej nagrodzonych reportażów, członkini Mandragory.

Na tej górze, już za godzinę, ma się spotkać z nową Wchodzącą. To Ewa, córka Romy i Andrzeja. Jest jej bardzo ciekawa...

Przez wszystkie wieki istnienia i w każdym z dwunastu państw Mandragora miała maksymalnie dwunastoosobowy skład podstawowy. Każdy wyznaczał swojego następcę bądź następczynię i każdy z nich musiał być zaakceptowany przez wszystkie osoby z kręgu. Wchodzący zajmował miejsce rekomendującego w chwili jego śmierci. Skład kręgu był zawsze odzwierciedleniem czasów, w jakich działał. W szczególnie trudnych liczył dwie, trzy, czasami siedem osób, tak jak w Polsce w końcu lat sześćdziesiątych, kiedy był reaktywowany. W Anglii funkcjonował najprężniej, ponoć już od czasów legendarnego króla Artura. Stamtąd czerpały wzorce kręgi amerykańskie i wszystkie istniejące w Europie. Każdy miał swoją specyfikę. W okresach burz dziejowych ograniczał swą działalność, by potem się odrodzić. Zawsze trwał na straży wywodzących się z głębokiej starożytności ideałów harmonii, otwartości i dbałości o Ziemię. Przyglądał się i działał, nie zaznaczając w sposób widoczny swojego istnienia, zawsze anonimowo. W bieg spraw ingerował tylko w imię najwyższej konieczności. Bo jego głównym zadaniem było i nadal pozostaje przekazanie wiedzy i doświadczeń zbieranych przez całe wieki.

I oto Anna ma włączyć do kręgu Mandragory Ewę.

„Jak ten czas szybko płynie”, pomyślała. „Za chwilę poznam całkiem dorosłą córkę Andrzeja, z którym, wydawałoby się, tak niedawno spotkałam się na Górze po raz pierwszy. Miałam wtedy tyle lat, ile ona ma dzisiaj, no, może trochę więcej”.

Pamięta ten dzień, jakby to było wczoraj. Wtedy właśnie zdecydowała, że nadszedł czas. Trudno nawet mówić, że zdecydowała, bo to przyszło... przez sen.

Widziała szczyt Góry na rozgwieżdżonym niebie. Wiedziała, że jest ciepła noc świętojańska. Nie wszystkich, którzy pojawili się w tym śnie, знаła, ale czuła, że są jej bardzo bliscy. Jakby ich przeznaczeniem było znaleźć się w tym miejscu, o tej porze i w takim właśnie składzie.

Potem dotarła do każdego z nich i powiedziała, że miała sen o śnie, w którym widziała ich wszystkich razem na szczycie Góry. I że muszą się tam spotkać. Nikt nie był tym zaskoczony, ani we śnie, ani w rzeczywistości. Nina twierdziła nawet, że czekała na to zaproszenie i dziwiła się, dlaczego tak długo nie przychodzi.

Anna była na Górze już od rana. Wiedziała, że nikt jej nie przeszkodzi w przygotowaniach. Robiła wszystko, co widziała w swoim śnie. Ustawiła pięć dużych zniczy, tworząc z nich szeroki krąg, w którym będą mogli tańczyć, jeść i spać. Wykopała płytką, niewielką dziurę w ziemi na ognisko, ułożyła w niej drewno, suchą trawę i zeschnięte liście, obok stos gałęzi i konarów. „Przydadzą się, noc będzie długa”, pomyślała. W pobliżu rozłożyła mały lniany obrus, postawiła na nim srebrny rytualny kielich, pudełeczko z maścią do latania, dużą butelkę ze specjalnie przez siebie przygotowanym na tę noc napojem, ciasto i zioła. To miał być ołtarz. Później każde z nich rozłożyło przy ognisku swój koc i przyniesione dary.

Pierwsza pojawiła się Nina. Niedługo potem Robert – jej nauczyciel, filozof i ezoteryk. Był też Andrzej, który miał już wtedy na swym koncie pierwszy duży sukces książkowy. Także Maria robiąca błyskawiczną karierę w dziedzinie nauki o kobietach. Przybył również inżynier, który przed wojną został uczniem Steinera – nazywali go Janem z Młyna, bo mieszkał na głębokiej prowincji. Jako ostatni z zaproszonych dołączył Sędzia.

Przywitali się, jakby się znali od zawsze. Anna nie była tym zdziwiona. Wiedziała, że są sobie przeznaczeni, a ich losy będą się od teraz mocno splatać. Wyśniła to przecież ze szczegółami. Jej zadaniem było sprawić, żeby weszli do kręgu z pięciu świec w najdłuższą noc w roku, żeby chcieli być razem w magiczny czas skoków przez ogień, który oczyszcza i chroni przed złem, podczas kąpieli w rzekach i jeziorach, na którą do tego dnia nie pozwalały wodniki i utopce. W noc kwitnienia kwiatu paproci, kiedy otwiera się przejście pomiędzy światami.

Zapaliła świece zamykające krąg. Było już ciemno. Od tej chwili żadne z nich nie mogło z niego wyjść, póki nie skończą ceremonii. Ich twarze oświeślały płomienie ogniska i księżyc w pełni. Siedzieli skupieni. Anna przełała zawartość butelki do srebrnego kielicha i podała Ninie. Ona zaś zachęcającym gestem poprosiła wszystkich o powstanie.

– Zanim zaproszę was do wychylenia napoju z rytualnego kielicha i złączy się nasza energia, posłuchajcie. Przygotowałam dla nas coś specjalnego. To starożytna pieśń Apulejusza o tej, która sprawiła, że dziś tu jesteście.

Wyprostowała się, rosła w oczach i patrzyła w niebo.





– Oto przychodzę ja, macierz wszechświata, pani żywiołów wszystkich, praźródło wszech wieków, ja, z bóstw największa, ja, cieni podziemnych królowa, spośród niebian pierwsza, ja, której twarz obliczem jest pospólnym bogów i bogiń wszystkich, której skinienie rządzi świetlistymi sklepieniami nieba, uzdrawiającymi tchnieniami oceanów, rozpaczliwym piekieł milczeniem, ja, której jedno jedyne bóstwo cały czci świat we wielorakim kształcie, w różnym obrządku i pod różnorakim imieniem. Tam mnie Frygijczycy, na ziemi pierworodni, Pesynuncką bogów Macierzą zowią, tu Attykowie zasię, na ziemicy swej odwiecznie tubylczy, Minerwą Cekropską, ówdzie Cypryjczycy morscy Wenerą mienią Pafijską; łucznikowie Kreteńczycy zwą mnie Dianą Diktynną, Sykulowie trójjęzyczni Prozerpiną Stygijską, Eleuzynowie odwieczną Cererą, inni Junoną, Belloną inni, Hekata tamci, Ramnuzją owi, ci zasię, na których wschodzącego słońca promienie naprzód padają: Etiopowie, Ariowie i prastarą mądrość przechowujący Egipcjanie właściwymi mnie czczą obrzędami i prawdziwym oznaczają imieniem: Izydy królowej. Przychodzę ulitowawszy się nad waszą niedolą – łaskawa przychodzę i miłościwa. Ostawcie już płacze i żale, precz rozpacz: oto ci już z łaski mej świta dzień wybawienia.

Nina zamilkła, podniosła kielich, upiła kilka łyków i podała go dalej.

– Pościliśmy, nasze serca i ciała są czyste, posilmy się teraz chlebem bogini – przekazała tacę z ciastem przygotowanym przez Annę, a kiedy była już pusta, otworzyła małe pudełeczko i nałożyła każdemu na środek czoła odrobinę magicznej maści. Anna w tym czasie wrzuciła zioła do ogniska. Powietrze wypełnił słodki, duszący zapach. Spotęgował siłę działania rytualnego nektaru, którego moc dotarła już do ich umysłów, wyzwalając energię i otwierając ich na przestrzeń. Nina zrzuciła buty i szal, kręciła się, unosząc ręce wysoko do góry. Maria i Anna dołączyły do niej.

– Jeśli chcesz latać, musisz pozbyć się rzeczy, które cię obciążają – krzyknęła Maria.

Śmiejąc się, tańczyły wokół ogniska, chichotały, obejmowały się. Już bez butów, bez ubrań przygarniały do siebie gwiazdzistą noc, przytulały ją do piersi i wzmocnioną kobiecą energią oddawały światu. Mężczyźni również kołysali się w rytm wewnętrznej muzyki. Wirowały także drzewa, uśmiechały się krzaki jagód, jaszczurka wyginała w parze z nornicą, sowa pohukiwała, tupiąc nogą do rytmu, a węże i żmije wiły się, przymykając oczy w zachwycie nad własną giętkością. Tańczący czuli związek z tymi, którzy robili to samo przy ogniskach płonących przez wieki na wzgórzach całej Europy. Ich siła łączyła się w tę noc, pozwalając znów zaistnieć bogom, których zawsze przywoływała do życia potęga ludzkiej wyobraźni. Były tej nocy między nimi, przekazywały im iskrę, odwieczną kosmiczną wielką miłość, energię Źródła. Wszędzie tam, gdzie wciąż tętniły ślady i błakały się cienie starych obrzędów, przybywały właśnie starzy bogowie, by udostępnić doświadczenie odczuwania bliskości nieba, które zbawia i wyzwala. Żeby świętujący, tak jak ich przodkowie, mogli odkryć wieczną prawdę i piękno, wstąpić w tę noc na drogę prowadzącą do miejsca, za którym dusza tak żarliwie tęskni na ziemi, niemal poczuć zmysłami esencję boskości.

Rytualny kielich krążył między nimi. Pili z niego otwierający oczy nektar, który pozwalał widzieć, nie patrząc.

O północy stanęli, trzymając się za wzniesione do góry ręce. Trwali nieruchomo z zamkniętymi oczami. Czuli, jak stawali się świetlistymi duchami, unoszącymi się ponad ognisko, skąd widzieli własne śpiące ciała. Tańczyli ponad nimi. Byli przestrzenią i wiatrem, widzieli polanę, las, miasta, kraj, kontynent, morza i góry, a potem trzymali w objęciach całą ziemię. Czuli jej puls i oddech. Przenikali ją i jednoczyli się z jej wieczną prawdą. Przed nimi pojawili się: Izyda, Asztarte, Kali, Kybele, Innana, Gaja, Atena, Afrodyta, Demeter. Była też słowiańska Jessa, Ladem, Ladon, Nya, Zezyła, Morana, Dziewanna, Marzanna. Ma wiele imion, ale jest jedną Boginią. Wtedy tu, w słowiańskim kręgu, kukułka zapowiedziała jej przybycie. Na głowie miała wianek z lipy, lubczyku i zboża, przetykany złotymi liliami. W ręce trzymała roziskrzona jabłko i klucz do otwarcia bram nieznanego. Podniosła go do góry i rozstało się niebo.

Widzieli przed sobą jak w zamglonym lustrze ruchome sceny. Wiedzieli, że to Polska. Ludzie, domy, ulice, było szaro. Nagle pojawili się robotnicy ze sztandarami, wyjechały czołgi, żołnierze, padały strzały, ginęli ludzie. Potem wszystko wróciło do normy, nabrało kolorów. W oknie stanął papież, uśmiechał się i machał do nich. Mówił coś, ale zaraz znów robiło się ciemno. Zobaczyli protesty, strajki, butelki z benzyną, czołgi. Obraz się zamazał, a później pojawił się okrągły stół i wiwatujący ludzie w miastach, kolory stały się pełne. Bogini tańczyła na ulicach. Wizja znikła, a na jej miejsce pojawiła się kolejna, już niezbyt wyraźna. To oni, znów w kręgu, ale było ich więcej. Widzieli twarze tych, którzy do nich dołączyli. Po chwili dostrzegli wieże kościołów, krzyż, zamieszanie, coś się działo. Jasna Bogini w granatowej szacie wyłaniająca się ze słońca i księżyca patrzyła na świat z uśmiechem, nad jej głową świeciło dwanaście

gwiazd. Ziemia zadrżała. Kobiety tańczyły, śpiewały, przemawiały, wznosząc do góry ręce. Były najważniejszymi osobami w państwach, prezydentkami, premierami, dziennikarkami, twórczyniami. Miały natchnione twarze. Kiedy obraz znowu stał się widoczny, Bogini i Bóg stali blisko siebie, splatali się niemal, a ciało błękitnej ziemi obracało się, jak zwykle, ze spokojem i wiarą w odwieczną harmonię wszechświata.

Zaczął świtać. Obudziły ich pierwsze promienie słońca. Otworzyli oczy, przeciągnęli się. Ognisko jeszcze się żarzyło, nad trawami unosiła się poranna mgiełka. Wstawał nowy dzień. I każdy z nich przepełniony był wiedzą, bo oprócz wspólnej wizji, każdy zobaczył swoją ścieżkę, po której ma iść. I wcale nie wydawało im się, że śnili. To, co zdarzyło się tej nocy, było tak realne i dotykane, jak trawa, której można dotknąć. Może zostali tej nocy zaczarowani? Może sprawił to rytualny napój albo maść, którą Nina otworzyła każdemu z nich trzecie oko? Może wpłynęła na to najdłuższa noc

ŚWIAT NOWEJ MISJI

Mandragora Doroty Stasikowskiej-Woźniak to powieść, do której trzeba będzie wracać po pierwszym czytaniu, żeby odnaleźć wszystkie zawarte w niej wątki i ukryte znaczenia. Po drugiej lekturze dojdziemy do wniosku, że nie jest to powieść w klasycznym rozumieniu, choć realistycznych fragmentów znajdziemy w niej sporo. Raczej, w sensie gatunkowym, przypowieść, opowiadka filozoficzna w stylu *Kubusia Fatalisty* Diderota. Głodni wrażeń sięgniemy do niej zapewne po raz trzeci, choćby po to, by odszukać wszystkie zawarte w niej feministyczne przesłania.

Nie da się *Mandragory* odczytać wprost i jednoznacznie. Autorka skonstruowała ją wielowątkowo i wielopoziomo. Jest to historia grupy ludzi, opowiedziana subtelnie na tle dziejów współczesnej Polski i Europy. Mamy i czas wojny, i holocaust, i rządy komunistów, i rok 1968, rok wygnania Żydów, i przewrót solidarnościowy, nowe porządki, wejście do Unii i rozliczenia z sąsiadami. Z drugiej strony jest też dyskusja o bogu i boskości, o roli bogiń i boginek w niekończącej się procesji kobiet. I przekonanie, że nadszedł czas, w którym władzę nad światem przejmie pierwiastek kobiecy (jakkolwiek go nazwać) – i będzie to nowy, ważny konstrukt społeczny.

Wędrownie bohaterów przez warstwy czasu i ich dysputom towarzyszą rozważania na temat miłości, seksu, zdrady, wierności, układów jedno- i wielopłciowych, a wszystko podlane gęstym sosem magii, czarów, talizmanów, ściślego związku z przyrodą i bachicznych oparów. O postaci realne ocierają się w książce nierealne, pogańskie, nierzezywiste, czarodziejskie, wiedźmowate, niechrześcijańskie. Wszystkie razem jakby upojone wywarem z mandragory. Wirują w tańcu, tworząc obraz nowego świata, w którym ostateczny głos i władza należeć będą do kobiet. Myślicie, że to tylko sen? Nie, wejdźcie w krąg *Mandragory*, do którego zaprasza autorka. I już nie wyjdziecie. W każdym razie niełatwo Wam będzie jej urok odczynić.

STANISŁAW BUBIN

w roku? Mieli absolutne przekonanie, którego nic nie było w stanie podważyć, że wszystko we wszechświecie jest ze sobą powiązane, a najważniejszym narzędziem człowieka w dążeniu do utrzymania harmonii jest jego wolna wola. Będą nieść swoje prawdy każdy oddzielnie i wszyscy razem, przekazując je i działając tak, żeby mogła wypełniać się odwieczna zasada spiralnej naprzemienności dziejów, a śpiąca przez wieki Bogini przemówiła pełnym głosem.

„*Mandragora*” ukazała się w marcu 2014 nakładem wydawnictwa G+J Gruner+Jahr Polska.

DOROTA STASIKOWSKA-WOŹNIAK

Pisarka, trenerka, kreatorka akcji społecznych, specjalistka ds. autoprezentacji i kreowania wizerunku, scenarzystka i prowadząca programy telewizyjne, konferencje, zjazdy a także sesje, głównie kobiece. Autorka m.in. powieści „Kleopatra” i „Portret kobiety wieku zatracenia”, poradników „Wystąpienia publiczne i kreowanie wizerunku”, „Jak być nowoczesną damą”, „Savoir-vivre przy stole”, „Poradnik nowoczesnej czarownicy”, „W sukience do sukcesu” (niektóre pod rodzimym nazwiskiem Kassala). Dyrektorka organizacji pożytku publicznego Dress for Success Poland.



FOT. MARCIN GORGOLEWSKI

REKLAMA

**Prof-Medica**

KINESIOTAPING
ZABIEGI

REHABILITACJA
RUCHOWA

laseroterapia
ultradźwięki
pole magnetyczne
elektrolecnicztwo
światłolecnicztwo

rehabilitacja ruchowa niemowląt i dzieci
zaburzenia napięcia mięśniowego
asymetria ułożenia
wczesniactwo
opóźniony rozwój ruchowy
mózgowe porażenie dziecięce
wady postawy

Poradnia rehabilitacyjna dzieci i dorosłych
Monika Nowak
14-300 Antoniewo 7a , GSM: 506 069 114
biuro@prof-medica.pl

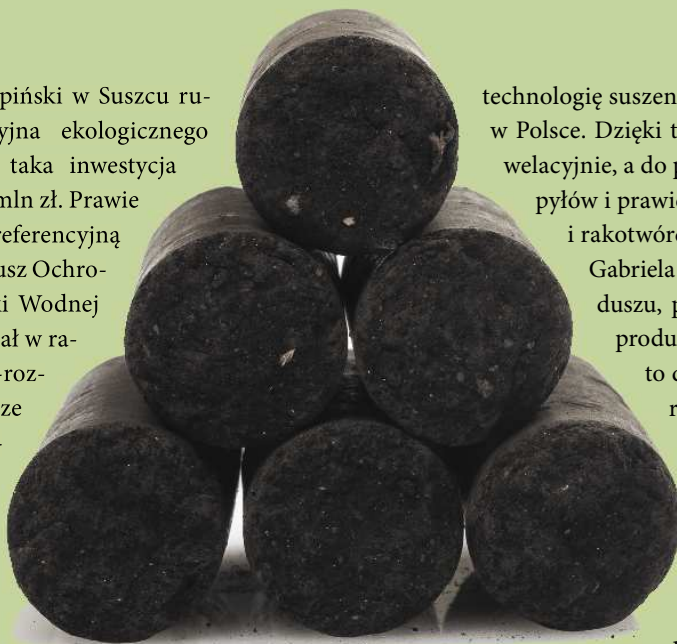
www.prof-medica.pl



EKOWĘGIEL BEZPIECZNY DLA ŚRODOWISKA

NA RYNKU POJAWIŁO SIĘ PALIWO, KTÓRE PALI SIĘ NIEMAL IDEALNIE I JEST CAŁKOWICIE BEZPIECZNE DLA ŚRODOWISKA. NAZYWA SIĘ VARMO I JEST WĘGLEM STWORZONYM PRZEZ POLSKI KOKS SA. STWORZONYM – PONIEWAŻ POWSTAJE W ZAKŁADZIE PRODUKCJI KOMPOZYTOWYCH PALIW STAŁYCH.

3 lutego w kopalni Krupiński w Suszcu ruszyła linia produkcyjna ekologicznego paliwa. To pierwsza taka inwestycja w Polsce, kosztowała ok. 20 mln zł. Prawie połowę kosztów wsparł preferencyjną pożyczką Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Katowicach. Zakład powstał w ramach programu badawczo-rozwojowego „Czyste powietrze dla Śląska”, którego uczestnikami są: Polski Koks, Jastrzębska Spółka Węglowa, Politechnika Śląska, Instytut Chemicznej Przeróbki Węgla i stowarzyszenie Klaster Kotlarski. Przyjazne środowisku brykiety gwarantują ogromną redukcję toksyn i pyłów. Paliwo nowej generacji nadaje się do spalania zarówno w kotłach z automatycznym podawaniem, jak i komorowych. Produkowane jest z kopalnianych odpadów – flotokonzentratu, który do tej pory trafiał na hałdy lub do sprzedaży jako muł najgorszej jakości. Naukowcy i górnicy opracowali metodę mieszania flotokonzentratu z odpadami przemysłu drzewnego, a także



PALIWO NOWEJ GENERACJI JEST PRZYJAZNE
DLA UŻYTKOWNIKÓW I ŚRODOWISKA

technologię suszenia. To jedyny węgiel suszony w Polsce. Dzięki temu brykiety spalają się rewelacyjnie, a do powietrza trafia o 90% mniej pyłów i prawie 100% mniej tlenków węgla i rakotwórczego benzo- α -pirenu.

Gabriela Lenartowicz, prezes Funduszu, powiedziała, że instalacja do produkcji ekologicznych brykietów to dowód na to, że nowoczesnie rozumiana ekologia staje się kołem zamachowym dla innowacyjnej gospodarki. – Nowy zakład wskazuje kierunki rozwoju technologii przemysłowych, które mogą stać się bezpieczne dla środowiska i opłacalne dla użytkowników.

Jarosław Zagórowski, prezes JSW, dodał, że otwarcie zakładu to ważny argument w dyskusji o przyszłości węgla. – Staramy się, żeby on nie został usunięty z gospodarki, zabiegając równocześnie o ochronę środowiska. Linia w Suszcu będzie produkowała rocznie ok. 60 tys. ton ekowęgla. W przyszłości w strukturach JSW powstaną kolejne takie zakłady.



TAK WYGLĄDA ZAKŁAD PRODUKCJI KOMPOZYTOWYCH PALIW STAŁYCH W KOPALNI KRUPIŃSKI W SUSZCU



WOREK Z NOWYM WĘGLEM WAŻY OKOŁO
25 KILOGRAMÓW



WÓZEK Z BRYKIETAMI VARMO O WYSOKIEJ WARTOŚCI OPAŁOWEJ
OPUSZCZA HALĘ



W UROCZYSTOŚCI OTWARCIA INSTALACJI WZIĘLI UDZIAŁ GABRIELA LENARTOWICZ, PREZES WFOŚiGW,
TOMASZ TOMCZYKIEWICZ, WICEMINISTER GOSPODARKI, WACŁAW BĘDKOWSKI, PREZES POLSKIEGO KOKSU
I JAROSŁAW ZAGÓROWSKI, PREZES JSW

PELET WĘGLOWY VARMO

- do kotłów z automatycznym podawaniem paliwa
- do kotłów komorowych (zasypowych)
- dostępny w workach o masie 25 kg
- alternatywne rozwiązanie dla ekogroszku
- dla gospodarki komunalnej i gospodarstw domowych
- stabilna i wysoka jakość, eliminująca smog i metale ciężkie
- jedyne paliwo węglowe poddawane procesowi suszenia
- znak bezpieczeństwa ekologicznego Instytutu Chemicznej Przeróbki Węgla w Zabrze
- opakowania z kapturem z folii stretch-hood chroniące przed wilgocią
- redukcja emisji NO₂ o 58%, pyłu o 94%, CO o 99,37%, benzo- α -pirenu o 99,46%
- kalkulator energooszczędności na stronie www.varmo.com.pl



BRYKIETY DAJĄ JASNY PŁOMIEŃ, A PO SPALENIU ZOSTAJE
NIE WIĘCEJ NIŻ 11% POPIOŁU

JESTEŚMY TYLKO AUSLENDERAMI?

ALDONA LIKUS-CANNON

OSTATNIO PRZECZYTAŁAM, ŻE OBCOKRAJOWCY TRAKTOWANI SĄ W NIEMCZACH JAKO GORSZA KATEGORIA LUDZI, NIEZALEŻNIE OD STATUSU SPOŁECZNEGO CZY MATERIALNEGO. TEMAT RZĘKA.

Każdy z nas ma swoją opinię i swoje przeżycia. Każdy mógłby przedstawić setki przykładów za i przeciw temu stwierdzeniu. Każdy z nas to oddzielna historia, osobowość i indywidualność. Nigdy nie przywiązywałam do tego zagadnienia większej wagi, jestem dumna ze swojej polskości, co czasami niektórych... szokuje. Mam wrażenie, że odkąd Polska należy

do Unii Europejskiej bardziej czujemy się Europejczykami niż obcokrajowcami. Lecz nie zawsze tak jest, a utwierdziła mnie w tym przekonaniu niedawna rozmowa ze znajomą Polką. Joannę spotkałam przypadkowo. Była w wisielczym humorze. Miała pechowy dzień, nic jej się nie układało, a co gorsza, posprzeczła się z niemiecką przyjaciółką. Długo rozmawialiśmy na temat jej kłótni z Utą, gdy w pewnym momencie stwierdziła: – *Wiesz, bo my jesteśmy tylko auslenderami. Niemki nigdy nie będą nas traktować jak równych sobie.* Popatrzyłam na nią, nie wiedząc co

odpowiedzieć. Jej stwierdzenie zaskoczyło mnie. Zaczęłam zastanawiać się, skąd w tej młodej, wykształconej dziewczynie tyle samokrytycyzmu i tak niskie poczucie własnej wartości. – *A chciałabyś urodzić się Niemką i mieć niemiecki paszport?* – zapytałam, zdumiona jej stwierdzeniem. – *Myślisz, że wówczas traktowano by nas lepiej, a Uta zachowywałaby się inaczej?*

Popatrzyła na mnie zdziwiona. Nie mam pojęcia, co myślała. Nie dałam jej czasu do namysłu, bo zaraz opowiedziałam historię, która przydarzyła mi się całkiem niedawno, a która utwierdziła mnie w przekonaniu, że Niemcy traktują nas normalnie. Ani gorzej, ani lepiej. Wszystko zależy od ludzi i sytuacji. Wspólnie z niemieckimi znajomymi z kursu języka włoskiego, zaraz po wykładach, wybrałyśmy się do kawiarni. Szłyśmy sześćoosobową grupą, zajmując cały chodnik. Ja z boku, koleżanki obok. Nagle przechodzący obok nas star-



*„Powinniśmy być świadomi,
że powodem naszych kłopotów
nie jest miejsce naszego pobytu,
lecz my sami”*

LUCJUSZ ANNEUSZ SENEKA

szy mężczyzna zaczął na mnie wrzeszczeć i wymachiwać rękami. O mało mnie nie pobił. Mówił tak szybko, że niewiele rozumiałam, ale bez wątplenia wypowiedział wiele niecenzuralnych słów. Moje niemieckie przyjaciółki widząc, że się nie odzywam, stanęły w mojej obronie i odwzajemniły mu się podobną litanią. Wpadły w szał. Szybko wokół nas zebrała się grupka gapiów. Trzy dziewczyny, jedna przez drugą, krzyczały na mężczyznę tak głośno, że czym prędzej zniknął w pobliskiej bramie.

Nigdy nie spodziewałabym się, że Niemki mogą stanąć w obronie Polki i wręcz poturbować swojego rodaka. W kawiarni moje niemieckie koleżanki dopytywały się, dlaczego nie zareagowałam. Tłumaczyły, że następnym razem muszę zareagować, gdyż chamstwo należy tępić.

W tym momencie uświadomiłam sobie, że gdyby podobna sytuacja przytrafiła mi się w czasie spaceru z polskimi znajomymi, uznalibyśmy to za objaw rasizmu lub antypolskości. A byłoby to całkowicie błędne rozumowanie.

Tak więc jeśli ktoś kiedyś potraktuje nas nie fair, co zdarza się w każdym społec-

zeństwie i w każdym kraju, najpierw zastanówmy się, czy faktycznie miało to coś wspólnego z tym, że jesteśmy Polakami, czy też po prostu ten ktoś miał ciężki dzień lub zabrakło mu wychowania i do każdego odnosił się agresywnie. Nieraz zdarzyło mi się, że jakiś starszy Niemiec nakrzyczał na mnie, bo podziwiając monachijskie kamieniczki prawdopodobnie weszłam na prywatną własność. Nieraz też inny Niemiec pomógł mi wnieść wózek z dzieckiem, gdyż schody ruchome nie działały. Stosunek Niemców do mnie nie miał więc nic wspólnego z tym, kim jestem, ale raczej w jakiej sytuacji się znalazłam i jaką kulturę osobistą oni reprezentowali. Wszystkim, którzy myślą podobnie jak moja znajoma, radzę, aby w każdej sytuacji zachowali zdrowy rozsądek, bo jak powiedział Seneka, „powinniśmy być świadomi, że powodem naszych kłopotów nie jest miejsce naszego pobytu, lecz my sami”.

NA KLATĘ

MIŁOŚ FORMAN W SWOIM GŁOŚNYM FILMIE „AMADEUSZ” SPOPUŁARYZOWAŁ POSTAĆ JEDNEGO Z NAJWIĘKSZYCH KOMPOZYTORÓW W HISTORII – WOLFGANGA AMADEUSZA MOZARTA.

Przedstawiając życie Mozarta z perspektywy jego rywalizacji z innym muzykiem, Antonio Salierim, i ciągłych problemów finansowych, czeski reżyser postawił na pierwszym planie kwestię niedoceny genialnego muzyka. Oto prestiżowe i materialne triumfy odnosi konwencjonalny do bólu Salieri, gdy Mozart w zasadzie klepie biedę... I jeszcze te ciągłe konflikty z mecenasami, a w zasadzie pracodawcami Mozarta, którzy traktują genialnego kompozytora nieledwie jak rzemieślnika. Cesarz Józef II, kiedy nie był w pełni zadowolony z opery Mozarta „Urowadzenie z Seraju”, potraktował geniusza muzyki tak, jakby ten był stolarzem. „Za wiele nut, drogi Mozarcie, za wiele nut” – skrytykował monarcha muzyka. W filmie Formana Mozart pięknie ripostuje, pytając cesarza, których to niby nut jest za dużo? Na ekranie cesarz pozostaje, by tak rzec, bez sztycha. Ta sama scena wymiany zdań pomiędzy wielkim muzykiem i cesarzem przywołana została w biografii Mozarta autorstwa Norberta Eliasa, tyle że w książce Eliasa błyskotliwa odpowiedź Mozarta nie została jakoś odnotowana. Dlaczego? Może genialny muzyk nie był mistrzem wyszukanej ciętej riposty? A może po prostu Mozart cały czas miał w pamięci, że, jak pisze Elias, zapłata muzyków „zależała od uznania jaśniepaństwa, przed którym występowali. Wynagradzanie artysty, wirtuoza miało wówczas, jak chciała tradycja absolutystycznych dworów, ciągle jeszcze charakter łaskawego daru. Jego wysokości nie sposób było przewidzieć, zależała od hojności księcia lub szlachcica, dla którego grano”. Może zatem, chowając ciętą ripostę do kieszeni, Mozart myślał tylko o tym, jak tę kieszeń napełnić złotem. A było pewnie o czym myśleć. Wreszcie, można przyjąć bez obawy popełnienia pomyłki, cesarz, jeśli tylko zechciał, mógł być nieporównanie bardziej hojny niż jakiegokolwiek księżę czy szlachcic. Niewiele młodszy od Mozarta inny geniusz muzyczny, Ludwig van Beethoven, nie był już poddanym i pracownikiem arystokratycznych zleceniodawców, mógł komponować „jako tak zwany dziś wolny artysta dla względnie anonimowej publiczności” (Norbert Elias) – stworzył się bowiem rynek na utwory muzyczne. Pisał Beethoven w liście do przyjaciela: „Kompozycje przynoszą mi spore dochody, powiedziałbym, że mam więcej zamówień, niż jestem zdolny wykonać. Do każdej rzeczy mam też sześciu czy siedmiu wydawców, a nawet jeszcze więcej, kiedy chcę dobić targu: nie dyskutuję już ze mną, ja żądam, a oni płacą. Jak widzisz jest to znakomita sytuacja” (Norbert Elias). Dlaczego przypominam te stare historie? Otóż dobrym do tego pretekstem zdają się mi niedawne skandale w Starym Teatrze w Krakowie. No właśnie, taki Beethoven sądził, że jest w znakomitej sytuacji? To cóż ma o sobie powiedzieć dyrektor Starego Teatru, reżyser Jan Klata. Otóż ten artysta nie tylko nie musi niczego sprzedawać, minister kultury Bogdan Zdrojewski zapewnił mu stałe wysokie dochody. Może nawet wyzywać niezadowolonych widzów, krzyczeć, by się wynosili – i korzysta z takiej możliwości, jak to niedawno szeroko opisano i komentowano. Dlaczego tak się stało, że dzisiaj ludzie pokroju Klaty mają tak dobrze, długo by mówić. A, przypominam, ma Klata bardziej komfortowo niż taki Beethoven? Otóż Klata jest artystą, więcej nawet – jest artystą kontrowersyjnym. A to daje takie papiery, że można już wszystko, no, prawie wszystko. Największa głupota urasta do rangi niezrozumiałego przez maluczkich arcydzieła, najbardziej chora wizja staje się oryginalnym wkładem w historię kultury i sztuki. I jeszcze w tle taki mały, tandetny szantaż emocjonalny. Jaki szantaż? Kto dzisiaj nie docenia dokonań Jana Klaty, kiedyś pewnie nie doceniłby innych wielkich artystów, nie zwróciłby uwagi na „Słoneczniki” Vincenta van Gogha, nie doceniłby „Ulissesa” Jamesa Joyce’a, nic nie rozumiałby z dramatów Becketta czy Ionesco. Czyż, jeśli przywołuje się trudne losy tamtych, często Wielkich Niedocenionych Artystów, tak trudno dojść do wniosku, że dzisiejsi twórcy zasłużyli na to, by prestiż i kasa należałyby im się za to tylko, że są kontrowersyjni? Że prestiż i kasa powinny być im dane tu i teraz? Czyż kontemplacja ich kontrowersyjności nie zasługuje na podziw publiki? Ach, tak być dobrze opłacanym kontrowersyjnym artystą – to jakby zjeść ciastko i dalej mieć ciastko... Na koniec: niedawno pewien fejsbukowicz napisał: „Dawno temu w podstawówce nauczycielka plastyki powiedziała mi, że nie umiem rysować. Niedawno byłem w muzeum sztuki nowoczesnej. Wychodzi na to, że ta, że jej nie nazwę, złamała mi karierę”. Niestety, albo nauczyciele Klaty byli delikatniejsi, albo Klata tak bardzo uparty, że nie dał się odwieść od roli artysty. Tak, czy owak – wielka szkoda.

KRZYSZTOF ŁĘCKI



SOCJOLOG, PUBLICYSTA, FELIETONISTA, KOMENTATOR, KONSERWATYSTA, AUTOR M.IN. „INNego ZAPISU”, „PERSPEKTYW SOCJOLOGII KULTURY ARTYSTYCZNEJ” (Z ALEKSANDREM LIPSKIM), „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)

Wiosna otworzy przed Tobą wszystkie drogi. Mogą Ci się zdarzać drobne niepowodzenia, ale to będą naprawdę dobre miesiące. Jeśli będziesz miała do wyboru wyjazd lub pracę na miejscu, wybierz to, co jest dalej. Tam poznasz nowych ludzi, zdobędziesz sporo doświadczeń i nabierzesz chęci do dalszych działań. Jeśli chodzi o sprawy miłosne, wszystko to, co było skomplikowane, rozwiąże się w kwietniu. Możesz przy okazji trafić na prawdziwego przyjaciela. Będziecie wspierać się nawzajem, pod warunkiem, że mu zaufasz. W kwestiach zdrowotnych uważaj na wszystko, co związane jest z jelitami. Niewielki problem z czasem może Ci dokuczać, ale są na to dobre zioła.



BYK (20 KWIETNIA – 20 MAJA)

Przed Tobą wiosna emocjonalnych burz, które spowodują, że nastrój będziesz miała nieszczerzólny. Nie daj po sobie znać, że coś jest nie tak. W sprawach zawodowych spokój. Wszystko będzie szło swoim rytmem – do czerwca. Wtedy Twoja pozycja może ulec zachwianiu. W miłości, niestety, też nie będzie zbyt dobrze, ale Twoje samopoczucie poprawi się szybciej niż myślisz. Masz już dość samotności w swoim związku. Nie czujesz, że Wasze relacje się wzmacniają. Niestety, nie wiesz jak podejść do rozmowy. Ta pora roku nie jest dobra na rozpoczęcie poważnej dyskusji, ale właściwe rozwiązanie przyjdzie samo. W zdrowiu uważaj na serce, nie lekceważ drobnych dolegliwości.



BLIŹNIĘTA (21 MAJA – 20 CZERWCA)

Musisz uważać, żeby nie narazić się na plotki. Jeśli sytuacja się rozwinie, już w marcu może odbić się na Twojej pozycji zawodowej. Zareaguj zdecydowanie, kiedy tylko coś dotrze do Twoich uszu. Nie bierz udziału w intrygach. W sprawach finansowych okres stagnacji. Nie bardzo możesz zarobić więcej. Licz więc na to, co jest w zasięgu ręki, nie dziel skóry na żywym niedźwiedziu. W miłości mogą paść ze strony partnera przykre słowa. Nie staraj się go zmienić, tylko pomyśl, czy na pewno chcesz być w związku, w którym on zawsze ma rację. W sprawach zdrowotnych może Ci dokuczać kręgosłup, więc zadбай o poprawę kondycji. Rower, siłownia, zumba czekają na Ciebie.



RAK (21 CZERWCA – 22 LIPCA)

Początek roku już dawno za Tobą, a zmiany nie nadchodzą. Nie martw się, w maju ten marny okres przeminie. Zajmuj się teraz tym, co jest do ogarnięcia. Mniej stracisz nerwów. Pod koniec marca nowych kształtów nabiorą niektóre sprawy rodzinne. Jeżeli szukasz pracy, w kwietniu dostaniesz rozwojową ofertę. Ale finanse nie będą zbyt zachęcające, więc rozważ, czy warto iść w stronę tych nowych możliwości. W miłości względny spokój, okupiony wcześniej ostrą wymianą zdań. Postawa nowo poznanej osoby pozostawia wiele do życzenia. W sprawach zdrowotnych bez sensacji, lecz warto przebadać się kompleksowo, żeby przed wakacjami mieć święty spokój.



LEW (23 LIPCA – 22 SIERPNIA)

Zapowiada się nerwowa wiosna. Wiele spraw odkładałaś na bok i teraz trzeba będzie wziąć się ostro do roboty. Jeśli staniesz w miejscu, zawistnicy zaczną pod Tobą kopać dołki, a potem już pewnych rzeczy nie da się nadrobić. Szukaj miejsc, gdzie Cię nie znają i zaproponuj swoje usługi. W maju okazja do zarobienia dodatkowej kasy. W miłości też nerwowo, szczególnie w marcu. Nie reaguj kłótniami na niesnaski, bo potem będzie ciężko wszystko naprawić. Zwróć też uwagę, czy koło twojego partnera nie kręci się inna, fascynująca osoba. Nerwowe sytuacje mogą odbić się na Twoim zdrowiu, więc nie lecz się tabletkami ziołowymi, lecz zasięgnij porady specjalisty.



PANNA (23 SIERPNIA – 22 WRZEŚNIA)

Miesiące wiosenne zapowiadają się twórczo. Część Twoich pomysłów szefowie szybko odrzucą, ale część skierują do realizacji. W przyszłości na takich kreatywnych nowinkach możesz sporo zarobić. To będzie też dobry czas, żeby udać się do kierownictwa po podwyżkę. Zostaniesz wysłuchana. W sprawach uczuciowych ze swoim partnerem stworzycie dobry tandem, lecz w drobnych kwestiach występują między wami różnice. Nie panikuj, żeby nie tworzyć złej atmosfery. Czasami bądź mądrzejsza i ustąp. Nie rezygnuj jednak z wyjazdów zawodowych, choćby on groził Ci rozstaniem. W zdrowiu mogą dać się we znaki stany zapalne gardła. Jedz dużo owoców i ćwicz.

NA WIOSNĘ



WAGA (23 WRZEŚNIA – 22 PAŹDZIERNIKA)

Wiosna to będzie czas spokojny, dlatego w pracy nie nastawiaj się na walkę, lecz na działanie. Płyn z prądem tak długo, jak się da. To wyniesie Cię na szerokie, bezpieczne wody. Jesteś w dość komfortowej sytuacji, którą tylko trzeba utrzymać. Szykuje się dobra, udana współpraca z kimś nowym. W marcu będziesz potrzebowała niewielkiej gotówki, w tej kwestii możesz liczyć na rodzinę i znajomych. W miłości wejdiesz na inny etap związku. Odtąd nie będą już ważne drobiazgi, które was dzieliły, lecz wszystkie rzeczy, które was wzmocnią. Będziecie prowadzić poważne rozmowy i snuć odpowiedzialne plany na przyszłość. To naprawdę umocni wasze relacje.



SKORPION (23 PAŹDZIERNIKA – 21 LISTOPADA)

Marzec i kwiecień będą dla Ciebie miesiącami nieco melancholijnymi. Uważaj tylko, żeby nie popaść w depresję. Będziesz się czuła jak na widelcu, ale pamiętaj, że to złudzenie, niekoniecznie wszyscy są Twoimi wrogami. W pracy drastycznych zmian nie będzie. To Twoje samopoczucie może wpływać na innych. Postaraj się ukryć negatywne emocje, tym bardziej, że nie mają one oparcia w rzeczywistości. W sprawach miłosnych musisz uważać. Pojawi się przy Tobie ktoś, kto wyraźnie będzie Cię adorował, ale... nie na poważnie. Prawdziwe emocje i intencje będzie przed Tobą ukrywał. Nie rób więc sobie nadziei. W zdrowiu uważaj na cerę, to teraz Twoja słabość.



STRZELEC (22 LISTOPADA – 21 GRUDNIA)

To powinny być dla Ciebie dobre miesiące. Zakończy się okres niepewności, świta czas stabilizacji. Od marca może przyjść to nowe i lepsze, o czym marzyłeś w czasie bezsennych nocy. Oddaj się w ręce losu, a dobrze na tym wyjdiesz. Karty wyraźnie wskazują na poprawę sytuacji finansowej. W sprawach miłości wreszcie pokonasz samotność. Nadchodzi okres spełnienia marzeń i oczekiwań. Nie siedź tylko w domu, bo przecież w jakiś sposób trzeba dać się światu poznać. To Twoja stanowcza postawa wreszcie przyniesie efekty. Widać po zimie porozumienie z bliskimi i poprawę przyjacielskich relacji. W zdrowiu możliwość kłopotów z płucami. Musisz więcej spacerować.



KOZIOROŻEC (22 GRUDNIA – 19 STYCZNIA)

Wiosną powinnaś uważać na ludzi, którzy jedno mówią, a robią coś innego. Większości spraw, których nie załatwisz, nie możesz zlecić innym. Patrz współpracownikom na ręce. Pięniędzy nie powinno Ci zabraknąć, ale możesz zdobywać je z wysiłkiem. Nie bądź jednak pesymistką: dnia przybywa, świat staje się lepszy, bardziej kolorowy. Ominie Cię zimowa depresja, chociaż w Twoim związku nie bardzo masz co liczyć na zrozumienie, więc powodów do kiepskiego nastroju masz aż nadto. Może trzeba będzie się wycofać, żeby nabrać dystansu? W nerwach nic nie załatwisz, potrzebny Ci spokój. Jeżeli będziesz działać mądrze, unikniesz wielu kłopotów.



WODNIK (20 STYCZNIA – 18 LUTEGO)

Postaraj się wiosną unikać typowo zimowych zdrażeń. Nie przekładaj spraw zawodowych na prywatne, bo zrażasz tym do siebie ludzi. W kwietniu szykuje się ostra rywalizacja. Przyjdzie w Twojego grona ktoś, komu nie odpowiada spokojna atmosfera. Nie daj się wciągnąć w intrygi i awantury, bo niczego nie zyskasz, a możesz wiele stracić. Natomiast w miłości zdumiewająca sielanka. Aż podejrzana. Zaczнеш też w czasie różnych wyjazdów poznawać ciekawe osoby. Dyskusje z nimi pozwolą Ci spojrzeć z innej perspektywy na Twój związek. To będzie pouczające. W sprawach zdrowotnych mogą pojawić się komplikacje po przeziębieniu, nie lekceważ ich!

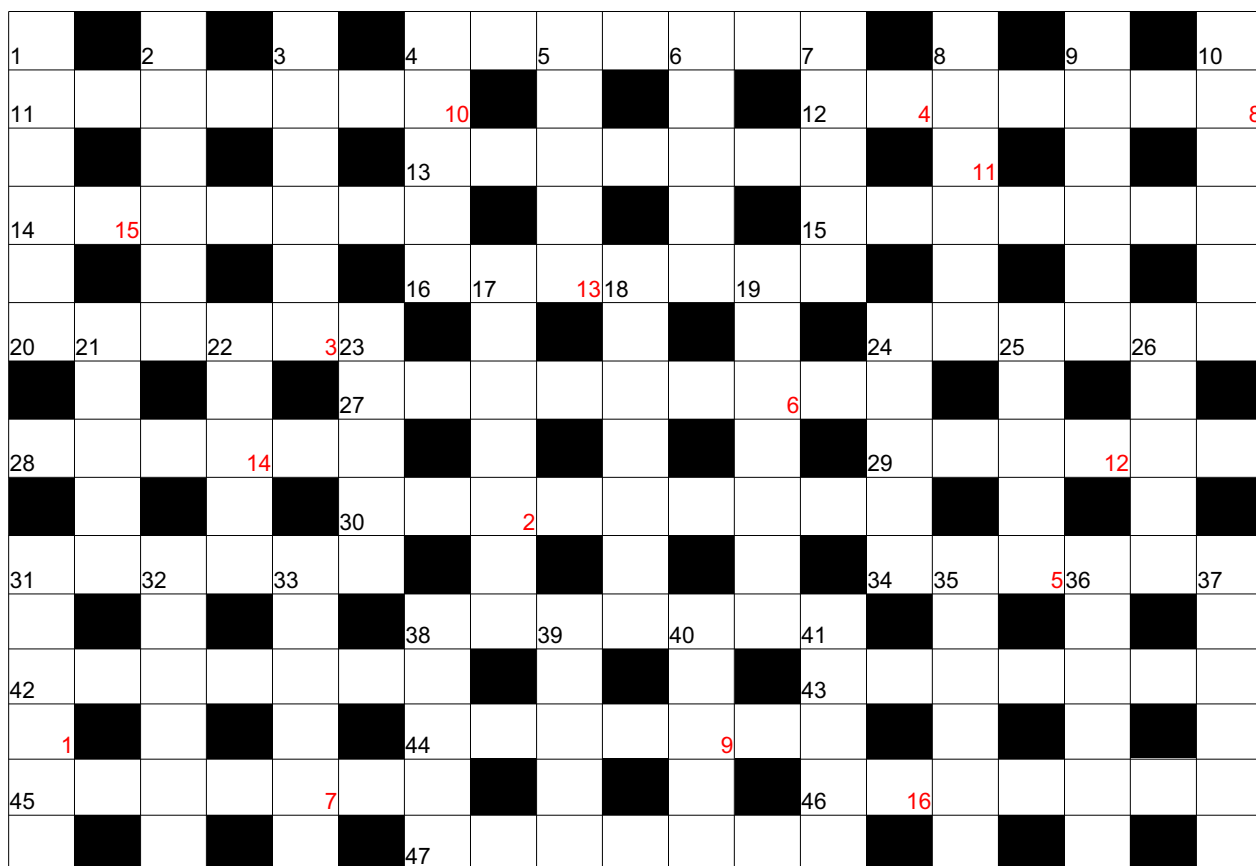


RYBY (19 LUTEGO – 20 MARCA)

Wiele rzeczy uda Ci się pozłatwiać wiosną, nie wiadomo kiedy. W sprawach zawodowych dokona się w Twoim otoczeniu wiele zmian. Wszystko będzie się działo szybko i we właściwym kierunku. Wykorzystaj swoje pięć minut na stworzenie czegoś dobrego. Podniesie to Twoją pozycję w firmie. W miłości też możesz liczyć na szczęście. Zaczнеш już wkrótce piękną znajomość, chociaż to może skomplikować sytuację w Twoim stałym związku. Wiesz, jaki on jest zazdrosny. Czy będzie miał powody? To zależy od Ciebie. Masz swój dobry czas, kiedy serce rozkwita, choć za oknem bywa wciąż ponuro. Nie zapomnij przy okazji o zrzućeniu kilku kilogramów po zimie.



KRZYŻÓWKA Z NAGRODAMI



POZIOMO: 4. film „Cztery wesela i ...”, 11. rodzaj kanapy, 12. hawajska gitara, 13. lodowiec kontynentalny, 14. przyspiesznik, urządzenie do uprawy roślin zimą i wczesną wiosną, 15. plamka z atramentu, 16. gra na oboju, 20. słynna Coco, 24. rodzaj eleganckiej tkaniny, 27. wiedza nabyta poprzez częstą lekturę, 28. miejsce odludne, w lesie, 29. buntownik, wyjęty spod prawa, 30. ogromny zbiornik wody, 31. jest wrażliwy na piękno, 34. wielkie brawa, 38. but z zamszu, 42. może być turystyczna PTTK lub policyjna, 43. mieszanina związków chemicznych, 44. węgierska i rumuńska wódka owocowa, 45. ...-Zdrój, uzdrowisko koło Wałbrzycha, 46. groźne dla zdrowia wyrzucenie tętnicy, 47. zagadka w formie wiersza z szyfrem.

PIONOWO: 1. stóg, 2. odwet, zemsta, 3. potocznie o rzeczach, 4. płaszcz, 5. herb, 6. ... Czaka, afrykański wódz, 7. lęgowa dla ptaków, 8. toaleta kota, 9. typ, odmiana, wariant, 10. Żywiecki lub Makowski, 17. drzewko z białą korą, 18. biznes, 19. na głowie mnicha, 21. harmider, 22. do przenoszenia rannego, 23. francuska rzeka, 24. jedno z wielu osłania płuco, 25. podkład do haftowania, 26. folwarczny parobek, 31. silne uczucie, 32. może być chlewna, 33. był nim Sofokles, 35. odwiedziny, 36. pomaga chorym odprowadzać mocz, 37. jeden z kontynentów, 38. rezerwa, 39. kwiat ogrodowy, 40. najniższa część kadłuba statku, 41. w więziennym oknie.

Litery z pól oznaczonych czerwonymi cyframi od 1 do 16 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 18 kwietnia 2014. Nagrody zostaną wysłane pocztą.

NAGRODA NR 1

- Kryminał z przymrużeniem oka, czyli „Pani komisarz nie czuje się w klubie jak w raju” Georges’a Flipo wydany przez Oficynę Literacką Noir sur Blanc (www.noir.pl).

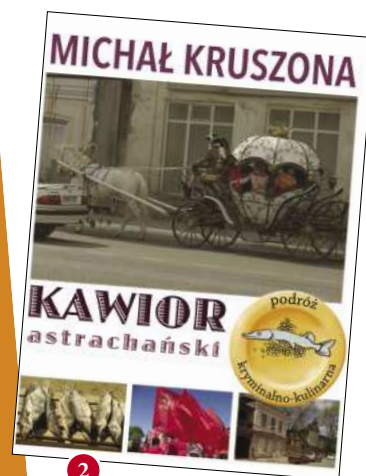
Do wygrania 2 egzemplarze!

NAGRODA NR 2

- „Kawior astrachański. Podróż kryminalno-kulinarna” – najnowsza powieść Michała Kruszony, laureata Nagrody BURSZTYNOWY MOTYL 2013, wydana przez Wydawnictwo Tamaryn, Edipresse Polska SA. **Do wygrania 2 egzemplarze!**

Rozwiązanie z nr 5 (27) 2013: ZIMOWE SPORTY. Lista nagrodzonych znajduje się na stronie www.ladysclub-magazyn.pl

Przygotowała Anna Jurczyk/www.lowiskoksiarek.blogspot.com



Justyna Steczkowska w magicznym kalendarzu

LOYD
The Magic Experience

2014

MAGICZNY HORYZONT SMAKÓW



Sylvia Mokrysz, z zarządu Mokate S.A.
fot. Justyna Steczkowska

12 magicznych fotografii Justyny Steczkowskiej w wyjątkowych owocowych aranżacjach – tak wygląda kalendarz marki herbat Loyd na 2014 rok.

Magiczny Horyzont Smaków Loyd – bo tak nazywa się nowy kalendarz – co miesiąc zabierze nas w podróż do krainy wyjątkowych smaków herbat Loyd. Wszystko dzięki stylizacji Justyny Steczkowskiej – ambasadorki marki. Znana piosenkarka pozuje do zdjęć w towarzystwie kompozycji stworzonych z mieszanki owoców, które w swoich herbatkach oferuje Loyd. I tak o to gwiazdę zobaczymy m.in. w wianku z dzikiej róży i mocno czerwonych jabłek, a także w otoczeniu owoców pigwy i mirabelek, a nawet... rabarbaru.

– Kocham owoce, ich naturalne piękno kolor i smak oraz nieporównywalny z niczym aromat natury. Herbaty Loyd zawierają w sobie to wszystko – mówi Justyna Steczkowska i dodaje: – Kiedy w wolnej chwili zaparzę filiżankę herbaty, przenoszę się w zupełnie inny, magiczny świat pełen niepowtarzalnych kompozycji smakowych, które wprawiają mnie w dobry nastrój. Właśnie taka też była nasza kolejna sesja kalendarzowa – pełna dobrej energii, smakowania herbacianych pyszności oraz radosnej kreatywności. Jestem dumna z tego, że jestem ambasadorem marki Loyd, która niesie ze sobą piękno natury, zdrowie i magię życia.

Skąd pomysł na nazwę przyszłorocznego kalendarza? Sylwia Mokrysz, z zarządu Mokate S.A. tłumaczy: – Chcieliśmy, by korespondowała zarówno z marką, jaki i z tym, co przedstawiają zdjęcia. Słowo magiczny nawiązuje do hasła związanego z brandem, czyli do Magic Experience, a horyzont do stylu fotografii. Ponadto horyzont przywołuje do myśli coś szerokiego, inspirującego, a taka jest paleta smaków naszych herbat Loyd. Magiczny Horyzont Smaków Loyd to kolejny projekt tego typu zrealizowany przez Justynę Steczkowską i markę Loyd. Metamorfozą Artystki zajęła się wizażystka gwiazd Ewa Gil, scenografią wrocławska artystka Magdalena Lewicka, a autorem zdjęć był Michał Pańszczyk.



SKOFF



Drogę do sukcesu
oświetli Ci SKOFF

BOLERO

Zastanawiasz się, dlaczego niektóre wnętrza od początku wywierają na Nas większe wrażenie niż inne?
Klasyczne piękno, perfekcyjne wykończenie detali i użycie najwyższej jakości materiałów
- oto cała tajemnica sukcesu.

Ponadczasowy wygląd produktów marki SKOFF, dzięki zastosowaniu innowacyjnej w oświetleniu technologii LED sprawia, że produkt ten znajduje zastosowanie zarówno we wnętrzach klasycznych jak i nowoczesnych. Produkty marki BOLERO przeznaczone są głównie do podświetlania ciągów komunikacyjnych, korytarzy, schodów, czy nawet mebli, czyli miejsc które nie potrzebują intensywnego, energooszczędnego oświetlenia.

