



EWA TRZEPIZUR -DŻOGA

Certyfikowany lekarz medycyny estetycznej
z Bielska-Białej

MOJA PRACA POZWALA
ZATRZYMAĆ CZAS

» WYWIAD STR. 6



BEAUTY C♥NCEPT

—♥—
stworzone przez kobiety

♥ MANICURE

♥ PEDICURE

♥ DAY SPA

Piękno jest teraz
w Twoim zasięgu!

Gemini Park
poziom O
tel: 33 484 0909
facebook.pl/beautyOPI

od kwietnia 2015:

**ENDERMOLOGIA LPG ♥ ZABIEGI HIGH TECH ♥ ZABIEGI PIEŁĘGNACYJNE NA
TWARZ I CIAŁO ♥ WYSZCZUPLANIE I MODELOWANIE SYLWETKI ♥ PEELINGI
CHEMICZNE ♥ DEPIACJA ♥ WYBIELANIE KOSMETYCZNE ZEBÓW
MAKIAŻ ♥ PRZEDŁUŻANIE RZĘS**



OPTYK

Ewa Jasiczek

OKULARY NA KAŻDĄ OKAZJĘ

*W gabinecie okulistycznym
i optometrycznym wykonujemy
następujące badania:*

- ❖ dobór szkieł
korekcyjnych
- ❖ dobór soczewek
kontaktowych
- ❖ komputerowe badanie
wzroku
- ❖ komputerowe badanie
pola widzenia
- ❖ pomiar ciśnienia
wewnątrzgałkowego
- ❖ diagnostyka i leczenie
schorzeń narządu wzroku
(np. jaskra, zaćma)
- ❖ optyczna tomografia
komputerowa siatkówki OCT
- ❖ terapia wzrokowa

Przyjmuje u nas doświadczony
okulista i optometrysta,
który oczekuje na Państwa
w naszym gabinecie.

Realizujemy recepty Narodowego
Funduszu Zdrowia (NFZ).

NFZ



Optyk Ewa Jasiczek • ul. 11 Listopada 7 • Bielsko-Biała • tel. (33) 816 43 23

• www.optykjasiczek.pl • e-mail: optykjasiczek@op.pl

Punkt przyjęć: Przychodnia • ul. Komorowicka 23 • Bielsko-Biała (1 piętro)

Punkt przyjęć: Szpital Wojewódzki • ul. Armii Krajowej 101 • Bielsko-Biała • tel. (33) 810 26 69 (hol główny)

Optyk E. Jasiczek, A. Okruta-Sikora • ul. Zamkowa 20 • Żywiec • tel. (33) 861 53 18

OD REDAKTORA



FOT. MAGDALENA OSTROWICKA

Początek roku za nami, przed nami coraz cieplejsze dni, wiosna, a potem słoneczne lato. Można powiedzieć – stały porządek rzeczy. Gdyby nie to, że w kraju zawirowania polityczne związane z kolejnymi wyborami, a nad Europą wojenne dymy znad cierpiącej Ukrainy. I groźba III wojny. Czy treści tego numeru odzwierciedlają choć trochę owe niepokoje, targające naszym (i nie tylko naszym) społeczeństwem? Nie piszemy z zasady nic o polityce, więc nie szukajcie u nas manifestów i doniesień z frontu; zresztą, jako autorzy dwumiesięcznika nie mamy szansy w wyścigu o newsy. Chcę tylko powiedzieć, że w trakcie zbierania materiałów do tego wydania i nam, i naszym rozmówcom niejednokrotnie zeszło się na tematy polityczne. Boimy się konfliktów, nie chcemy wojny ani na Ukrainie, ani w Polsce, ani na świecie. Chcemy żyć i pracować normalnie, rozwijać swoje małe i większe biznesy, związane z kulturą, nauką, medycyną czy motoryzacją. Niech ten mój wstępniak, jedyny w *Lady's Club* na tematy bieżące, wystarczy za całą polityczną odezwę środowisk, z którymi się stykamy. Przed wojną (sic, tamtą!) mówiono: *Czyń każdy w swoim kółku co każe Duch Boży, a całość sama się złoży*. Niech tak się stanie!

STANISŁAW BUBIN

509 965 018

s.bubin.ladysclub@gmail.com

www.ladysclub-magazyn.pl

W NUMERZE

- 6 EWA TRZEPIZUR-DŻOGA:
MOJA PRACA POZWALA ZATRZYMAĆ CZAS
- 9 ROZMOWA Z JERZYM CZAJKĄ,
PREZESEM CZAJKA-AUTO
- 34 TOMASZ ZABIEGAŁA, DETEKTYW
- 37 PROF. KATARZYNA POPIOLEK: SIĘC WSPARCIA
- 38 ARCHEOLOGICZNA AUTOSTRADA W STAREJ FABRYCE
- 40 CHWILA NIEUWAGI: NAPĘDZAMY SIĘ MUZYCZNIE
- 44 WIERSZ JEST JAK DZIECKO – MÓWI BIELSKA POETKA
- 46 KUBA ABRAHAMOWICZ:
CHCĘ LUDZI LECZYĆ ŚMIECHEM
- 49 EKSCENTRYCZNA I ROMANTYCZNA
- 50 PO CO KOBIETOM GADŻETY EROTYCZNE?
- 52 PORADY DIETETYKA: OCZYŚĆ ORGANIZM NA WIOSNĘ
- 54 BARANINA – NIEDOCENIONY SMAK BESKIDÓW
- 56 ZUS – SKĄD SIĘ BIORĄ EMERYTURY?
- 58 NAJWIĘKSZA ŚLĄSKA UBEZPIECZALNIA
- 62 ZAPISKI Z DUBAJU
- 65 OGRÓD PIĘKNA WEDŁUG FABRYKI KREOWANIA WIZERUNKU
- 68 PORADNIK: KOLORY WIOSNY 2015
- 70 LISTY Z MONACHIUM
- 71 FELIETON KRZYSZTOFA ŁĘCKIEGO
- 72 HOROSKOP WIOSENNY
- 74 KRZYŻÓWKA Z NAGRODAMI
- 75 LUDZIE WIELKIEGO SERCA

NA OKŁADCE
DR EWA TRZEPIZUR-DŻOGA,
CERTYFIKOWANY LEKARZ MEDYCYNY
ESTETYCZNEJ Z BIELSKA-BIAŁEJ
ZDJĘCIE
MAGDALENA OSTROWICKA
WWW.COBRAOSTRA.PL
MAKIJĄŻ ANNA ROSIŃSKA



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

ADRES REDAKCJI 43-309 Bielsko-Biała, ul. Sucha 32
REDAKTOR NACZELNY Stanisław Bubín, 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, Ewa Trzeciak, Anna Jurczyk, Grażyna Kurowska,
Anika Strzelczak-Batkowska, Wioletta Uzarowicz, Beata Sypuła,
Natalia Pavluchenko, Katarzyna Ziemierni, Aldona Likus-Cannon,
Edyta Dwornik, Roman Anusiewicz, Mikołaj Woźniak, Michał
Grzesiek, Łukasz Lenard, Krzysztof Łęcki, Krzysztof Skórka,
Aleksander Sieroń, Jacek Kachel, Jolanta Maria Budniak, Ewelina
Kozlik, Aneta Rostecka, Bartosz Gądzina, Justyna Cieślina,
Krzysztof Kozik

LAYOUT Paweł Okulowski
ISSN 1899-1270



KULINARNA PRIMAVERA

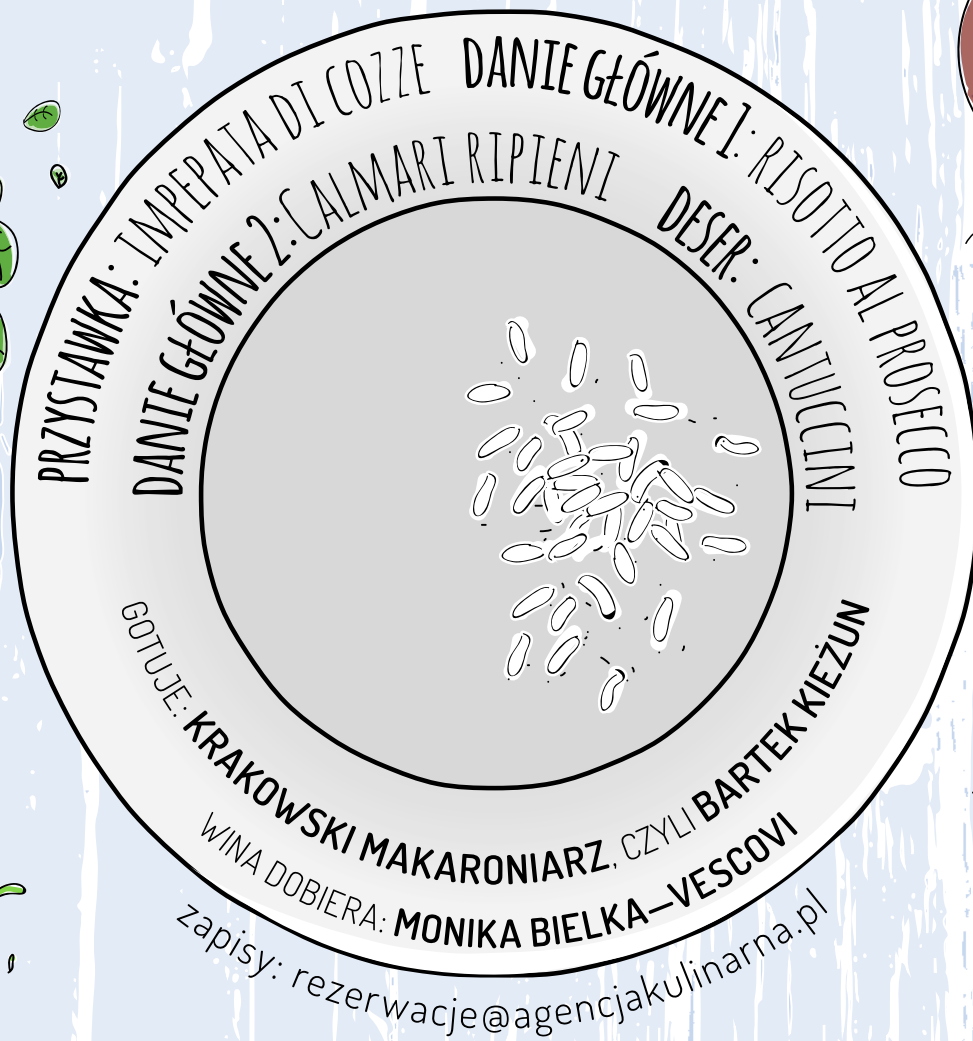
WARSZTATY KUCHNI WŁOSKIEJ

DATA 14.03.2015

GODZ. 12–16

CENA: 200 PLN

MIEJSCE: K6 PRZESTRZEŃ KREATYWNA KOTULIŃSKIEGO 6, CZECHOWICE–DZIEDZICE



ZAPRASZA



Laboratorium Smaku

Agencja Kulinarna

WIĘCEJ INFORMACJI NA: WWW.AGENCIJAKULINARNA.PL

PARTNERZY:



PATRONI MEDIALNI:

NIESKAZITELNIE PIĘKNA SKÓRA BEZ SKALPELA EMERGE™



LASER FRAKCYJNY NIEABLACYJNY Palomar Emerge™ służy do skutecznej walki z niedoskonałościami skóry, pozwala wyrównać jej koloryt lub przywrócić jej młodszy wygląd. Przeznaczony do usuwania i redukcji powierzchniowych niedoskonałości skóry, takich jak:

- bruzdy
- zmarszczki
- przebarwienia
- blizny (m.in. po zabiegach, np. cesarskim cięciu – już po paru dniach)
- blizny potrądzikowe,
- blizny po oparzeniach
- rozstępy
- zniszczone dłonie

EMERGE™ to zabieg wykonywany przy użyciu specjalnie dobranej długo-

ści lasera frakcyjnego, nieablacyjnego. Jest on skierowany do tych osób, które borykają się z problemem drobnych zmarszczek. Znakomicie sprawdza się u pacjentów chcących pozbyć się charakterystycznych zmian wokół oczu, tzw. kurzych łapek. Laser ten posiada certyfikat FDA, potwierdzający skuteczność ich redukcji.

Zabiegi z użyciem lasera EMERGE™ poprawiają również jędrność skóry, eliminują zmiany pigmentacyjne a także wygładzają blizny i rozstępy. Resurfacing skóry przy użyciu frakcyjnego lasera Emerge™ stosuje energię w postaci mikrowiązek światła, które w kontrolowany sposób uszkadzają wybrane obszary naskórka i skóry właściwej. Naturalny proces

gojenia się skóry prowokuje proces, w którym uszkodzone komórki skóry zastępowane są przez nową, zdrową tkankę. Efektem tego jest zdrowsza i młodsza skóra. Zabieg nie wymaga podania znieczulenia miejscowego. Po oczyszczeniu skóry głowica przykładana jest do skóry pacjenta i po jej uruchomieniu w skórę wprowadzane są mikrowiązki światła, które penetrują na głębokość co najmniej 1,5 mm. Im głębsze kolumny, tym większa ilość nowej tkanki.

Skoagulowane złoże komórkowe zastępowane są zregenerowaną tkanką. W trakcie zabiegu i po jego zakończeniu może być odczuwalny minimalny dyskomfort. Dzięki nieinwazyjnemu działaniu Emerge pacjent jednak nie jest skazany na chwilową separację ze względu na swój wygląd.



LASER FRAKCYJNY NIEABLACYJNY
PALOMAR EMERGE™

estetikLaser
beauty & medicine

ESTETIKLASER

- TEL. +48 730 077 006 ■ WWW.ESTETIKLASER.COM
- BIURO@ESTETIKLASER.COM ■ UL. CECHOWA 27
- BIELSKO-BIAŁA (100 M OD GALERII HANDLOWEJ SFERA)
- PONIEDZIAŁEK-PIĄTEK 10.00-19.00 ■ SOBOTA 9.00-14.00
- GABINET DOSTOSOWANY DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

VECTUS™

TRWAŁE USUWANIE NIECHCIANYCH WŁOSKÓW I PRZEBARWIEŃ

PONAD 16 LAT TEMU FIRMA PALOMAR MEDICAL TECHNOLOGIES stworzyła laser diodowy, który do dziś uważany jest za złoty standard trwałego usuwania owłosienia. Od tego momentu naukowcy Palomar pracowali nad udoskonaleniem technologii lasera diodowego. W efekcie powstał Vectus™, jedyny laser na świecie wyposażony w inteligentny czytnik poziomu melaniny w skórze – Skintel™, który pozwala na dostosowanie parametrów zabiegowych do indywidualnych potrzeb pacjenta i minimalizuje ryzyko poparzeń.



MEDYCZNY LASER DIODOWY VECTUS™

W MEDYCZNYM LASERZE DIODOWYM Vectus™ wykorzystano wiele nowatorskich rozwiązań wpływających na jego wyjątkową skuteczność, bezpieczeństwo i komfort pacjenta. Innowacyjnym rozwiązaniem również wpływającym na skuteczność zabiegu jest opatentowana technologia **Photon**

RecyclingSM, która polega na ponownym wykorzystaniu światła w naturalny sposób odbijającego się od skóry. Tym samym energia emitowana przez laser wykorzystywana jest efektywniej, a skuteczność pro-

cedury radykalnie wzrasta. Bardzo wysoki komfort zabiegu zapewni zastosowane w głowicy rozwiązanie

DEPILACJA LASEREM VECTUS:

NAJSKUTECZNIEJSZA
NAJBEZPIECZNIEJSZA
NAJSZYBSZA
NAJBARDZIEJ KOMFORTOWA

Advanced Contact CoolingSM, które powoduje, że skóra chłodzona jest przed, w trakcie i po emisji światła. W rezultacie wyczuwalność ciepła w trakcie procedury jest minimalna, a jej komfort znacznie wzrasta.

LASER DIODOWY VECTUS™ jest najszybciej pracującym systemem w swojej kategorii. Dzięki zwiększonej końcówce zabiegowej pozwala wykonać depilację dużych powierzchni w zaledwie kilka minut. Wyższa skuteczność lasera diodowego Vectus™ w stosunku do wiodącej technologii rynkowej została

potwierdzona niezależnymi badaniami klinicznymi i **certyfikatem FDA**. Vectus to **gwarancja skuteczności, bezpieczeństwa i komfortu pacjenta** w walce z niechcianymi włoskami.

ESTETIKLASER

■ TEL. +48 730 077 006 ■ WWW.ESTETIKLASER.COM

■ BIURO@ESTETIKLASER.COM ■ UL. CECHOWA 27

■ BIELSKO-BIAŁA (100 M OD GALERII HANDLOWEJ SFERA)

■ PONIEDZIAŁEK-PIĄTEK 10.00-19.00 ■ SOBOTA 9.00-14.00

■ GABINET DOSTOSOWANY DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

estetikLaser
beauty & medicine

MOJA PRACA POZWALA ZATRZYMAĆ CZAS

MÓWI DR **EWA TRZEPIZUR-DŻOGA**, CERTYFIKOWANY LEKARZ MEDYCyny ESTETYCZNEJ Z BIELSKA-BIAŁEJ

Czym różni się medycyna estetyczna od dermatologii?

Dermatologia, najogólniej mówiąc, jest dziedziną medycyny zajmującą się schorzeniami skóry, natomiast medycyna estetyczna to stosunkowo młoda dziedzina, skupiająca się na dbaniu o dobrą, wysoką jakość skóry. Zabiegi wykonywane w ramach medycyny estetycznej spowalniają procesy starzenia i redukują defekty estetyczne skóry o rozmaitym podłożu, na przykład zmarszczki, przebarwienia, poszerzone naczynka, cellulit. A więc medycyna estetyczna prowadzi działania i profilaktyczne, i rekonstrukcyjne.

Jakieś podobieństwa między tymi dziedzinami jednak występują?

Dermatologia i medycyna estetyczna przenikają się i uzupełniają. Lekarz medycyny estetycznej powinien mieć podstawową wiedzę z zakresu dermatologii, a coraz więcej dermatologów wykonuje także zabiegi z zakresu medycyny estetycznej. Nasza dziedzina, choć powszechnie kojarzona z dermatologią, wciąż jeszcze nie ma swojej oficjalnej specjalizacji. Tak naprawdę lekarzem medycyny estetycznej może zostać każdy lekarz innej specjalności, na przykład internista, okulista, kardiolog czy stomatolog, po ukończeniu studiów podyplomowych.

To dobrze czy źle, pani zdaniem?

Doczekamy się specjalizacji, nie mam wątpliwości. Już na niektórych uczelniach medycznych powstają wydziały medycyny estetycznej. W trosce o przejrzystość zawodową, a przede wszystkim o dobro pacjentów. Nie może być tak, że nawet lekarze (na szczęście nie wszyscy) kojarzą medycynę estetyczną z kosmetologią i wyrażają się o naszej pracy lekceważąco. A przecież jesteśmy lekarzami odpowiednio wykształconymi i wykonujemy odpowiedzialne zabiegi. Tymi zabiegami wpływamy na wysoką jakość życia pacjentów. Likwidując defekty estetyczne, zwiększamy istotnie komfort życia.

Przeprowadza pani zabiegi chirurgiczne, czy tylko niechirurgiczne?

W odróżnieniu od chirurgii plastycznej, wykonuję wyłącznie zabiegi bez skalpela, niechirurgiczne, które nie wymagają pobytu w szpitalu.

Jaka była pani droga do medycyny estetycznej? Od razu po studiach zdecydowała się pani na ten kierunek?

Wspomniałam, że to dziedzina stosunkowo młoda. Na świecie powstała w latach 70. ubiegłego wieku, a do Polski dotarła



dopiero w latach 90. Kiedy studiowałam w Śląskiej Akademii Medycznej, ta dziedzina była dopiero w fazie początkowej. Po studiach, po stażu, przez 5 lat pracowałam na Oddziale Neurologii w Szpitalu Ogólnym w Bielsku-Białej i jak większość młodych lekarzy w Polsce, dyżurowałam w różnych placówkach. Tak trafiłam do Kliniki Chirurgii Plastycznej dr. Janusza Sirka. W tej klinice przepracowałam kilka lat i tam zdobyłam niezbędne doświadczenia zawodowe w dziedzinie medycyny estetycznej. Zawsze będę o tym pamiętać. Po odbyciu specjalistycznego szkolenia zaczęłam pracować na platformie laserowej eMax firmy Syneron, umożliwiającą likwidowanie defektów skóry, a także przeprowadzenie zabiegów liftingu termicznego. Później rozpoczęłam naukę w Podyplomowej Szkole Medycyny Estetycznej w Warszawie, kierowanej przez dr. Andrzeja Ignaciuka, cenionego eksperta i pioniera medycyny estetycznej w naszym kraju. Teraz co jakiś czas sama szkolę studentów na laserach w tej szkole, co jest dla mnie osiągnięciem.

A sama szkoli się pani nadal?

Tak, uważam, że szkolenia w naszej dziedzinie są obowiązkowe, biorąc pod uwagę dynamikę rozwoju medycyny estetycznej i ciężar odpowiedzialności związanej z wykonywanymi zabiegami. W Polsce co roku organizowane są dwa duże międzynarodowe kongresy medycyny estetycznej. Poza tym jest mnóstwo mniejszych specjalistycznych szkoleń. Oprócz tego co roku staram się uczestniczyć przynajmniej w jednym, prestiżowym zagranicznym kongresie. Za udział w kongresach medycyny estetycznej, organizowanych wyłącznie dla lekarzy, przyznawane są punkty edukacyjne. Ponadto uczestniczę w szkoleniach dotyczących konkretnych zabiegów i kilkakrotnie jeździłam do Włoch na staże do uznanych lekarzy-specjalistów, wykonujących zabiegi laserowe czy z osocza bogatopłytkowego. To nowoczesna metoda biostymulacji komórek skóry, która opiera się na uzyskaniu preparatu z własnej krwi pacjenta. W zeszłym roku jeździłam do La Spezii na wykłady z fizjologii i medycyny przeciwstarzeniowej, prowadzonej w Scuola Alta Formazione.

W czym się pani specjalizuje?

Najwięcej zabiegów wykonuję w obrębie twarzy. Dużą satysfakcję przynoszą mi zabiegi modelujące, przywracające twarzy właściwe proporcje. Przywiązuję też dużą wagę do ust. Uważam, że ładne, zmysłowe, ale zaznaczam – nie przesadnie duże usta podnoszą wyraźnie atrakcyjność twarzy. Edukuję też pacjentów, że istotna jest nie tylko korekcja zmian, które już powstały w procesie starzenia. Bardzo ważna jest profilaktyka. I tu polecam zabiegi zapewniające skórze dobrą kondycję, takie jak hydrolifting skóry czy regeneracja osoczem bogatopłytkowym.

Dopracowała się już pani własnej filozofii zawodu?

Tak, jeśli za filozofię można uznać przekonanie, że warto dbać o skórę i od zewnątrz, czyli regularnie co jakiś czas wykonywać indywidualnie dobrane zabiegi, ale też od wewnątrz. Trzeba interesować się procesami starzenia organizmu całościowo, fizjologią człowieka i czynnikami, które na starzenie wpływają.

Z jakich zabiegów składa się oferta pani gabinetu?

Jest ich naprawdę dużo. Mogę wymienić pełny zakres zabiegów odmładzających skórę i korygujących jej niedoskonałości, a także modelujących i przywracających proporcje. Moje „narzędzia” to kwas hialuronowy, toksyna botulinowa, hydroksyapatyt wapnia, nici liftingujące, osocze bogatopłytkowe i inne preparaty, a także wysokospecjalistyczny sprzęt: platforma eMax i laser CO2RE. Usuвам naczynka, przebarwienia, zbędne owłosienie, wykonuję fotoodmładzanie skóry, pilingi, zabiegi redukujące cellulit, rozstępy i blizny, lipolizę iniekcyjną, mezoterapię owłosionej skóry głowy.

Pacjenci nie gubią się w nadmiarze tych propozycji?

Cierpliwie wszystko sobie wyjaśniamy i omawiamy. Jeśli pacjent, po przeprowadzeniu wywiadu i badania lekarskiego, decyduje się na konkretny zabieg, jako lekarz podej-

muję się całościowej opieki nad nim, a więc nie skupiam się tylko na jednym obszarze, na przykład na jego czole, lecz ustalam i doradzam plan terapii, który ma na celu korekcję defektów estetycznych, a także profilaktykę procesów starzenia całego organizmu. Moją rolą jest – i tego się trzymam – przedstawienie wszystkich możliwości terapeutycznych, wyjaśnienie, na czym konkretne zabiegi polegają, czego pacjent po takim zabiegu może się spodziewać. Ostateczną decyzję podejmuje oczywiście pacjent i to on musi być przekonany co do celowości danego zabiegu. Jeżeli pacjent ma wątpliwości, wolę zabieg odłożyć i poczekać, aż nabierze przekonania, że warto.

Ludzie w swoich wyborach często kierują się modą, a w medycynie estetycznej pewne trendy są szczególnie intensywnie lansowane w mediach... Co wtedy?

Owszem, przychodzą pacjenci, którzy o jakichś metodach słyszeli i są na nie zdecydowani, bo wierzą w ich moc sprawczą po przeczytaniu artykułu promującego jakiś zabieg. Staram się wtedy delikatnie odwrócić sytuację – najpierw diagnozuję pacjenta, a potem dobieram odpowiednie narzędzia, czyli właściwy zabieg. Być może to będzie zabieg, na jaki się pacjent zdecydował, ale może też być inny, bardziej efektywny, który bardziej go usatysfakcjonuje. Pacjent zawsze musi być świadomy, na co się decyduje, jakie są alternatywy i czego się spodziewać po konkretnych zabiegach.

Czy w pani gabinecie można pozbyć się nadmiaru tłuszczu i wymodelować sylwetkę?

Wykonuję lipolizę iniekcyjną, przez co likwiduję miejscowy nadmiar tkanki tłuszczowej, która nie poddaje się diecie i ćwiczeniom. To nieinwazyjne modelowanie sylwetki w określonych partiach ciała, polegające na podaniu zastrzyków roztworu niszczącego komórki tłuszczowe. Nie jest dobrym kandydatem na takie odchudzanie osoba z wyraźną nadwagą czy otyłością. Taką osobę odsyłam do chirurga plastycznego. Zabiegi lipolizy iniekcyjnej są idealne dla osób szczupłych, które tylko w niektórych miejscach mają nadmiar tkanki tłuszczowej, na przykład w okolicy brzucha,



DLA DOKTOR EWY KLUCZOWE JEST USTALENIE DOBREGO, INDYWIDUALNEGO PLANU TERAPII DLA KAŻDEGO PACJENTA

boczków, ud, kolan czy pleców. Preparat rozpuszcza określone ilości tkanki tłuszczowej, która potem jest metabolizowana w organizmie.

A jakie ma pani podejście do modnych zabiegów?

Staram się rozsądnie podchodzić do nowych zabiegów, szeroko propagowanych w chwili wejścia na rynek. Sprawdzam, czy nowy zabieg jest rzeczywiście tak skuteczny i bezpieczny, jak zapewniają jego twórcy. Często te same albo nawet lepsze efekty można osiągnąć preparatami i metodami istniejącymi od dawna, o których zachwycony nowościami pacjent często nie wie. Jeśli jest to nowy, krzykliwie reklamowany zabieg, to istotne jest to, czy jest on rzeczywiście tak bezpieczny i skuteczny, jak się zakłada. Czasem dopiero po dłuższym czasie ujawniają się efekty niepożądane. Pacjenci są podatni na modę, ale my, lekarze, musimy być przezorni i ostrożni, ponieważ bezpieczeństwo pacjentów jest najważniejsze.

Wykorzystuje pani w swojej pracy nowe zdobycze medycyny estetycznej?

W pracy nie kieruję się trendami panującymi na rynku. Kluczowe jest ustalenie dobrego, indywidualnego planu terapii dla pacjenta. Umiejętne połączenie różnego rodzaju zabiegów i wykonanie ich w prawidłowej kolejności i konfiguracji przynosi dobre i długotrwałe efekty. Ze sprawdzonych najnowszych metod polecam zabiegi z wykorzystaniem osocza bogatopłytkowego, stosowane samodzielnie lub wspomagająco przy zabiegach laserowych. Podkreślam też, jak bardzo istotna jest technika pracy. Po to jeżdżę na różne szkolenia, żeby przyrzeć się pracy najlepszych i wykorzystać obserwacje w swojej praktyce.

Jakie są gwarancje wykonywanych przez panią usług?

Na jakość skóry i na efektywność zabiegu wpływają choroby i stany zapalne organizmu, sposób odżywiania, czynniki środowiskowe, a także stan psychiczny i różnego rodzaju stresy – więc stuprocentowej gwarancji nie można dać. Ale można oprzeć się na statystyce i doświadczeniu. Poza tym dokładny wywiad przed zabiegiem i badanie lekarskie oraz ewentualne badania dodatkowe pozwalają oszacować rezultaty.

Z jakich preparatów korzysta pani w codziennej praktyce?

Zawsze ze sprawdzonych, przebadanych, bezpiecznych. Pojawia się dużo firm, które kuszą preparatami o niskich cenach. Ja wolę odwoływać się do dystrybutorów przeprowadzających badania preparatów, organizujących szkolenia dla lekarzy, kontaktujących ich z ekspertami.

Czy czuje pani satysfakcję z osiąganymi efektów?

Ogromną. Zawsze cieszy mnie zadowolenie pacjenta. Jeśli on odczuwa radość, to ja tym bardziej. I to motywuje mnie do ciągłego rozwoju.

Coraz częściej z usług gabinetów medycyny estetycznej korzystają też panowie. Jakie zabiegi dla nich proponuje pani gabinet?

Istotnie, mężczyźni są coraz więcej. Jeszcze parę lat temu widok mężczyzny w gabinecie medycyny estetycznej stanowił wydarzenie. Dzisiaj już nie. Oczywiście nadal przeważają kobiety, ale pacjent-mężczyzna jest teraz na porządku dziennym. Przychodzą głównie z tych samych wskazań co kobiety – wykonuję u panów zabiegi redukujące zmarszczki, poszerzone naczynka i przebarwienia, modelujące twarz, ale także usuwające owłosienie, najczęściej w obrębie klatki piersiowej i pleców. Niekiedy przyprowadza ich partnerka, ale najczęściej pojawiają się z własnej inicjatywy.

Dziękuję za rozmowę.

ROZMAWIAŁ STANISŁAW BUBIN

ZDJĘCIA: MAGDALENA OSTROWICKA / WWW.COBRAOSTRA.PL
MAKIAŻ: ANNA ROSIŃSKA

DR EWA TRZEPIZUR-DŻOGA

Absolwentka Wydziału Lekarskiego Śląskiej Akademii Medycznej w Zabrze. Po ukończeniu stażu lekarskiego w l. 2003-2008 pracowała na Oddziale Neurologii Szpitala Ogólnego w Bielsku-Białej.



W l. 2007-2012 zatrudniona w Prywatnej Klinice Chirurgii Plastycznej w Bielsku-Białej (NZOZ Dr Sirek Med-Cosmetic). W l. 2007-2009 studiowała w Podyplomowej Szkole Medycyny Estetycznej w Warszawie, uzyskując tytuł lekarza medycyny estetycznej. Od 2012 pracuje w swoim gabinecie Doktor Ewa. Certyfikowany lekarz medycyny estetycznej. Członek Polskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej i Anti-Aging przy Polskim Towarzystwie Lekarskim. Odebrała wiele szkoleń z zakresu medycyny estetycznej, m.in. w firmie Syneron w Yokneam w Izraelu i firmie Deka we Florencji, u dr. Nikola Zerbinati w Mediolanie, u dr. George V. Oskarbskiego w Rzymie, u dr. Philippe Kestemonta i dr. Benjamina Aschera w Nicei, a także staż u dr. Luigi Mazzi w Weronie. W 2014 szkoliła się z fizjologii i medycyny przeciwstarzeniowej u prof. Vincenzo Aloisantonio w Scuola Alta Formazione w La Spezia. Na bieżąco szkoli się w uznanych ośrodkach szkoleniowych w kraju pod okiem wybitnych specjalistów.

DOKTOR EWA GABINET MEDYCyny ESTETYCZNEJ • UL. STOJAŁOWSKIEGO 14 • BIELSKO-BIAŁA

606 111 032 • 660 926 982 • DOKTOREWA@DOKTOREWA.COM • WWW.DOKTOREWA.COM

HYBRYDĄ W PODRÓŻ MARZEŃ

Z **JERZYM CZAJKĄ**, PREZESEM ZARZĄDU CZAJKA-AUTO, SP. Z O.O.,
AUTORYZOWANEGO DEALERA TOYOTY,
ROZMAWIA BEATA ZNAMIROWSKA-SOCZAWA

Od wielu lat prowadzi pan salony samochodowe. O ile inaczej kobiety podchodzą do wyboru samochodu dla siebie? Na co zwracają uwagę, a na co powinny zwracać szczególnie?

Z czasem odnoszę wrażenie, że panie są bardziej świadomymi i na pewno konkretniejszymi klientami niż mężczyźni. Na ogół wiedzą, czego chcą i co najbardziej im się podoba. O wiele chętniej decydują się na zakup nowoczesnych rozwiązań hybrydowych. I wbrew obiegowej opinii – kolor nie jest dla nich najważniejszy, chociaż w końcowej fazie zakupu często tak.

Hybryda brzmi pociągająco i tajemniczo zarazem. Na czym polegają walory tego rozwiązania?

Jeden aspekt, to na pewno znalezienie się wśród elitarnej grupy osób świadomych i chcących mieć wpływ na ochronę środowiska. Napęd hybrydowy opracowany przez inżynierów Toyoty, to ponad 40 lat prac i doświadczeń; zawarto w nim kilkaset patentów, jest to więc naprawdę bardzo poważna i olbrzymia praca, jaką wykonano. Samochody z napędem hybrydowym emitują zdecydowanie mniej szkodliwych spalin, co niewątpliwie wpływa na jakość powietrza i poprawę jego stanu. Jednak równie ważna jest ekonomiczna strona tego rozwiązania. Samochód hybrydowy nie posiada wielu układów, które są w „normalnych” samochodach. Na przykład: nie ma rozrusznika, sprzęgła, alternatora, wielu pasków napędowych, a więc elementów, które prędzej czy później ulegają eksploatacyjnemu zużyciu, a ich wymiana i naprawa generują konkretne koszty. Układ hamulcowy (tarcze i klocki) zużywa się zdecydowanie wolniej, bo proces hamowania wspomagany jest przez generator energii elektrycznej, zamieniający energię kinetyczną samochodu na energię elektryczną. W tym cyklu ładowana jest bateria samochodu hybrydowego, a następnie dzięki automatycznemu



FOT. AGNIESZKA ORLIŃSKA / WWW.2POZIOM.PL

procesowi sterowania, wykorzystywana jest do napędzania auta. Decyduje o tym komputer i nie wymaga to ingerencji kierowcy. Nie ma więc niebezpieczeństwa, jak przy samochodach wyłącznie elektrycznych, że bateria wyładowuje nam się wcześniej, nim dojedziemy do źródła zasilania. Gdy wyczerpie się energia elektryczna w akumulatorze, hybrydowa Toyota przełączy napęd, zaczniemy korzystać z silnika spalinowego, podczas gdy samochód posiadający napęd wyłącznie elektryczny zostanie unieruchomiony! Następna zaleta hybryd, to zastosowanie w każdym modelu automatycznej skrzyni biegów. To świetne i niezastąpione „urządzenie” dla pań, bezproblemowa i komfortowa jazda w jakże częstych korkach. Hybryda pozwala paniom na jazdę w mniej wygodnych butach, dzięki automatycznej skrzyni biegów i co za tym idzie, dzięki brakowi pedału sprzęgła. Dlatego panie mogą łatwiej i wygodniej prowadzić samochód w ulubionych, pięknych szpilkach czy butach na wyższym obcasie, co niejednokrotnie, jak wiem, jest dla nich ważne.

FOT. MATERIAŁY PRASOWE



TOYOTA AYGO

Mówi pan o ekonomiczności rozwiązania, ale przecież te samochody są dużo droższe!

Pozornie tak, ale to mit! Zależy, jak spojrzeć na koszty. Warto policzyć całkowity koszt posiadania samochodu. Hybrydy są o 10-15% droższe w momencie zakupu, ale faktyczna eksploatacja wyraźnie wskazuje na oszczędność rzędu 30% w stosunku do takiego samego samochodu o napędzie konwencjonalnym – chodzi o paliwo, amortyzację i naprawy układów. Proszę zwrócić uwagę, że hybrydowa Toyota Yaris spala 3,5 litra paliwa i przy pełnym baku z napędem hybrydowym może przejechać 1000 km. O tym, że jest to świetne rozwiązanie, świadczą sami klienci, którzy są najlepszymi ambasadorami tego rozwiązania. Toyota sprzedała już ponad 7 mln aut hybrydowych. W Polsce dwa lata temu sprzedano ok. 400 sztuk, w 2013 niecałe 1000, a już w roku ubiegłym ponad 2500. To świadczy o dużym zainteresowaniu oraz o tym, że kierowcy jednak przekonują się do tego rozwiązania i potrafią docenić nie tylko wygodę, ale także ekonomiczną stronę tego przedsięwzięcia. Osobom, które obawiają się, że będą miały problem ze sprzedażą – proponujemy już dzisiaj odkupienie auta hybrydowego w przyszłości po ustalonej z góry cenie, jeśli będą chciały zamienić je na nowsze. Proszę sprawdzić, jak doskonale wygląda kwestia utraty wartości auta hybrydowego wraz z upływem czasu. Tutaj również hybrydy Toyoty są doskonałym przykładem – po prostu tracą najmniej!

Jakie modele Toyoty są dostępne z napędem hybrydowym?

Obecnie Auris, Yaris, Prius, Prius Plus i Prius Plug-in. RAV 4 będzie dostępny w przyszłym roku. Myślę, że do końca dekady wszystkie modele Toyoty będą oferowane z napędem hybrydowym. Zapraszam do sprawdzenia „na własnej skórze” tego, o czym teraz rozmawiamy. W naszych salonach można skorzystać z niezobowiązujących jazd próbnych, w czasie których nasi pracownicy przybliżą tę nowoczesną, zweryfikowaną w milionach jeżdżących egzemplarzy Toyoty technologię. Proszę mi wierzyć – hybryda to przyszłość i kierunek rozwoju motoryzacji.

A jakie jeszcze ciekawe rozwiązania proponuje Toyota?

Same wspaniałości! Na przykład dla młodych, aktywnych ludzi, a tym bardziej dla pań z fantazją i nutą indywidualizmu, mamy model Aygo z wymiennymi elementami – co powoduje, że możemy sami zaprojektować samochód według własnej kompozycji kolorystycznej i wykończeniowej.



Ciekawy jest też system *Toyota safety sense* – ogólnie mówiąc, to układ wielu systemów, który pilnuje bezpieczeństwa i podnosi komfort jazdy. Wyczuwa zmianę toru jazdy i od razu go koryguje, co może się zdarzyć, gdy się zagapimy albo wykonamy jakąś nieprzewidzianą czynność, na przykład odbierzemy telefon, stracimy koncentrację. Jest też bardzo wyczulony na inne pojazdy, zwłaszcza jadące przed nami – nie dopuści do uderzenia lub jeśli zderzenie okaże się nieuniknione, zminimalizuje jego skutki, przygotowując auto do zderzenia, na przykład poprzez automatyczne, gwałtowne i efektywne hamowanie.

Słyszałam, że Toyota przygotowała również samochód na wodę?

Może nie dosłownie, ale to istotnie prawdziwa rewolucja! Pod koniec ubiegłego roku Toyota – jako pierwsza firma motoryzacyjna na świecie i jednocześnie lider motoryzacyjnego rynku – wprowadziła do seryjnej produkcji i sprzedaży (niestety, w tej chwili jeszcze nie na rynku polskim) samochód Mirai, co po japońsku oznacza „przyszłość”. Samochód ten napędzany jest silnikiem elektrycznym, który czerpie energię z akumulatora ładowanego przez generator zasilany ogniwami wodorowymi. Taki samochód nie emituje żadnych szkodliwych spalin, a jedynie wytwarza obojętną dla środowiska naturalnego parę wodną. Rewolucja, prawda?!... No tak, rozmawiamy przecież o Toyocie i jej wspaniałych, supernowoczesnych technologiach i produktach na miarę XXII wieku. Toyota to przecież niekwestionowany lider innowacyjności i firma, której budżet badawczy i rozwojowy nie ma sobie równych.

Biznesem samochodowym zajął się pan mając niespełna 22 lata. Zaczynał pan od niewielkiego zakładu mechanicznego, którego rozwój doprowadził pan do dwóch całkiem niemałych salonów Toyoty w Bytomiu i Chorzowie, zatrudniających ponad 100 osób. Salon w Chorzowie 15 lutego 2015 obchodził swoje 10-lecie.

Tak to się jakoś potoczyło. Był rok 1981, kiedy założyłem pierwszy zakład samochodowy, zajmujący się naprawami i mechaniką samochodów różnych marek. Nie był to dobry czas dla przedsiębiorców, właściwie prywatny biznes wówczas jeszcze nie istniał i wymagał wiele odwagi. Byłem jednak młody, zafascynowany samochodami, studiowałem na Politechnice Śląskiej na kierunku mechanicznym. Będąc na trzecim roku, podjąłem decyzję o własnym biznesie. Miejsce, w którym zaczynałem, trochę przebudowane, istnieje



HYBRYDOWE SAMOCHODY TOYOTA AURIS I TOYOTA YARIS



FOT. ARCHIWUM FUNDACJI ISKIERKA

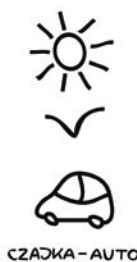
PODAROWANYM PRZEZ CZAJKA-AUTO „ISKIERKOWOZEM” CHORE DZIECI JEŹDŹĄ W GÓRY I NAD MORZE

do tej pory, ale teraz jest częścią Czajka-Auto. Prowadzimy tam naprawy blacharsko-lakiernicze dla potrzeb Toyoty. Pod koniec lat dziewięćdziesiątych, chyba w 1998 r., podjąłem decyzję, że – aby się dalej rozwijać – muszę postarać się o to, by swoje losy biznesowe związać z jakąś marką producencką, obecną już wtedy w Polsce. I tak, krok po kroku, nawiązałem kontakt z Toyota Motor Poland, no i w rezultacie dostałem propozycję współpracy. Chyba, nieskromnie mówiąc, menadżerom Toyota Motor Poland spodobały się moja motywacja i chęć działania. 19 kwietnia 2001 r., z fanfarami (w okresie słabnącej koniunktury na rynku motoryzacyjnym w Polsce) otworzyliśmy nasz pierwszy salon Toyoty w Bytomiu, a w niespełna 4 lata później salon w Chorzowie. Był to bardzo trudny dla mnie okres, wymagał pełnego zaangażowania i wielu wyrzeczeń, ale to chyba normalne – nic samo się nie dzieje!

Można powiedzieć, że Czajka-Auto to firma rodzinna.

To, co robię, jest moją pasją. Starałem się i staram ciągle jeszcze przekazywać tę pasję moim dwóm synom, Jackowi i Wojciechowi, oraz siostrzeńcowi Mateuszowi. To młoda krew w firmie, pracują w naszej Toyocie i są członkami zarządu. I to oni niebawem będą decydować, jak dalej rozwijać biznes. To wspaniałe wiedzieć, że owoc swojej pracy i pasji zarazem ma się komu przekazać. I że moi następcy prawie wszystkiego o tym biznesie nauczyli się ode mnie.

Pana gabinet jest pełen podziękowań i statuetek za działalność charytatywną. Wiem, że od wielu lat pomagacie Fundacji Iskierka.



AUTORYZOWANY DEALER TOYOTY

CZAJKA-AUTO

Bytom

ul. Strzelców Bytomskich 66 D
tel. 32 / 78 77 900 fax 32/78 77 907

Chorzów

Drogowa Trasa Średnicowa 55
tel. 32 / 34 97 900 fax 32/34 97 907

Osiem lat temu postanowiliśmy zorganizować wraz z Fundacją pierwszą akcję „Z Toyotą w świat” dla podopiecznych Iskierki. Fundacja zajmuje się wspomaganie w procesie leczenia dzieci, które zmagają się z chorobami nowotworowymi. Prezeska Fundacji, pani Jola Czernicka, sama borykała się z chorobą swojego synka i najgorsze, co wtedy im doskwierało, to okropne przygnębienie i osamotnienie w szpitalu w czasie leczenia. Doszła do wniosku, że dzieci o wiele lepiej znoszą chorobę i zapominają o niej, gdy ktoś z zewnątrz odwiedza je, organizuje różne zajęcia, zauważa je w tej chorobie i stwarza im warunki „normalnego” życia. Przeprowadziła mnóstwo akcji i z jednym z pomysłów

zwróciła się do nas.

Na czym polega ta podróż marzeń?

Kilka razy w roku dzieci, które marzą o wyjeździe, na przykład nad morze czy w góry, zabieramy naszymi samochodami w określone miejsce i organizujemy im wycieczkę marzeń. Odbędzie się już ponad 50 takich wyjazdów i za każdym razem, gdy widzę radość na buziach tych dzieci, tak doświadczonych chorobą i cierpieniem, jestem nieodmiennie poruszony. W takiej pomocy dla konkretnych dzieci widzę głęboki sens, bo możemy dać im trochę radości i oddechu od codziennych zmagania z chorobą, szpitalem, oczekiwaniem na wynik diagnozy. Korzystając z okazji, zachęcam Państwa do przekazania 1% podatku na rzecz Fundacji Iskierka. To nic nie kosztuje, a proszę mi wierzyć, Państwa pieniądze zostaną uczciwie i sensownie spożytkowane.

Dziękuję za rozmowę.

PROMOCJA



Fundacja ISKIERKA dla dzieci z chorobą nowotworową

KRS 0000248546

www.fundacjaискierka.pl



ZAPRASZAMY DO SKLEPÓW!

BIELSKO-BIAŁA UL. KUSTRONIA 47 A TEL. 514 178 331

BIELSKO-BIAŁA UL. MOSTOWA 5 (GALERIA SFERA I, PIERWSZE PIĘTRO), TEL. 33 498 70 79

PIĘKNO, JAKOŚĆ, WYGODA

Wszyscy zainteresowani modą z radością przyjęli otwarcie nowego salonu MDM Moda Damska Moda Męska przy ul. Kustronia 47 A w Bielsku-Białej, naprzeciw Gemini Parku. Odbłyło się ono 13 XII 2014 pod hasłem „Trzynastego, nawet w grudniu jest wiosna!” I rzeczywiście, zapachniało najlepszymi trendami na wiosnę i lato 2015! Całe piętro, 500 m kw., to przestronny showroom najbardziej ekskluzywnych marek odzieżowych pod szyldem znanej sieci MDM Gabrieli Kowalewskiej. A to oznacza jeszcze więcej modnej odzieży w jednym miejscu. Tak wygodnie nie jest w żadnym innym sklepie z konfekcją na południu Polski.

Salony MDM Moda Damska Męska w Bielsku-Białej istnieją już 16 lat. Bywalcy Galerii Sfera znają je bardzo dobrze, ponieważ MDM od dawna oferuje odzież dla pań i panów z najwyższej półki. Sklepy MDM upodobała sobie wyszukana klientela z Podbeskidzia i Śląska. Pora teraz odwiedzić nowy salon przy ul. Kustronia 47 A. Pod jednym dachem panie i panowie mogą znaleźć ubrania na każdy sezon najbardziej znanych marek z Włoch, Niemiec i Polski. Nikt nie wyjdzie rozczarowany.

Zawsze trendy

Dla najbardziej wybrednych właścicielka salonu, Gabriela Kowalewska, przygotowuje na każdy sezon najnowsze kolekcje z najlepszych materiałów znanych zachodnich i polskich firm odzieżowych. Lista nowych marek stale się powiększa. Kto jeszcze nie był w sklepach odzieżowych MDM, niech zajrzy – na pewno nie wyjdzie rozczarowany. Kompetentny, sympatyczny i dyskretny personel pomoże wybrać, podpowie, doradzi.



Salony MDM słyną z tego, że proponowane przez nie kolekcje zawsze są trendy. Szczególnie panie powinny być zainteresowane, ponieważ MDM zaspokoi najbardziej wybredne gusty. W kolekcjach dziennej, wieczorowej i biznesowej klientki znajdą zarówno tradycyjne wzory i kolory, jak i odważne linie i połączenia z takich tkanin, jak kaszmir, bawełna czy jedwab. Ta oferta skierowana jest do osób, które cenią sobie piękno, jakość i wygodę. Panowie z kolei znajdą wygodne i eleganckie garnitury na wszelkie okazje, płaszcze, kurtki, koszule i odzież casual.

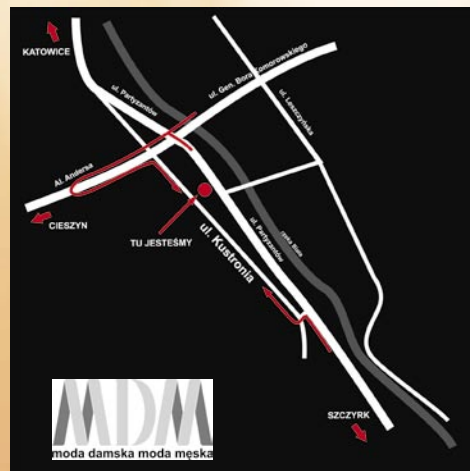


WNĘTRZA SALONU PRZY UL. KUSTRONIA 47 A – WYBÓR ODZIEŻY JEST ZACHWYCAJĄCY

ZAPRASZAMY DO SKLEPÓW!

BIELSKO-BIAŁA UL. KUSTRONIA 47 A TEL. 514 178 331

BIELSKO-BIAŁA UL. MOSTOWA 5 (GALERIA SFERA I, PIERWSZE PIĘTRO), TEL. 33 498 70 79



Najlepsze marki

W MDM styl oznacza elegancką modę europejską, a jakość to rezultat kontaktów z najlepszymi markami – damskimi – PIU & PIU, Sem Per Lei, Herzfashion, Minx by Eva Lutz, MAC, 7 Seasons czy Milestone oraz męskimi – Bugatti, Digel, Navigare, Alberto, Campione czy Vesari.

Nasze kolekcje sprowadzamy bezpośrednio z Niemiec, gdzie włoscy designerzy pracują dla najlepszych marek. Klasa projektów made in Italy i niemiecka jakość wykonania dają w efekcie to, co się nazywa europejskim szykiem i elegancją – informuje Gabriela Kowalewska, właścicielka salonów MDM.

Gwarancja trwałości

W showroomie przy ul. Kustronia 47 A można znaleźć kolekcje dla pań w rozmiarach 34-54 i dla panów w rozmiarach 48-66. Dojazd jest bardzo prosty, a nowy salon MDM dysponuje dwoma wygodnymi i pojemnymi parkingami – naziemnym i podziemnym. Nie ma więc potrzeby jeżdżenia po modne ubrania do Krakowa, Wrocławia czy Warszawy, a tym bardziej na Zachód. Wszystko jest na miejscu, a miła obsługa chętnie wszystko zademonstruje. W spokoju i bez pośpiechu można oglądać i przymierzyć do woli, a każdy klient może też liczyć na filiżankę pachnącej kawy. Kto choć raz kupił garderobę w MDM, na pewno do sklepu wróci, by ją uzupełnić o dodatkowe rzeczy. MDM jest bowiem gwarancją odzieży stylowej, trwałej, lekkiej, funkcjonalnej, wygodnej i niebanalnej. Każdy z nas zasługuje na odrobiną komfortu!



MDM, UL. KUSTRONIA 47 A BIELSKO-BIAŁA

Teresa Mokrysz

NIE REZYGNUJĘ Z NAJCENNIEJSZYCH RODZINNYCH TRADYCJI

Ciekawa rozmowa z właścicielką Mokate, Teresą Mokrysz, ukazała się w portalu Polska The Times (www.polskatimes.pl). Publikujemy jej fragment:

Czy to prawda, że kobiety rzadziej niż mężczyźni odnoszą sukces w biznesie?

Tak twierdzi statystyka – na listach ludzi sukcesu w biznesie więcej jest mężczyzn niż kobiet. Nie jest to jednak spowodowane mniejszymi zdolnościami kobiet, a jedynie tym, że od wielu lat interesami zajmują się po prostu w większości mężczyźni. Jeśli spojrzymy na proporcje pomiędzy uczestniczącymi już w biznesie kobietami a tymi spośród nich, które osiągnęły sukces – to przewaga panów w takim ujęciu wcale nie jest oczywista. Porównanie dokonane z takiej właśnie, bardziej sprawiedliwej, perspektywy pokazuje, że panie które zdecydowały się zająć biznesem radzą sobie nie gorzej niż mężczyźni. Oczywiście, odrębnym problemem pozostają bariery stojące na drodze kobiet do przedsiębiorczości. Ogólnie znane, zrodzone z kulturowych uwarunkowań lub po prostu z obowiązków rodzinnych, nadal występują, choć w mniejszym stopniu niż kilkanaście lat temu.

Jakie miałyby pani rady dla osób, które dopiero zaczynają prowadzić firmę?

Przede wszystkim – nie mogą się bać. Jak wspomniałam, niezwykle ważna jest wiara w siebie i własne możliwości, a także umiejętność ryzykowania. Użyłam słowa umiejętność, gdyż każde ryzyko musi być poprzedzone dokładną analizą szans i możliwości, a tego trzeba się nauczyć. Tylko wtedy można ryzykować. Bardzo istotne są też tradycyjne, ponadczasowe wartości, takie jak szacunek do pracy i ludzi. Z osobistego, wieloletniego doświadczenia wiem także, że w każdej sytuacji, zwłaszcza jeśli



biznesowe wyzwanie obciążone jest poważnym ryzykiem, procentuje wierność sprawdzonym priorytetom: innowacyjności i jakości. Potrzebna jest też ciągła inspiracja. Mnie do działania motywują... wyzwania. Są tak różnorodne, ciekawe, a nieraz wręcz pasjonujące, że siłą rzeczy chcę im sprostać, chcę się z nimi zmierzyć. Oczywiście problemem pozostaje odpoczynek. Przy stałym deficycie wolnego czasu trudno jest przymuszać się do wygospodarowania chwili dla siebie. Tym niemniej – jest to konieczne. I wtedy trzeba ten wolny czas wykorzystać w 100 procentach.

Jaki preferuje pani model zarządzania?

Jesteśmy dużą firmą, ale – co ważne – od początku firmą rodzinną. Stale szukamy w Mokate kompromisu pomiędzy regułami korporacyjnymi a bliskością z załogą, dostępnością dla pracowników. Nie rezygnuję z najcenniejszych rodzinnych tradycji. Wspólnie obchodzimy święta, staramy się pamiętać o ważnych wydarzeniach rodzinnych pracowników. To są zawsze istotne dla mnie sprawy. Zapewniam jednak, że nie jest to łatwe i stanowi ewenement w tak dużym przedsiębiorstwie. Wolę nagradzać niż karać, doceniam współdecydowanie w zespole, staram się wsłuchiwać w cudze racje, bo mogą być innowacyjne. Ogólnie rzecz biorąc, w zarządzaniu preferuję „miękkie umiejętności”. Cenię wiedzę

i doświadczenie pracowników, rzetelność i... wizję rozwoju.

Z tym wywiadem znakomicie koresponduje wypowiedź Teresy Mokrysz dla portalu Hurt i Detal (www.hurtidet.pl), który poprosił właścicielkę Mokate o podsumowanie minionego roku:

Poprzeczka w Mokate stawiana jest coraz wyżej. Co roku to, co w styczniu wydawało się mało realne, w grudniu staje się rzeczywistością. Nie inaczej jest teraz. Przede wszystkim kolejny raz poprawiliśmy i tak doskonale już wyniki w eksporcie. Do naszej listy eksportowej dołączyły nowe państwa. To ogromny sukces, gdyż dziś jesteśmy

obecni w ponad 65 krajach na wszystkich kontynentach. Wprowadzamy tam innowacyjne i markowe produkty, które z powodzeniem budują pozycję Mokate poza granicami kraju. Stworzyliśmy zespół specjalistów, który skutecznie konkuruje z każdą firmą na świecie. Co ważne, także w Polsce z sukcesami zamknęliśmy 2014 rok. Utrzymaliśmy lub umocniliśmy nasze pozycje w poszczególnych segmentach rynku spożywczego. Jesteśmy zdecydowanym liderem w kategorii cappuccino oraz – wspólnie z Lavazza – w kawach ziarnistych. Utrzymujemy stabilną pozycję wicelidera rynku herbacianego oraz w kategorii mikсів kawowych. Poszerzyliśmy też portfo-

lio produktowe o kolejne innowacyjne produkty, takie jak np. warstwowe Latte Poranne z serii Moje Inspiracje czy też pionierską linię herbat ziołowych Loyd w piramidkach. Kluczową rolę odgrywały inwestycje, czego przykładem jest nasza trzecia już wieża rozpyłowa, która powstała w Żorach. Wkrótce osiągnie pełnię zdolności produkcyjnych i pozwoli na dalsze zwiększenie sprzedaży półproduktów spożywczych na całym świecie. Z kolei rozbudowa zakładów w Ustroniu i Żorach umożliwiła sprostanie rosnącemu popytowi na kawy i herbaty Mokate. Wierzę, że 2015 rok będzie dla naszej grupy firm co najmniej tak samo udany, jak ten, który minął.

MOKATE PROMUJE SZACHY

Po raz setny gmina Goleszów we współpracy z GOK i klubem sportowym Olimpia zorganizowała międzynarodowy turniej szachowy z cyklu Mokate Open, tym razem w szachach błyskawicznych. Zawodnicy rozegrali po 11 partii, a na każdą mieli po trzy minuty plus dwie sekundy za wykonane posunięcia. Przy takim tempie zdarzają się niespodziewane rozstrzygnięcia. Zwyciężył ukraiński arcymistrz Vladimir Sergeev, wyprzedzając mistrza Jacka Szweda z Hetmana Katowice i arcymistrzynię Olgę Sikorową z Trzyńca, która wygrała rywalizację wśród pań, przed Dominiką Gorczycą z Rudy Śląskiej i arcymistrzynią Kariną Szczepkowską-Horowską z Rybnika. W grupie 65+ wygrał Mieczysław Heczko przed Kazimierzem Stryjskim i najstarszym w stawce Alojzym Szynclerem (rocznik 1930). Kolejność wśród zawodników do 12 lat była następująca: Łukasz Frydrych, Adam Radecki, Bartłomiej Hajducki. Najmłodszym uczestnikiem był 8-letni Bartosz Goszyk z Ochab. Puchar, medale i nagrody wręczali wójt gminy Krzysztof Głajcar i dr Adam Mokrysz, biznesmeni i miłośnik szachów, który też otrzymał kryształowy puchar od szachistów za znaczący wkład w popularyzację szachów. – Turnieje Mokate są świetną promocją gminy Goleszów, która ma tradycje szachowe sięgające lat 50. ubiegłego stulecia, ale przede wszystkim służą popularyzacji szachów – stwierdził organizator imprezy, Karol Linert. Na zawody szachowe Mokate Open przybyło w ostatnich latach prawie 4000 osób, wśród nich ponad 800 szachistów o znanych nazwiskach z Czech, Słowacji, Ukrainy, Białorusi i Polski.



SETNE ZAWODY Z CYKLU MOKATE OPEN ODBYŁY SIĘ W GOLESZOWIE



ADAM MOKRYSZ Z ZARZĄDU MOKATE I WÓJT KRZYSZTOF GŁAJCAR Z NAJMŁODSZYMI ZWYCIĘZCAMI TURNIEJU

„OBCE CIAŁO” Z KAWĄ I HERBATĄ

Dramat Krzysztofa Zanussiego „Obce ciało” opowiada o losach Angelo i Kasi. Produkty Mokate, herbata Loyd i kawa Lavazza, towarzyszyły niedawnej warszawskiej premierze filmu Zanussiego. W Kinotece reżyser wypił pierwszą filiżankę cappuccino



NA PREMIERĘ FILMU ZANUSSIEGO PRZYBYŁO PRAWIE TYSIĄC OSÓB

Mokate, a później przed projekcją gorącymi napojami ustroniskiej firmy rozgrzewali się pozostali goście. Pojawili się m.in. Jacek Ponińdziałek, Sławomir Orzechowski, Monika i Zbigniew Zamachowscy, Kamilla Baar, Marek Koterski, Łukasz Garlicki. Film to międzynarodowa koprodukcja, w której grają Agata Buzek, Agnieszka Grochowska, Weronika Rosati i Riccardo Leonelli. To ostatni film, do którego muzykę napisał wybitny kompozytor Wojciech Kilar.



GŁÓWNE BOHATERKI AGNIESZKA GROCHOWSKA, AGATA BUZEK I WERONIKA ROSATI



EKIPA TELEWIZJI SILESIA W AKCJI

MISJA ZDROWIE

PAULINA MATUSZEWSKA Z BIELSKA-BIAŁEJ, WŁAŚCIELKA SALONU STUDIO PAULA BODY & SOUL PRZY ULICY ZIELONEJ, WYSTĄPIŁA W PROGRAMIE TVS „MISJA ZDROWIE”. OPOWIADAŁA, JAK ŚWIADOMIE DBAĆ O SKÓRĘ I NA CO ZWRACAĆ SZCZEGÓLNA UWAGĘ, WYBIERAJĄC GABINET PIELĘGNACYJNY. GOSPODYNIA PROGRAMU BYŁA PATRYCJA TOMASZCZYK-KINDLA.

Wtym odcinku pani Paulina zaprosiła do studia na nagranie jedną ze swoich stałych klientek, panią Anię. I na jej przykładzie pokazała, jak świadomie dbać o skórę. Na naszych oczach pani Ania przeszła wspaniałą metamorfozę.

– Poddawała się serii zabiegów. Na jej przykładzie pokazałam prawidłową troskę o wygląd, poczynawszy od wywiadu, który jest niezbędny przed przeprowadzeniem jakiegokolwiek pracy ze skórą. Opowiadałam, jak niedobory witamin w skórze wpływają na szybkość jej starzenia. Ze względu na szkodliwe

czynniki środowiska, każda skóra dojrzała, nawet bez widocznych zmian chorobowych, wymaga uzupełniania witamin z zewnątrz. Następnie zaprezentowałam zabieg bankietowy z użyciem najnowszego preparatu, który wszedł na rynek dwa miesiące wcześniej. Zabieg polegał na redukcji zmarszczek mimicznych, głównie czoła i okolicy oka. Jest idealny na kurze łapki i delikatną skórę. Preparat może być stosowany jako przedłużenie działania toksyny botulinowej lub jako alternatywa dla pacjentek obawiających się ostrzykiwań. Zabieg ten wygładza zmarszczki, redukuje napięcie mięśni odpowie-



BOHATERKĄ KOLEJNEGO ODCINKA „MISJI ZDROWIE” BYŁA PAULINA MATUSZEWSKA



HONORY GOSPODYNIA PROGRAMU TVS PEŁNIŁA PATRYCJA TOMASZCZYK-KINDLA



1. PROWADZĄCA PROGRAM UWAŻNIE PRZYGLĄDAŁA SIĘ KAŻDEMU ZABIEGOWI • 2. A TERAZ KAMERY I ŚWIATŁA NA PANIĄ ANIĘ PO METAMORFOZIE • 3. PANI PAULINA ZAPREZENTOWAŁA W PROGRAMIE SPORO NOWOŚCI ZE SWOJEJ BRANŻY • 4. OPERATOR Z BLISKA FILMOWAŁ KAŻDY DETAL KOREKTY NA TWARZY KLIENTKI • 5. OBE PANIE, PAULINA I ANIA, MAJĄ POWODY DO RADOŚCI: WSZYSTKO WYSZŁO JAK NALEŻY • 6. PROWADZĄCA „MISJE...” I BOHATERKA PROGRAMU OMAWIAJĄ KOLEJNE SZCZEGÓŁY NAGRANIA

ZDJĘCIA © STANISŁAW BUBIN / LADY'S CLUB

działnych za powstawanie linii ekspresyjnych i bruzd między brwiami. Dzięki argirelinie, znanej z właściwości redukujących zmarszczki mimiczne, jest bezpieczniejszy i nieinwazyjny. To łagodna alternatywa wobec toksyny botulinowej. Zmarszczki zostały w sposób widoczny zminimalizowane, a napięcie mięśni w okolicach czoła zredukowane. Kolejnym wątkiem programu był makijaż na bazie naturalnych minerałów, które nie stanowią pożywki dla bakterii, w związku z czym są polecane dla każdego typu skóry, a także po zabiegach medycyny estetycznej, dla osób z alergiami, przebarwieniami, dla skór tłustych i problematycznych, na przykład z trądzikiem – poinformowała nas bielszczanka.

Pani Paulina jest doświadczoną ekspertką w dziedzinie urody. Pracowała m.in. przy pokazach mody znanych projektantów,

– Mój udział w programie potwierdził, że to co robię zostało zauważone i docenione – powiedziała nam bielszczanka. „Misja Zdrowie” to magazyn o nowoczesnym leczeniu, profilaktyce i zdrowym stylu życia. Osoby niebędące klientami gabinetów kosmetycznych mogą znaleźć w nim fachową poradę na różne tematy z zakresu medycyny, zdrowia czy urody.

Paulina Matuszewska wykonuje zabiegi kosmetyczne od 12 lat. – Jako młoda dziewczyna miałam problemy z trądzikiem. Moje półki wypełnione były poradnikami dermatologicznymi. Postanowiłam leczyć się sama, zgłębić ten temat. Tak zaczęła się moja pasja – wspomina.

Wybrała naukę w Krakowskiej Wyższej Szkole Promocji i Zdrowia, którą ukończyła z wyróżnieniem. Doświadczenie zdobywała w prestiżowych salonach urody w Krakowie i w klinikach dermatologicznych w Cieszynie i Katowicach. Ukończyła warszawską szkołę wizażu i została wizażystą marki L'Oréal Paris. Dzięki temu miała okazję pracować przy

pokazach mody m.in. Natashy Pavluchenko. Gosi Baczyńskiej czy Macieja Zienia. Współpracowała także z perfumieriami Douglas, brała udział w sesjach fotograficznych, m.in. w czasie konkursu Miss Polonia i innych przedsięwzięciach kulturalno-rozrywkowych.

Obecnie jest właścicielką dwóch gabinetów w Bielsku-Białej i terapeutką marki Biologique Recherche. Należy do stowarzyszenia Przyjazna Kosmetyka. Prowadzi też szkolenia z zakresu kosmetyki pielęgnacyjnej i makijażu. – Cały czas poszerzam wiedzę, uczestnicząc w polskich i zagranicznych szkoleniach i konferencjach – podkreśliła nasza rozmówczyni.

Przed programem „Misja Zdrowie” Paulina Matuszewska wystąpiła także na żywo w magazynie Express Silesia. Mirosław Riedel rozmawiał z nią o zawodowych doświadczeniach, a w przerwie programu pełniła 40-minutowy dyżur, odpowiadając na telefoniczne pytania widzów. Zainteresowanie konkretnymi tematami dotyczącymi pielęgnacji skóry było duże. Co ciekawe, dzwoniło sporo mężczyzn z całego regionu. Może więc kolejny odcinek „Misji Zdrowie” mógłby dotyczyć mężczyzny w gabinecie kosmetycznym?

STANISŁAW BUBIN



PAULINA MATUSZEWSKA W AUDYCJI NA ŻYWO EXPRESS SILESIA

FOT. ARCHIWUM TVS



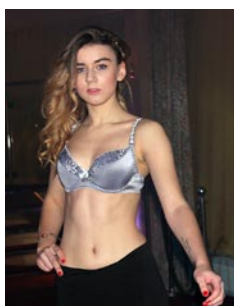
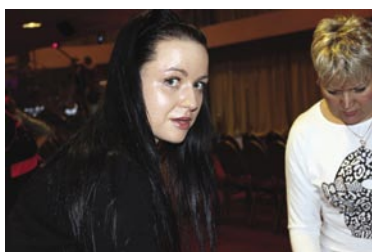
UDANY DEBIUT AGENCJI WYDARZENIE

Wczterogwiazdkowym Parkhotelu Vienna w Bielsku-Białej odbyło się niedawno ciekawe spotkanie dla kobiet (ale nie tylko, panów również dostrzegliśmy), zorganizowane przez Agencję Eventową WYDARZENIE. Właścicielki Agencji, **MAGDALENA NOWAK-KASPRZYŃSKA** i **DANUTA MARCAK** (zarazem konsultantki Mary Kay), zaprosiły do prezenta-

cji przedstawicielki rozmaitych firm i salonów. Taka koncentracja ciekawych tematów sprawiła, że publiczność z zainteresowaniem słuchała opowieści prelegentek, wspieranych dynamicznymi prezentacjami. **BARBARA CE-SKA-SZATKOWSKA**, właścicielka sklepu Świat Biustonoszy (ul. Cechowa 14 w Bielsku-Białej), doświadczona brafitterka, mówiła o prawidłowym,

profesjonalnym dobieraniu biustonoszy i najnowszych trendach w damskiej bieliźnie. **PATRYCJA MAJDAK** z Gabinetu Dietetycznego Synergia Sylwii Ścieszki (ul. Żywiecka 204 w Bielsku-Białej) przekonywała do zdrowego odżywiania, które będzie medycyną jutra. Diety złożone z dobrych produktów niezwykle interesowały zgromadzone panie. **EWELINA RADOŃ** z mobil-





nej Kliniki Urody i Laseroterapii MeA zachęcała do korzystania z urządzenia Lumenis M22, które zapewnia skuteczną depilację laserową, zamykanie naczynek i usuwanie przebarwień (www.mea24.pl). Konsultantki kosmetyczne Mary Kay służyły poradami, m.in. dotyczącymi skutecznej walki z cellulitem i przekonywały, jakie ogromne znaczenie dla naszego samopoczucia ma zdrowa skóra. Wystąpiły także malarki ANNA WRÓBEL i IWONA SZYMCZYK, pracujące w duecie artystycznym Ekscentryczna i Roman-

tyczna, które swoje obrazy przenoszą na kolekcje ubrań. Tego dnia odbył się również atrakcyjny pokaz mody bielizny i sukienek Ekscentrycznej i Romantycznej w wykonaniu modelek AM Prestige Edyty Dwornik. O makijaż modelek zadbała wizażystka KATARZYNA ŚWITAJ (tel. 600 808 298). Ponadto panie uczestniczące w wieczorze otrzymały wiele podarków i kuponów rabatowych. Stoiska poszczególnych firm długo jeszcze oblegane były przez publiczność. MARTA HERMA ze Studia Urody Maag-

ma (ul. Orkana 10 w Bielsku-Białej) przygotowała znakomitą karnawałową stylizację fryzjerską. Na koniec udanego spotkania wszystkie uczestniczki zostały zaproszone na słodki poczęstunek. O energetyczną muzykę i światła zadbał Tomasz Kowalski.

Czekamy na następne tak ciekawe wieczory
Agencji Eventowej WYDARZENIE
(tel. 505 073 892, 508 341 406,
wymarzenie@poczta.onet.pl).

Parkhotel *Py* *Vienna*
Bielsko-Biała

MAAGMA

MARY KAY®

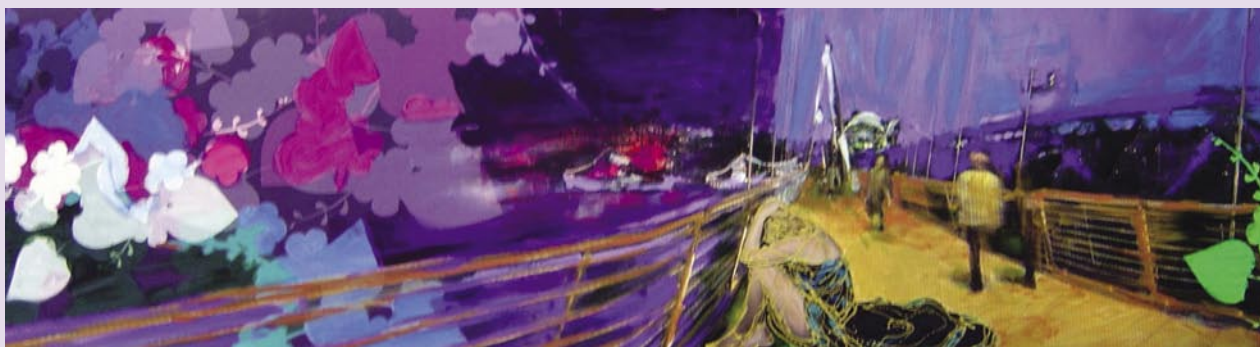
SYNERGIA

Klinika Urody i Laseroterapii **MeA**



ŚWIAT BIUSTONOSZY





PRACA Z CYKLU „LONDYN”

PODRÓŻE INSPIRUJĄ

ZASTANAWIAM SIĘ, CO W MOJEJ KILKUNASTOLETNIJ PRACY ARCHITEKTA WNĘTRZ JEST NAJCIĘKAWSZE... MYŚLĘ, ŻE CIĄGŁE POSZUKIWANIE, NOWE INSPIRACJE, NOWE PROJEKTY, NOWE WYZWANIA. JEST TO DLA MNE WSPANIAŁY ZAWÓD, JEDNOCZEŚNIE MOJA PASJA – DLATEGO, ŻE WCIĄŻ ROBIĄC „TO SAMO”, ROBIĘ „COŚ INNEGO”. KAŻDY KLIENT, KAŻDY NOWY PROJEKT, TO CIEKAWY WYZWANIE.

Przez lata pracy moje osobiste preferencje co do upodobań stylistycznych bardzo ewoluowały. Od prostych, nowoczesnych minimalistycznych form do... glamour. Uprawiając ten zawód na co dzień, wykonuję dla moich Klientów stylistycznie bardzo różne wnętrza, ale co tak naprawdę dziś najbardziej mnie inspiruje?... Myślę, że styl kolekcjonerski. Niekwestionowanym guru stylu kolekcjonerskiego był nieżyjący już David Hicks. Jego tkaniny, tapety i dywany są absolutnymi hitami wśród wielbicieli tego stylu. Jego dzieło kontynuuje córka Ashley Hicks. Do dziś inspiruje on także wielu twórców tapet, dywanów, wnętrza, elementów dekoracyjnych. Jego wzory wykorzystywane są przez Cole & Son.

A za co ja szczególnie lubię ten styl? Jest on niezwykle inspirujący, wielowątkowy, otwarty, ciekawy świata, historii i ludzi. Nie ogranicza się do jednego tylko wzoru, ale jest swoistym kolażem różnorodnych inspiracji, nie zna granic. Każdy urlop, wyjazd



KATARZYNA KORUS

może stać się prawdziwą wyprawą po „złote runo”, a różnorodność podróży i miejsc dopisuje historię do każdego drobnego przedmiotu.

Uwielbiam wyprawy na „pchle targi”, a im bardziej egzotyczne miejsca, tym bardziej oryginalne zdobycze. Moja przygoda wiele lat temu zaczęła się w Londynie, który słynie z wielu

targów staroci i mimo wielu lat i wielokrotnych odwiedzin tego miasta, ciągle mnie zaskakuje. W zeszłym roku miałam okazję projektować bistro w tym wielokulturowym mieście i wraz z moją Klientką skoro świt udaliśmy się na targ staroci, który organizowany jest na konnych torach wyścigowych. Miejsce tak ogromne, że prawie nie do przejścia w jeden dzień, a przedmioty... od łyżek, porcelany, biżuterii po meble, historyczne zabawki i książki. Przegląd stylów, czasów i krajów pochodzenia przedmiotów nieograniczony. Myślę, że najwybredniejszy kolekcjoner znajdzie tam coś interesującego dla siebie. Przedmioty są bardzo różnorodne – od bezwartościowych po antyki. Jedno jest pewne: takie miejsca mają „duszę”.

Polecam wszystkim, którzy lubią przYGODĘ i wpadają do Londynu, słynny już Portobello Market. Swoje sklepiki mają tam Roger Harris, jeden z ważniejszych dilerów szkła, Henry Brownrigg, specjalizujący się w sztuce azjatyckiej





i Judy Fox, prowadząca jeden z największych antykwariatów meblarskich w Brytanii. Można tam znaleźć wiele ciekawostek ze sztuki islamskiej, hinduskiej, afrykańskiej i europejskiej.

Z ciekawszych miejsc polecam jeszcze co niedzielę dwa targi staroci w Rzymie. Przy Via Trastevere Porta Portese i przy Via Tirso Borgo Parioli oraz w pierwszą niedzielę miesiąca najbardziej malowniczy wzdłuż wybrzeży Tybru. Najślynniejszy targ w Paryżu, Marché aux Puces w dzielnicy Porte de Clignancourt, zajmuje 7 hektarów. Z kolei w RPA w Cape Town (Kapsztad) targ staroci znajduje się przy Long Street pośród domów w stylu wiktoriańskim, holenderskim i art déco. W Johannesburgu to Bruma Lake, Crafters Rynek w Fourways Crossing, East Rand na North Rand Road i Boksburg. W Durbanie w niedziele targi są na North Beach, w pobliżu The Work Shop oraz w porcie.

W Egipcie w Kairze to Chan al-Chalili, w Asuanie Szari as-Suk, w Aleksandrii na Rue Atterine znajdziecie starocie od secesji po art déco. Jedno jest pewne – podróże uczą, kształcą, inspirują.



KASIA KORUS
ART & DESIGN

KATARZYNA KORUS

ARCHITEKT/KREATOR WNĘTRZ

UL. MODRZEWSKIEGO 47

43-100 TYCHY

CHELSEA HARBOUR

DR CHELSEA, LONDON SW10 0XE, UK

TEL. +48 0606 454 920

INFO@KASIAKORUS.COM

WWW.KASIAKORUS.COM

INVISALIGN

PRZEZROCZYSTA ALTERNATYWA

ROZMOWA Z DR N. MED. **KATARZYNA BECKER**, LEKARZEM DENTYSTĄ, SPECJALISTĄ ORTODONTĄ, WSPÓŁZAŁOŻYCIELKĄ I WSPÓŁWŁAŚCICIELKĄ POLIKLINIKI STOMATOLOGICZNEJ POD SZYNDZIELNIĄ



Czym są aparaty Invisalign?

Invisalign to niewidoczne aparaty prostujące zęby. Mają postać przezroczystych nakładek, ściśle dostosowanych do zębów pacjenta. Nakładki, nazywane też szynami lub alignerami, stanowią alternatywę dla stałych aparatów ortodontycznych. W procesie wytwarzania Invisalign stosuje się trójwymiarowe skanowanie, obrazowanie i obróbkę

komputerowe CAD-CAM. Metoda wykorzystuje technikę selektywnego nacisku na poszczególne powierzchnie zębów, co – dzięki sprężystości specjalnie na ten cel stworzonego materiału silikonowego – pozwala na stopniowe przesunięcia zębów.

Pacjent musi się do alignerów przygotować?

Przygotowanie do leczenia obejmuje wykonanie fotografii i pobranie wycisków, które następnie przesyłane są do głównej siedziby Algin Technology w Kalifornii. Na tej podstawie tworzony jest wirtualny model uzębienia pacjenta. Na podstawie wskazówek lekarza ortodonta przygotowujący jest plan leczenia wraz z wizualizacją jego przebiegu. Lekarz ma możliwość przedstawienia pacjentowi na ekranie komputera, jak będzie przebiegało prostowanie zębów i jakiego efektu końcowego pacjent może się spodziewać. Cel leczenia jest jasno określony przed jego rozpoczęciem oraz, co ważne, w pełni przewidywalny.

Kto może się leczyć w ten sposób?

Nakładki Invisalign mogą być stosowane zarówno przez pacjentów dorosłych, jak i u nastolatków. Dorośli pacjenci, mimo nieestetycznie ustawionych zębów, często nie decydują się na leczenie ortodontyczne, obawiając się pogorszenia estetyki uśmiechu w czasie noszenia konwencjonalnych metalowych zamków ortodontycznych. Odrzucają leczenie stałymi aparatami, szukając bardziej estetycznych rozwiązań. Również wśród młodzieży aparaty stałe nie zawsze znajdują akceptację. W takich przypadkach system Invisalign jest doskonałym rozwiązaniem, prowadzącym do uzyskania wymarzonego uśmiechu.

Jakie są zalety systemu Invisalign?

Estetyka – nie ma konieczności naklejania zamków ortodontycznych, szyny są przezroczyste, niewidoczne w czasie noszenia. **Higiena** – szyny Invisalign są zdejmowane, co zdecydowanie ułatwia zabiegi higieniczne w czasie leczenia ortodontycznego. **Wygoda** – alignery przesuwają zęby z niewielką siłą (0,25-0,3 mm na 2 tygodnie), co niweluje dyskomfort podczas leczenia. **Brak ograniczeń** – przed jedzeniem aparaty Invisalign są zdejmowane, dlatego bez przeszkód można jeść to, co zawsze. **Brak elementów retencyjnych** – dzięki łatwości w doczyszczaniu zębów mogą być stosowane u pacjentów z problemami periodontologicznymi. **Nie ma konieczności klejenia zamków ortodontycznych** – można je stosować u pacjentów z uzupełnieniami protetycznymi (korony, licówki, overlay'e), a poza tym możliwość wydłużenia okresu między wizytami kontrolnymi, np. raz na dwa miesiące.



NAKŁADKI INVISALIGN SĄ PRZEZROCZYSTĄ, WYGODNĄ ALTERNATYWĄ DLA ZAMKÓW ORTODONTYCZNYCH

Jak przebiega leczenie tą metodą?

Po zaakceptowaniu planu leczenia przez pacjenta, z laboratorium otrzymujemy komplet nakładek na całe leczenie. Ich ilość może się wahać od kilku do kilkudziesięciu na każdy łuk zębowy i zależy od rodzaju i zaawansowania wady zgryzu. W czasie każdej wizyty kontrolnej pacjent dostaje od lekarza zestaw kolejnych szyn. Każdą z nich powinien nosić przez 20-22 godz. na dobę przez 2 tygodnie. Dlatego kluczową rolę w przypadku leczenia Invisalign odgrywa sumienność pacjenta. Całkowity czas leczenia jest uzależniony od rodzaju wymaganych przesunięć zębów i wynosi od 9 do 18 miesięcy. Jest przeważnie krótszy od czasu leczenia aparatami konwencjonalnym.

A jakie są wskazania do leczenia Invisalign?

Lekkie i średnie wady ortodontyczne (stłoczenia, szparowatość, pogłębiony nagryz, niewielkie wady przedniotylnie, zgryzy krzyżowe, przodozgryzy). Także pacjenci po leczeniu aparatami stałymi, gdy wystąpił nawrót wady (np. w przypadku niestosowania aparatów retencyjnych) oraz pacjenci po leczeniu protetycznym (licówki, korony, overlaye) i wymagający szczególnej ostrożności ze względu na choroby przyzębia.

PIĘĆ PROSTYCH KROKÓW DO PIĘKNEGO UŚMIECHU

- Spotkaj się i porozmawiaj na temat leczenia z Certyfikowanym Lekarzem Invisalign
- Na podstawie planu leczenia przygotowanego przez lekarza Invisalign i karty pacjenta opracowywana jest trójwymiarowa wizualizacja efektów leczenia. Dzięki niej można zobaczyć, jak zęby będą się przemieszczać do pożądanego pozycji.
- Po zatwierdzeniu planu leczenia przez pacjenta i lekarza zostaną wykonane alignery. Łączna liczba alignerów zależy od konkretnego przypadku.
- Alignery należy nosić przez 20-22 godz. dziennie, zdejmując je na czas posiłków oraz czyszczenia szczotką i nicią dentystyczną lub na szczególne okazje.
- Po 2 tygodniach pacjent wymienia alignery na nowe. Alignery stopniowo przesuwają zęby ku pożądanym pozycji.



☎ 33 8 15 15 15

☎ 697 15 15 15

ortodoncjabecker.pl

Bielsko Biała, Al. Armii Krajowej 193

REKLAMA

MEBLE

KUCHNIE

WNĘTRZA

ŁAZIENKI

**NOWY
ROŹDZIEN'**

Kupiłeś dom lub mieszkanie?
Szukasz **inspiracji?**

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



GINEKOLOGIA ESTETYCZNA

MonaLisa Touch™ ŁAMIE TABU

Udane życie seksualne odgrywa bardzo ważną rolę w relacjach partnerskich. Dzięki niemu wzrasta poczucie pewności siebie, buduje się wysoką samoocenę i dobre samopoczucie kobiety. Jeśli nasza sfera intymna jest zaburzona, brak nam radości życia i energii do działania.

Z DR N. MED. **MARKIEM STOLECKIM**,
SPECJALISTĄ POŁOŻNIKIEM-GINEKOLOGIEM
Z GINEKOLOGICZNEGO CENTRUM MEDYCZNEGO
SUPRA-MED W BIELSKU-BIAŁEJ,
ROZMAWIA BEATA ZNAMIROWSKA-SOCZAWA



My, kobiety, jesteśmy narażone na wiele dolegliwości związanych z naszymi okolicami intymnymi. Często są one tematem tabu, wstydlivym do tego stopnia, że zaledwie 40% kobiet przyznaje się lekarzowi do nietrzymania moczu, rozluźnienia pochwy, nie mówiąc już o swoich obiek-

cjach co do wielkości i wyglądu warg sromowych. Naprzeciw tym problemom pojawił się laser MonaLisa Touch.

Tak, wszystkie te problemy, które mogą być skutkiem poródów, menopauzy czy budowy anatomicznej powodują zmiany przede wszystkim w samopoczuciu kobiety. Pomiędzy kobiecą miednicą, tzw. nerwem miednicznym, a rdzeniem kręgowym biegnie olbrzymia sieć połączeń nerwowych. Jeśli jest ona zakłócona, wówczas kobieta ma złe samopoczucie, brak wiary w siebie, a także dolegliwości fizyczne, które pani wymieniła. Można do nich dorzucić także bóle kręgosłupa i zaburzenia lub wręcz niechęć do życia seksualnego.



Został stworzony z myślą o zdrowiu i pięknie intymnym kobiety. Producentem jest włoska firma DEKA, posiadająca od 1981 r. doświadczenie w tworzeniu technologii laserowych. Innowacyjność i skuteczność technologii jest potwierdzana badaniami klinicznymi. Zabiegi przy użyciu lasera MonaLisa Touch™ dedykowane są pacjentkom:

- jako nieinwazyjna alternatywa z wysiłkowym nietrzymaniem moczu,
- pragnącym szybko wrócić do dobrej formy seksualnej po porodzie drogami natury,
- chcącym poprawić jakość współżycia po porodach przebytych w ubiegłych latach lub dokonać korekty zaburzeń anatomii zewnętrznych narządów płciowych powstałych w wyniku odbytych drogami natury porodów, zwłaszcza jeśli masa urodzeniowa dziecka przekraczała 3600 g,
- pragnącym poprawić jakość życia seksualnego w okresie okołopostmenopauzalnym (poprawa nawilżenia i elastyczności ścian pochwy, redukcja epizodów nietrzymania moczu),
- pragnącym poprawić wygląd zewnętrznych narządów płciowych lub dokonać korekty anatomicznych odmiann budowy i wielkości warg sromowych.



Jak więc może nam pomóc leczenie laserem?

To bezinwazyjna, bezbólowa terapia, która prowadzi do rewitalizacji okolic intymnych. Laserem działamy na śluzówkę pochwy w ścianie przedniej i tylnej. Służy do tego specjalna głowica, wyposażona w skaner, która powoduje mnóstwo precyzyjnie rozmieszczonych mikrourazów w śluzówce, przebudowując ją dzięki powstawaniu nowych komórek i gruczołów. W efekcie uzyskujemy odbudowę błony śluzowej, poprawę elastyczności pochwy i jej zmniejszenie oraz lepsze nawilżenie, a także redukcję nietrzymania moczu – to jest bardzo ważne, gdyż uzyskujemy ten efekt bez inwazji chirurgicznej. Niepotrzebna jest więc rekonwalescencja. Dochodzi do zwiększenia napięcia tkanek, pochwa staje się bardziej elastyczna i jędrna. Stwierdzono, że poprawia się zdecydowanie jakość współżycia i intensywność doznań.

Ile razy trzeba poddać się zabiegom, aby osiągnąć trwały efekt?

Większość pacjentek, ok. 80%, już po jednorazowym zabiegu odczuwa lepszą kondycję, nawilżenie, zniknięcie efektu nietrzymania moczu, a także lepsze doznania seksualne. Ja mimo wszystko – oczywiście w jednej cenie – u każdej pacjentki stosuję dwa zabiegi w odstępie 4-6 tygodni, gdyż z praktyki wiem, że sposób odczuwania to sprawa czysto indywidualna. Niektóre panie po kilku dniach z radością informują, że odzyskały pewność siebie, świetnie się czują

i są bardziej zadowolone ze swojego życia intymnego. Część z nich, ok. 20%, uważa, że nic się nie zmieniło, jednak u tej grupy drugi zabieg zazwyczaj poprawia efekt końcowy.

Wygląd zewnętrznych narządów intymnych jest bardzo ważny dla każdej z nas, choć niewiele się o tym mówi. Możemy zdecydować się na nieinwazyjną labioplastykę?

Tak, to niestety temat bardzo wstydliwy, ale coraz więcej pań ma odwagę przyjść do ginekologa i zapytać, jak rozwiązać problem nadmiernie dużych warg sromowych. To dobrze, przerabialiśmy już tyle tematów z dziedziny medycyny estetycznej, że teraz czas na estetykę ginekologiczną. Zbyt duże lub niesymetryczne wargi sromowe są spowodowane predyspozycjami genetycznymi, trudnymi porodami lub wzrostem wagi ciała i mogą utrudniać codzienne funkcjonowanie, uprawianie sportu czy aktywność seksualną. Możemy je więc skorygować. W zależności od sytuacji można wykonać zabieg nieinwazyjny z wykorzystaniem końcówki skanującej lasera. Skraca się w ten sposób włókna kolagenowe i prowokuje wytwarzanie nowego kolagenu i elastyny, a efektem tego jest ujędrnienie skóry. Druga metoda jest chirurgiczna, laser odparowuje koagulację tkanki, dzięki czemu nie występują ani krwawienie, ani blizny pooperacyjne. Modeluje się zewnętrzne intymne obszary kobiety bez konieczności długiej rekonwalescencji, z wystąpieniem niewielkiego dyskomfortu i przy znieczuleniu miejscowym. Zabieg jest krótkotrwały i daje świetne efekty kosmetyczne. Podchodzimy do niego jak do każdej operacji z zakresu medycyny estetycznej. Określamy wraz z pacjentką obszar nacięcia i oczekiwanie co do efektu finalnego. Dzięki laserowi MonaLisa Touch™ mogą wykonywać małoinwazyjne, precyzyjne przecinanie

tkanek. Włoscy projektanci tego lasera pracowali nad nim wiele lat i oddali do dyspozycji lekarzy i pacjentek niezwykle urządzenie, które pomaga zmierzyć się z problemami najważniejszego obszaru ciała kobiety.

**MÓWI ALEKSANDRA T., PACJENTKA
DR. MARKA STOLECKIEGO**

Zanim zdecydowałam się na zabieg laserem MonaLisa, przeczytałam mnóstwo wypowiedzi w internecie, rozmawiałam też ze znajomą, dziesięć lat starszą ode mnie, która miała to za sobą. Trochę się bałam, ale teraz śmieję się z tych obaw. Zabieg w całości trwał może 15 minut, z tego więcej czasu zajęły przygotowania niż samo działanie laserem. Nie czułam żadnego bólu i nawet dyskomfortu. Pięć miesięcy temu urodziłam dziecko, miałam trudny poród i byłam nacinana. Niestety, rana goiła się wolno, a ja czułam się bardzo poszerzona, olbrzymia w swojej intymności. To był dyskomfort dla mnie, trzydziestolatki. Już po 10 dniach od zabiegu mogłam wrócić do współżycia i powiem szczerze, że teraz mam takie doznania, jak przed porodem. Także blizna szybciej się zagoiła. Polecam każdej kobiecie. Strach ma wielkie oczy, a w tym przypadku naprawdę nie ma się czego obawiać. Nie boli, w kilka dni zapomina się o tym, że miało się zabieg, i że były jakieś dolegliwości.



Supra-med

GINEKOLOGICZNE CENTRUM MEDYCZNE

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ • UL. OLSZÓWKA 10A (CYGAŃSKI LAS)
43-309 BIELSKO-BIAŁA • TEL./FAX 33 822 77 22, 33 822 77 77 • WWW.SUPRA-MED.PL

Rocznice mamy nie okrągłą, dla nas jednak znaczącą. Zapisaną setkami spotkań, tysiącami rozmów. Spotkaniami we wtorki co dwa tygodnie o godz. 8.30, wspólnymi uroczystościami, a co najważniejsze, kontaktami biznesowymi i rozwojem wielu firm. Tak właśnie rysuje się krótka, 3-letnia historia Bielskich Śniadań Biznesowych w restauracji Lunita.

BIELSKIE ŚNIADANIA

Na początku było spotkanie, trochę przypadkowe, dwóch osób, które świeżo w Bielsku-Białej zamieszkały. Jedną z nich był Les Surowiec, reemigrant z USA, gdzie przez wiele lat prowadził firmę budowlaną, drugą – niżej podpisana, dziennikarka, pisarka. Od słowa do słowa zgadało się, że trzeba w nowym miejscu poszukać nowych kontaktów i znajomości. 13 marca 2012 r. w hotelu President o godz. 8.30 spotkało się 5 osób. Dwoje zapraszających i trójka gości. Taka bowiem od początku jest zasada – do „śniadaniowiczów” można się przyłączyć na zaproszenie jednej z osób należących już do tego grona. Ta zasada sprawdza się doskonale. Szybko jednak naszym stałym lokum została restauracja Lunita przy ul. Sobieskiego. W ciągu trzech lat wtorkowe spotkania przyciągnęły do niej ponad stu przedsiębiorców z Bielska-Białej i okolic. Zarówno obracających grubymi milionami, jak i działających w mikroskali. Dlaczego tak wielu regularnie, co dwa tygodnie, stawia się na porannych kawkach i soczkach? Powodów jest mnóstwo, a każdy wybiera taki, jaki mu najbardziej pasuje.

Po pierwsze – można poznać osoby spoza swojej branży. Tak to bywa, że ma się wiele znajomości, ale dotyczą zwykle jednego środowiska. Budowlancy obracają się pośród budowlanców, nauczyciele znają innych pedagogów, a lekarze mają znajomości wśród lekarzy. Tego typu spotkania pozwalają znacząco rozszerzyć krąg biznesowy.

Po wtóre – jest to okazja do zdobywania nowych partnerów biznesowych czy klientów. Każdy ma sposobność opowiedzieć o swojej firmie i zaoferować usługi. A gdy chce to uczynić w formie dłuższej prezentacji, też znajdzie się na to czas. Wiele firm skorzystało z tej możliwości.

Po trzecie – korzystając z usług innych bywalców śniadań mamy pewność, że zostaniemy solidnie obsłużeni (nie mówiąc o stosownym upuście cenowym). Zasada *member to member* sprawdza się doskonale, o czym świadczą wzajemne rekomendacje.

Po czwarte – na śniadania przychodzą przedstawiciele różnych firm. Każda z tych osób jest osobowością, wnoszącą w atmosferę śniadań dobrą energię. „Te półtorej godziny to nic innego, jak ładowanie akumulatorów na kolejne dwa tygodnie” – nieraz dało się słyszeć po spotkaniu.

Po piąte – to również możliwość tworzenia nowych biznesów lub szukania biznesowych partnerów, by rozszerzać działalność.

Po szóste – działalność pozabiznesowa. Czytaj: charytatywna, dobroczynna. To właśnie grono osób związanych ze śniadaniami przygotowało w ramach bielskiego oddziału stowa-

rzyszenia Dress for Success tygodniowe warsztaty dla kobiet defaworyzowanych na rynku pracy. Szkoleniowców, lokal, catering zapewнили śniadaniowicze, a 6 bezrobotnych pań, wskazanych przez Powiatowy Urząd Pracy, zyskało nowe kompetencje, wiedzę i dużą dawkę pewności siebie. I żeby nie sięgać daleko – niedawny udział wielu z nas w charytatywnych pokazach mody (na szpital, na hospicjum i dom dziecka).

Po siódme – goście zawsze mile widziani. Pojawiają się od czasu do czasu, zapraszani przez śniadaniowiczów. Posłanka, przedstawiciel ZPP, dyrektor generalna Dress for Success Poland, wybitni sportowcy (Sebastian Kawa) i artyści.

Po ósme – odrobina wiedzy zawsze się przyda. Przyjęła się formuła śniadaniowicze – śniadaniowiczom. Były warsztaty z komunikacji, negocjacji, pisania projektów europejskich. Wielkie zainteresowanie, grad pytań do prowadzących, same korzyści.

Po dziewiąte, dziesiąte itd. – wspólne świętowanie i zabawy, wspieranie się w sytuacjach biznesowych, osobistych i nie tylko... Dużo by gadać!

Trzy lata Bielskich Śniadań Biznesowych w restauracji Lunita, w tym dwa lata Fundacji Lunita, to szmat czasu (w 2013 roku obecności pani notariusz 18 sygnatariuszy, uczestników śniadań, podpisało się pod aktem założycielskim Fundacji Lunita). Nie sposób napisać o wszystkim. Każde zdarzenie związane ze śniadaniami jest skrupulatnie odnotowywane, stanowi bowiem kolejną cegiełkę w budowaniu wspólnoty osób, które łączy idea: pomagając innym, pomagamy sobie. A wszystko to na zasadzie pełnej dobrowolności. To były świetne wtorkowe trzy lata! Pozostaje życzyć sobie kolejnych, nie gorszych.

JOLANTA REISCH-KLOSE

PS. Kilka osobistych słów jeszcze. W ciągu 3 lat opuściłam le-dwie jedno spotkanie. Gdy zbliża się kolejny wtorek, zimą czy latem, zawsze się cieszę, bo wiem, że spotkam grono życzli-nych ludzi. Twórczych, ambitnych, aktywnych, z otwartymi głowami, sercami, a często i portfelami. Nie wyobrażam sobie, jak mogłam kiedyś funkcjonować bez Was. Dziękuję, że poja-wiliście się – i że jesteście.



LINDA ROJEK: Wszyscy wiemy, że najważniejszym po-siłkiem w ciągu dnia jest śniadanie. Najzdrowsze jest to biznesowe, z Lunitą. To dawka najważniejszych mikro-

i makrowiadomości, rozmów i konstruktywnych polemik, które są niezbędnym budulcem zdrowych relacji w biznesie, potrzebnym do dalszego rozwoju! Swobodna atmosfera, śmiech i optymizm dostarczają nam energii na kolejne dwa tygodnie! A tak poważnie: to wartościowe spotkania, które determinują do działania, pozwalają na dalszy rozwój i poznanie pozytywnych śniadaniowiczów.

ELWIRA JAKUBIEC: Dzięki śniadaniom poznałam wiele interesujących osób i tym samym wniknęłam w bielskie środowisko. Rozmowy ze śniadaniowiczami pozwoliły mi na zdobycie dodatkowych doświadczeń i poznanie różnych poglądów na konkretne sprawy. Tematy poruszane na śniadaniach pomagają mi w planowaniu rozwoju własnej firmy.

STANISŁAW BUBIN: Fundacja Lunita, restauracja Lunita... Lunita po prostu – magiczne miejsce, w którym poznałem dziesiątki, bez przesady, fantastycznych ludzi. Bo to ludzie

tworzą ów śniadaniowy klimat, aurę tego miejsca, a zapoczątkowane w Lunicie znajomości trwają długo – dłużej niż picie porannej kawy u Grzesia Nowińskiego raz na dwa tygodnie. To wartość dodana, nie do przecenienia. Cieszę się, że należę do tego ekskluzywnego grona.

PATRYCJA WOJTAK: Nasze śniadania to idealny sposób na miły początek dnia, nawiązanie nowych kontaktów i przedyskutowanie bieżących spraw. Spotykamy się, by zacieśnić współpracę osób przedsiębiorczych, a zarazem dobrze się poczuć wśród ludzi pozytywnie nastawionych i, co ważne z samego rana, w dobrych humorach. Coraz więcej nowych osób poznaje magię naszych biznesowych śniadań – przekonuje się, jak naprawdę działa NETWORKING. Jesteśmy aktywni w zapraszaniu nowych osób i poszerzaniu kontaktów, a co za tym idzie – swojego biznesu. „Dostaniesz w życiu wszystko, co chcesz, jeśli będziesz pomagał innym w osiągnięciu ich celów” – powiedział amerykański pisarz Zig Ziglar.



GRZEGORZ NOWIŃSKI WŁAŚCICIEL



Restauracja & Cafe Lunita
ul. Sobieskiego 50
43-300 Bielsko-Biała
(naprzeciw Domu Tkacza)

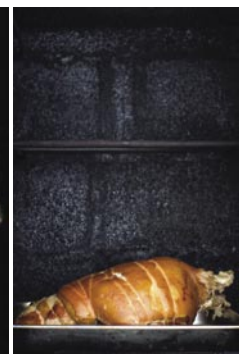


Kameralna, elegancka restauracja w zabytkowym budynku, w którym cegły, prawie 200-letnie drewniane belki i zawsze przyjazna obsługa tworzą ciepłą i niepowtarzalną atmosferę. Jedyne takie miejsce w Bielsku-Białej, w którym goście są jak najlepsi przyjaciele i których zawsze wita się uśmiechem i dobrym słowem.

OD 14 LUTEGO NOWA KARTA MENU!

- ◆ W roli głównej dziczyzna z lasu Hubertus z Rud Raciborskich – sarna, dzik i jelen, polskie ryby, regionalne produkty
- ◆ Wyroby z własnej wędzarni – szynka, schab, boczek, karczek, kiełbasy, drób

tel. 33/8223275
marketing@lunita.bielsko.pl
www.lunita.bielsko.pl





- Nowoczesne usługi HR dla profesjonalistów
- Rekrutacje – dobór pracowników na kluczowe stanowiska
- Agencja pracy tymczasowej – rekrutacja i wynajem pracowników
- Szkolenia

HR SIGMA
KATARZYNA JAWORSKA
 UL. OLSZÓWKA 18/LOK. 3
 43-300 BIELSKO-BIAŁA
 TEL. 511 511 567
 e-mail: biuro@hrsigma.pl
 www.hrsigma.pl



ANNA LATASZ
 e-mail: latasz.anna@gmail.com
 515 340 341

- Założycielka Pierwszego Prywatnego Gimnazjum i Liceum Ogólnokształcącego o Profilu Artystycznym im. Stanisława Wyspiańskiego w Bielsku-Białej
- Promotorka budownictwa niskoenergetycznego i pasywnego, związana z Klastrem Innowacji Budowlanych – Bielską Fundacją Wspierania Przedsiębiorczości i Kultury oraz Śląską Unią Budowlaną
- Partnerka firm Steico i Northouse

J. Fryderyk

POLSKA MARKA STWORZONA
 Z MYŚLĄ O DOJRZAŁYM, UKSZTAŁTOWANYM
 ZAWODOWO I ŚWIADOMYM SVOICH
 OCZEKIWAŃ MĘŻCZYŹNIE

J. Fryderyk

Właścicielka marki
MONIKA JASKÓLSKA

ADRESY SALONÓW

CH Sarni Stok Bielsko-Biała
 CH Gemini Park Bielsko-Biała
 CH Gemini Park Tarnów
 CH Magnolia Park Wrocław
 Galeria Handlowa Sky Tower Wrocław

Dział sprzedaży tel. +48 786 840 030
 Dział marketingu tel. +48 786 840 033
 www.jfryderyk.com

SEKORI mgr inż. *Linda Rojek*

**szkolenia, edukacja, kariera, obserwacje,
 rozwój, inspiracje**

Szkolenia z dojazdem do Klienta – **prawa konsumenta 2015! Techniki sprzedaży, komunikacja interpersonalna, profesjonalna obsługa Klienta w Twoim sklepie**

Zarządzanie zespołami sprzedażowymi, programy motywujące i rozwój, doradztwo i programy wspierające sprzedaż

Audyt procesów i procedur, standardów (tzw. Tajemniczy Klient) i pracy Przedstawicieli w terenie

Tworzenie strategii oraz planów działań dla wskazanych obszarów przedsiębiorstwa

NOWOŚĆ! Prowadzenie sklepu pod nieobecność właściciela! Twoje wakacje to już nie problem!

Zadbaj o wysoką jakość obsługi w Twoim sklepie i zadowolenie Klientów! Podnieś komfort pracy Twojego zespołu! Umów się na bezpłatną konsultację!

Pełna oferta szkoleń i szczegółowe informacje
 tel. 603 50 17 50



Tel. 661 081 888, 501 748 752
 www.kobietaszczesliwa.pl

BĄDŹ SWOJĄ PRZYJACIÓLKĄ!

Zapraszamy kobiety poszukujące, otwarte, na witalną stronę życia, zainteresowane rozwojem osobistym, chcące obudzić swoją kobiecość w różnych sferach. Rewelacyjna propozycja ożywienia okazjonalnych spotkań: wieczorów panieńskich, urodzin, kobiecych pogaduszek!

- Co to są Kulki Gejszy i We-Vibe?
- Jak niebezpieczne erotyczne są najmłodniejsze i najsukuteczniejsze?
- Smakowite, erotyczne dodatki – pudry, smakołyki, lubrykanty i olejki do masażu
- Ekskcytyjące gry i filmy erotyczne

To wszystko możemy Wam pokazać, zademonstrować i poradzić w wyborze!

WIBROTRENING



*Chcesz zmienić swoją sylwetkę,
pozbyć się nadwagi, zamienić
tkankę tłuszczową na mięśnie,
zredukować cellulit?*

*Zapraszamy na wibrotrening
– ćwiczenia ciała wspomagane
wibracjami.*

TEL. 506 581 077

BIELSKO-BIAŁA

UL. MAJAKOWSKIEGO 16

WWW.WIBROTRENINGBIELSKO.PL



Szukasz pomysłu na wieczór panieński, urodziny,
spotkanie w kobiecym gronie?

Zaproś nas – zapewniamy świetny program dla ciała
i duszy, kilka godzin fantastycznych przeżyć i zabawy.

A jeśli po zimie odczuwasz bóle
i chcesz się pozbyć cellulitu – zapraszamy na wiosenną
terapię FALĄ UDERZENIOWĄ.

TEL. 33/488 98 15, 505 879 708

BIELSKO-BIAŁA,

UL. ELIZY ORZESZKOWEJ 66

WWW.BABSKI-RAJ.COM

Z MAGAZYNEM LADY'S CLUB 10% RABATU



Patrycja Korczago
właścicielka firmy

LANGUAGE ATELIER
language coaching &
translations
www.patrycjakorczago.pl



Praktyczne treningi językowe przygotowujące do swobodnej komunikacji w języku włoskim, angielskim i francuskim na różnych poziomach zaawansowania. Innowacyjna, autorska metoda oparta o symulację wydarzeń oraz działań biznesowych i okołobiznesowych. Indywidualnie bądź grupowo dobrane pakiety treningowe pozwalają nabrać odwagi i poczucia wysokich kompetencji językowych podczas rozmów, negocjacji, wystąpień, uzgodnień warunków kontraktów oraz wszelkiej komunikacji w języku obcym. Dla szczególnie zapracowanych trening możliwy jest do zrealizowania także za pomocą Skype'a w dogodnych porach.

Firma oferuje również obsługę tłumaczeniową gości zagranicznych w zakresie moderowania konferencji jedno- i dwujęzycznych, pośrednictwa w komunikacji z zagranicznymi i krajowymi przedsiębiorcami, inwestorami, przedstawicielami świata kultury i mediów oraz szeroki zakres usług tłumaczeniowych od inżynierii materiałowej poprzez korespondencję handlową, do sztuki grafiki, sztuki użytkowej i przekładów teatralnych sztuk muzycznych.



Proponujemy nową serię wydawniczą
BIOGRAFIE NIEZWYKŁYCH

Seria BIOGRAFIE NIEZWYKŁYCH jest dla każdego, kto chce zachować siebie w pamięci przyszłych pokoleń, kto chce być dla swoich potomków żywą postacią, a nie tylko pamiątkową fotografią. Proponujemy profesjonalne opracowanie Twojej biografii w formie książki ilustrowanej zdjęciami. Każda biografia, jak każdy człowiek, jest inna, niezwykła, osobista. Życie każdego z nas jest jak książka. Sami zapisujemy jej karty naszymi marzeniami, działaniami, przyjaźniami, miłością i rodziną, a także sukcesami i porażkami. Większość wydarzeń pozostaje jednak wyłącznie w pamięci naszej i osób nam najbliższych. Wraz z nami odchodzi wiele szczegółów. Co tak naprawdę wiemy o swoich dziadkach i przeszłych pokoleniach? Co będą o nas wiedzieć nasze prawnuki? Skorzystaj z okazji, aby zostawić siebie w pamięci rodzinnych pokoleń. **Nakład, objętość i graficzny wygląd książki do uzgodnienia. Nad każdą biografią pracują zawodowy redaktor i grafik. BIOGRAFIE NIEZWYKŁE są doskonałym prezentem dla rodziców czy dziadków z okazji urodzin lub rocznicy ślubu. To świetny pomysł także dla osób prowadzących od lat własne firmy.**

BIOGRAFIE NIEZWYKŁYCH

ZAPRASZAMY DO WSPÓŁPRACY!
Tel. 509 965 018, 661 081 888

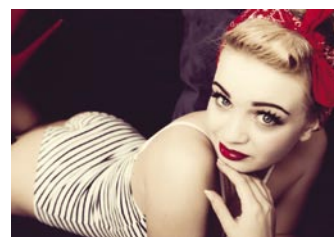


AGNIESZKA ORLIŃSKA FOTOGRAF
,drugi poziom' Fotografia i Wizaz

agnieszka@2poziom.pl
www.2poziom.pl

502 398 037

Pl. Smolki 7/3
43-300 Bielsko-Biała





AGNIESZKA NIEBORAK

Jesteśmy właścicielkami biura nieruchomości i pod szyldem międzynarodowej sieci RE/MAX prowadzimy własną działalność gospodarczą, specjalizując się w gospodarce nieruchomościami. Nasza droga zawodowa, którą podążamy od ponad dwóch lat, była niejednokrotnie kręta i ciężka, jednak czas ten to przede wszystkim ogromna radość i satysfakcja. Profesjonalizm, zaangażowanie i silna marka z ponad 40-letnim doświadczeniem to narzędzia, z których korzystamy w pracy. To wszystko zauważają klienci, którzy chętnie do nas wracają, jak i polecają nasze usługi.

Przez ponad 2 lata naszej działalności stworzyliśmy świetny team agentów – ludzi, którzy zaufali i uwierzyli w RE/MAX.

Już dziś zapraszamy Wszystkich do współpracy. Jeśli chcą Państwo sprzedać, kupić bądź wynająć nieruchomość – czekamy na Państwa telefon, bo... **NIERUCHOMOŚCI TO NASZA PASJA!**



RE/MAX INVEST

UL. WYZWOLENIA 1, BIELSKO-BIAŁA, TEL. 33 821 90 05

WWW.REMAX-INVEST.PL



MONIKA POŁATYŃSKA

Chcesz pisać?

Alternatywna Szkoła Dziennikarstwa
i Literatury im. Wisławy Szymborskiej
Zaprasza założycielkę Szkoły



JOLANTA REISCH-KLOSE
dziennikarka prasowa i radiowa, pisarka, tłumaczka.

Tel. 793 278 971, asdil@gazeta.pl
Znajdź nas na



SIMPLEX group

Simplex Group Sp. z o.o. jest firmą, która funkcjonuje na terenie całego kraju i stale poszerza zakres działalności. Celem firmy jest dostarczenie polskim i zagranicznym Klientom najwyższej jakości usług, zgodnie z ich indywidualnym zapotrzebowaniem.

Jednym z profili działalności firmy jest outsourcing usług dla biznesu. W zakres tych usług wchodzi: kompleksowa obsługa kadr, plac, BHP, ochrona środowiska, zarządzanie personelem.

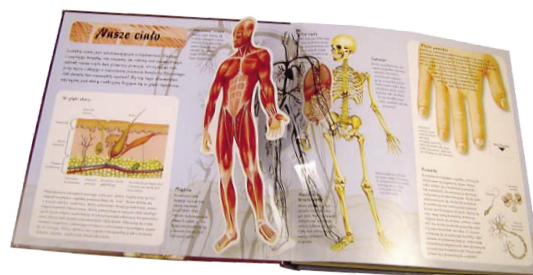
Naszym celem jest odciążenie klientów od spraw niezwiązanych bezpośrednio z profilem ich działalności, dlatego też to my dojeżdżamy do klienta i uczestniczymy w kontrolach przeprowadzanych przez instytucje państwowe.

www.simplex.org.pl
Bielsko-Biała, ul. A. Frycza-Modrzewskiego 20
Tel. 33 498 98 34, 502 699 570



Wydawnictwo DEBIT spółka jawna Anna i Witold Wodczicko
43-300 Bielsko-Biała, ul. M. Gorkiego 20
www.wydawnictwo-debit.pl
e-mail: handlowy.debit@onet.pl
tel. 33 810 08 20, 33 812 55 25

Wydawnictwo DEBIT od 24 lat specjalizuje się w literaturze dla dzieci i młodzieży poczynając od wodoodpornych książeczek kąpielowych, poprzez bajki oraz interaktywne książki, aż po publikacje edukacyjne, takie jak *Pociągi – Legendarne podróże*, *Wyłumacz mi dlaczego*, *Wynalazki Leonarda da Vinci*, *Wszechświat* czy *Ciało człowieka*.



Dla wszystkich uczących się czytać została wydana zabawna, trzypoziomowa seria *Czytamy bez mamy* oraz *Leszek Peszek*.

Nasze publikacje wyróżnione zostały wieloma nagrodami oraz uznaniem czytelników. Najbardziej poczytne serie dla dzieci to: *Franklin*, *Misia Marysia* oraz starodruki (*Smokologia*, *Egiptologia*, *Kompendium wiedzy smokologicznej*, *Mitologia*, *Potworologia*, *Oceanologia*, *Księga czarów*, *Ufologia*, *Wampiologia*, *Dinozaurowologia*).

Natomiast dla dorosłych wydaliśmy kunsztownie i bogato zilustrowane pozycje *Chopin – Geniusz muzyczny* autorstwa Bogusława Kaczyńskiego, *Miejsca Święte – 500 wędrówek*, *Dolomity*, *Alpy – od Nicei po Wiedeń* oraz ostatnio wydane *Europejskie szlaki trekkingowe*.

Zapraszamy do naszej siedziby lub księgarni internetowej
www.wydawnictwo-debit.pl

**PRACOWNIA PROJEKTOWA
EM PROJEKT ELWIRA JAKUBIEC**

www.emprojekt-aw.pl
em.projekt@poczta.fm
Tel. 511 06 06 49

ZNAJDŹ NAS NA



Biuro projektowe zajmuje się projektowaniem architektoniczno-budowlanym i projektowaniem wnętrz. Dojeżdżamy do klientów. Nie musisz brać dnia wolnego w pracy, żeby się z nami spotkać w sprawie projektu.



*Poznaj sekrety mądrej diety
Zdrowie, dobre samopoczucie i wymarzona sylwetka
w zasięgu ręki*

GABINET DIETETYCZNY SYNERGIA
UL. ŻYWIECKA 204
43-300 BIELSKO-BIAŁA
TEL. 667 536 066
BIELSKO@SYNERGIADIET.PL
WWW.SYNERGIADIET.PL

**STERUJ ŻYCIEM
- KOJA PORAD I PATENTÓW ŻYCIOWYCH ©**



- rozwój osobisty, doradztwo, poradnictwo i wsparcie psychologiczne indywidualne i dla par w systemie on-line i mobile
- rejsy rozwoju osobistego „Świadomość na szerokich wodach” © (nie trzeba mieć doświadczenia żeglarskiego)

EWA GROCHULSKA
psycholog, trener, terapeuta, z zamiłowania żeglarz i skipper
zeglowanieprzezycie@gmail.com
Tel. 0048531888715



WWW.FUNDACJAMIH.PL

Zadania fundacji

- ❖ organizacja eventów i pikników militarnych, sportowych, rodzinnych, gier ulicznych
- ❖ organizacja szkoleń i warsztatów edukacyjnych
- ❖ organizacja szkoleń z jednostkami specjalnymi
 - ❖ organizacja konkursów historycznych
 - ❖ projekty renowacji pojazdów militarnych

PRACOWNIA PROJEKTOWA Krzysztof Hałat



**Budynki usługowe i mieszkalne
Projekty indywidualne i typowe**

www.pracowniahalat.pl
biuro@pracowniahalat.pl
602 684 352, 33 84 57 517
43-332 Pisarzowice, ul. Kępa 55





Bank Zachodni WBK

Partner

MONIKA LISIŃSKA

Właściciel Placówki Partnerskiej Banku BZ WBK S.A.
43-300 Bielsko-Biała, ul. Wadowicka 22
monika.lisinska@bzwbk.pl, +48 502 578 594

SZEROKI WACHLARZ PRODUKTÓW**PRODUKTY I USŁUGI DLA FIRM:**

- Pakiety firmowe
 - rachunki dla firm
- Karty płatnicze
- Kredyt firmowy
- Limit kredytowy w koncie
- Leasing

**PRODUKTY I USŁUGI DLA
KLIENTA INDYWIDUALNEGO:**

- Kredyty gotówkowe
- Kredyty mieszkaniowe
- Karty kredytowe
- Szeroka oferta kont osobistych, w tym konta osobiste za „0” zł
- Konta oszczędnościowe
- Limit kredytowy w koncie
- Lokaty
- Ochrona Płatności i inne ubezpieczenia
- Western Union

NORTHHOUSE
Domly
260 PROJEKTÓW

Budujemy domy energooszczędne i pasywne
Zapraszamy do pokazowego domu pasywnego w Bielsku-Białej przy ul. Potok

northouse.pl

**MIĘDZYNARODOWE
TARGI
BUDOWNICTWA**
Bielsko-Biała



**Biuro Promocji
i Wystaw**



www.targibielskie.pl

organizator targów branżowych, zaprasza do odwiedzenia lub udziału w targach wiosennych w Bielsku-Białej.

**JESTEŚMY NA RYNKU OD PONAD 20 LAT
ORGANIZUJEMY TARGI I WYDARZENIA BIZNESOWE**



2 Targi

EKOstyl 2015

zdrowa żywność i zdrowy styl życia

21 - 22.03.2015

Bielsko-Biała



Regionalne specjalności z Węgier, Bułgarii, Słowacji
Beskidzkie smaki - degustacje
Zdrowe słodkości i wypieki

Na targach:

tradycyjne i ekologiczne pieczywo,
wędliny, sery, miody, ryby, zioła.

Dla zdrowia i urody:

eko kosmetyki, suplementy diety,
porady dietetyczne, zabiegi i masaże



Bielsko – Biała, 24 - 26.04.2015



**47 MIĘDZYNARODOWE
TARGI BUDOWNICTWA
I WYPOSAŻENIA WNĘTRZ**

Na targach:

innowacyjne materiały i urządzenia, dzięki którym można wybudować ciepły dom,
a jednocześnie obniżyć koszty jego użytkowania - ekspozycje z aranżacją i wyposażeniem
wnętrz - zapraszamy do odwiedzenia.



tel./fax 33 811 93 20
33 811 93 21
e-mail: astra@blk.pl

www.targibielskie.pl



Exclusive First View

MAGDALENA OSTROWICKA | TEAM FERRARI

OTO FERRARI 488 GTB

Magdalena Ostrowicka, fotograf, stała współpracowniczką *Lady's Club*, uczestniczyła 19 lutego – bodaj jako jedyna kobieta z Polski – w premierowej, fabrycznej odsłonie nowego modelu Ferrari 488 GTB w Maranello koło Bolonii we Włoszech – na miesiąc przed oficjalnym światowym debiutem tego turbodoładowanego następcy modelu 458 Italia. Oficjalna premiera odbędzie się w marcu w czasie salonu samochodowego w Genewie. – To było niesamowite – mówi Magda – kiedy do hali wjechał tym autem Sebastian Vettel, czterokrotny mistrz świata Formuły 1.

Pod karoserią 488 GTB kryje się zupełnie nowa konstrukcja. Zmiany dotyczą zastosowania płaskiej podłogi i dużego dyfuzora z tyłu, co mocno wpływa na możliwości dynamiczne tego auta. W 488 GTB pracuje 3.9-litrowe V8 wspomagane podwójnym doładowaniem. Oznacza to odejście włoskiego producenta od tradycyjnych silników. Moc aż 670 KM i 760 Nm momentu obrotowego. Ferrari 488 GTB gotowe do jazdy waży 1370 kg. Przyspieszenie do 100 km/h osiąga w 3 sekundy, a jego prędkość maksymalna – to ponad 330 km/h. I to jest właśnie auto dla każdego mężczyzny na kryzys wieku średniego!



FOT. MAGDALENA OSTROWICKA

Zmiany stylistyczne objęły przedni zderzak, maskę, lampy, progi, tylny zderzak z z lampami. Uwypuklono i nadano nowy kształt także tylnym nadkolom, przygotowano w nich wloty powietrza i zaadaptowano do nowej jednostki napędowej.

Dr Irena Eris

KOSMETYCZNY INSTYTUT



Innowacyjne zabiegi odmładzania twarzy i modelowania ciała.

Specjalna oferta dla czytelników **Lady's Club**:

PREZENT - manicure przy skorzystaniu z zabiegu pielęgnacyjnego na twarz.



Oferta ważna za okazaniem kuponu do 15.03.2015 r.

Zapraszamy!

Bielsko-Biała, Galeria Sfera, ul. Mostowa 5
Tel. (33) 483 31 44

DrIrenaEris.com



NIE ŚLEDZĘ TYLKO KOCHANKÓW

Z **TOMASZEM ZABIEGAŁĄ**, DETEKTYWEM Z AGENCJI DETEKTYWISTYCZNEJ NORMANDIA W BIELSKU-BIAŁEJ, ROZMAWIA STANISŁAW BUBIN

Czy zajmują się detektywi?

Korzystając z uprawnień wynikających z ustawy o usługach detektywistycznych, prowadzimy czynności polegające na uzyskiwaniu, przetwarzaniu i przekazywaniu informacji o osobach, przedmiotach i zdarzeniach na podstawie umów zawartych ze zleceniodawcami.

A trochę jaśniej?

Zbieramy, gromadzimy i przetwarzamy informacje, przekazujemy je zleceniodawcy w formie sprawozdania z materiałem foto i wideo. Sprawozdanie to finał naszej sprawy. Może ono stanowić pełnowartościowy materiał procesowy, głównie w sprawach cywilnych. Czynności te wykonujemy własnymi metodami, kierując się etyką i literą prawa. Nie możemy korzystać ze środków, urządzeń technicznych i technik operacyjnych, przeznaczonych dla takich służb, jak policja, ABW, CBA, Straż Graniczna.

Nie może pan podsłuchiwać?

Nie mogę korzystać z podsłuchu i lokalizatorów GPS. Są to urządzenia i środki techniczne ustawowo przeznaczone dla służb specjalnych. Trzeba sobie radzić inaczej. Są na to sposoby i w tym jest spryt każdego z detektywów.

Jakimi narzędziami posługuje się detektyw?

Najważniejszymi narzędziami każdego z detektywów są jego zmysły, wzrok i słuch oraz analityczne i logiczne myślenie. Korzystając z takich narzędzi, robimy materiał wideo i foto, zgrywamy wszystko w całość, aby powstał wynik satysfakcjonujący zleceniodawcę.

Pan po prostu za ludźmi chodzi?...

Można tak powiedzieć. Albo jeździ. W naszym środowisku mówimy o śledzeniu lub, ładniej to ujmując, o obserwacji bezpośredniej.

Czy jest pan partnerem dla policji przy tak ubogich środkach technicznych?

Jestem, oczywiście w granicach prawa. Nie wiem, jak jest gdzie indziej, ale z bielską policją współpraca układa się poprawnie. O KMP w Bielsku-Białej można wypowiadać się raczej w superlatywach. Nie mogę mówić o szczegółach, to delikatne sprawy. Policja i ja mamy najczęściej wspólny cel – doprowadzić do wykrycia sprawcy lub sprawców.

Jest pan jedynym prywatnym detektywem w Bielsku-Białej?

W mieście działają cztery agencje. Nie wchodzimy sobie w drogę.

To znaczy, że jest rynek na usługi detektywistyczne?

Jak najbardziej. Wszyscy mamy pracę, nie boimy się konkurencji w związku z deregulacją zawodu. Żeby zostać detektywem z prawdziwego zdarzenia, trzeba mieć wysokie kwalifikacje, sporo doświadczeń, nie mówiąc o wysokich nakładach, na przykład na profesjonalny sprzęt, kilka samochodów. Nie da się z marszu wejść do branży.

Jak długo pan jest detektywem?

Moja agencja, Normandia, funkcjonuje od września 2014 r. Wcześniej byłem kierownikiem oddziału Agencji Detektywistycznej Marlowe z Żywca, prowadzonej przez jednego z najlepszych detektywów w naszym regionie, Krzysztofa Szumlasa. To przy jego boku zdobywałem właściwe, profesjonalne, a przede wszystkim oparte o etykę „szlify” w zawodzie.

Jaką szkołę trzeba ukończyć, żeby być jak Philip Marlowe, prywatny detektyw z książek Raymonda Chandlera?

Mamy literackie i filmowe wyobrażenia na temat detektywa, rzeczywistość jest inna. Kryteria zdobycia licencji są jasno wyłożone w ustawie z 6 lipca 2001 r. o usługach detektywistycznych i w zmieniających niektóre przepisy tej ustawy rozporządzeniu ministra spraw wewnętrznych z 16 grudnia 2013 r. w sprawie szkolenia dla osób ubiegających się o wydanie licencji detektywa. Nie ma już na przykład egzaminu w Komendzie Wojewódzkiej Policji, gdzie duży nacisk kładziony był na aspekty prawne. Najkrócej mówiąc, trzeba ukończyć kurs zawodowy, mieć polskie obywatelstwo, odpowiedni wiek, niekaralność i być sprawnym psychicznie.

Czy zasięg terytorialny działania detektywa jest ograniczony?

Możemy pracować w całej Polsce, Europie i poza nią. Wszędzie. To się wiąże z istotą zlecenia. Gdy ktoś nam zleci zdobycie materiału dowodowego, świadczącego o zdradzie lub życiu w związku nieformalnym, i gdy trzeba taką wiarołomną parę śledzić w Grecji, Tunezji, Egipcie czy na Dominikanie, no to lecimy za nią, we wskazane miejsce.

Bierze pan szybki kredyt i goni po świecie za kochankami?

Nie. Jeśli sytuacja wymaga interwencji poza granicami kraju, ustalamy wspólnie ze zleceniodawcą sens i koszty takiej operacji. Są to sytuacje wymagające szybkich i zdecydowanych reakcji. Decyzja jest zawsze po stronie klienta. Biorąc pod uwagę rangę operacji, należy to powiązać ze sporymi nakładami finansowymi i wpłatą środków na poczet zlecenia przed wylotem.

Jak się otwiera zlecenie u detektywa?

Konieczne jest przygotowanie i podpisanie zlecenia. Większość detektywów bierze na wstępie 50% ustalonej kwoty zlecenia netto, na poczet kosztów związanych z jego realizacją. Dodatkowe koszty, jakie wynikną w trakcie realizacji, na

przykład dalsze wyjazdy czy przeloty, ustalane są na bieżąco ze zleceniodawcą i realizuje się je tylko za jego zgodą.

Miał pan takie wyjazdy?

Owszem, nawet poza Europę. Wyjazdy w Polskę to już standard w naszej pracy.

Większość zleceń dotyczy spraw obyczajowych?

Okolo 65%. Chodzi głównie o sprawy obyczajowe, tzw. rozwódki. Klienci zlecają nam zdobycie materiału dowodowego, który będzie miał wpływ na uzyskanie orzeczenia o winie jednego z małżonków. I nie chodzi o maile czy SMS-y, bo to dowody wątpliwej jakości i najczęściej przed sądem podważane. Mając dostęp do skrzynki drugiej osoby można „spreparować” list elektroniczny do samego siebie. Podobnie jest z SMS-ami.

No to na czym polega dokumentowanie zdrady?

Podstępnie nie wchodzi w grę, mówiłem już, ale robimy zdjęcia, kręcimy wideo, a następnie dostarczamy klientowi sprawozdanie z naszych działań. Musi to być materiał jasno dokumentujący zdradę, sensowny i wiarygodny.

Kto zleca najczęściej? Kobiety?

Kobiety i mężczyźni, nie ma reguł. Najczęściej mamy tydzień na zebranie dowodów, aby sprawa nie ciągnęła się zbyt długo. Nasze działania muszą być szybkie i sprawne, a przede wszystkim skuteczne.

Na jakie sprawy, poza obyczajowymi, dostaje pan zlecenia?

Na kryminalne, związane głównie z włamaniami i kradzieżami. Na poszukiwanie osób, ujawnianie majątku, kradzież w firmach, zbieranie dowodów w kwestiach nieuzasad-



nionych zwolnień lekarskich, ujawnianie majątku, sprawy alimentacyjne – uporczywego uchylania się odłożenia na rodzinę.

Dużo osób znika?...

Zrozpaczony człowiek szuka wszędzie pomocy, nawet u różdżkarzy i jasnowidzów. No i u nas. To delikatne sprawy. W małym procencie chodzi o porwania i zaginięcia nieświadome, spowodowane na przykład chorobą. Częściej chodzi o ucieczki. Klienci, którzy do nas przychodzą, wyczerpali już wszystkie metody odszukania bliskiej osoby, a czują, że sprawa może mieć drugie dno. Spotykamy się z przykrymi sprawami, z problemami trudnymi do ogarnięcia, z tragediami. Pamiętam zaginięcie dziewczyny z okolic Bielska-Białej. Ta sprawa niezwykle mnie poruszyła. W poszukiwanie zaangażowanych było wiele instytucji. W końcu niedaleko od nas znaleziono jej zwłoki. Mogła zostać pochowana nie jako NN, ale pod swoim imieniem i nazwiskiem.

Pan pracuje sam, czy ma do pomocy jakąś grupę?

Licencja dotyczy tylko mnie, więc pracuję sam. Tylko ja mam uprawnienia. Nie mogę nikomu nic zlecać, szukać podwykonawców. Agencja nie może również prosić innej agencji detektywistycznej o wykonanie czynności, bo może się okazać, że wejdziemy w konflikt interesów. Na przykład mogę pracować dla jednej strony, a koledzy dla drugiej. Co wtedy? Nie możemy naruszać etyki zawodu.

W nocy też pan pracuje?

Gdy trzeba, działam na okrągło. Dzień i noc. Także w święta: sylwester, nowy rok, wigilia. Kiedy inni wypoczywają, dla nas jest to najbardziej wytężony czas zbierania i przetwarzania informacji na dowody procesowe. Wymaga to ogromnego zaangażowania, cierpliwości i poświęcenia. Materiał musi być konkretny, solidny, dokładny. Nie mogę utracić zaufania klienta.

Klienci zapewne bywają różni. Nerwowi, rozchwiani emocjonalnie... Jak pan sobie z nimi radzi?

Muszę być cierpliwy. Czasami trzeba „porobić” za terapeutę. Ale bardziej chodzi o empatię. Nie przyjmuję każdego zlecenia, nie kieruję się wyłącznie komercją. Chcę wykonywać usługi profesjonalnie, skutecznie, dlatego po zapoznaniu się ze sprawą muszę być przekonany, że przypuszczenia, podejrze-



nia i obawy mają swoje uzasadnienie, a moje działania doprowadzą do rozwikłania problemu. Niekiedy muszę klientowi powiedzieć, że może być w błędzie, a nasze działania doprowadzą do negatywnego, nieoczekiwanego finału sprawy.

Jest pan sprawny fizycznie? Ma pan broń?

Nikt nie stawia detektywom wymogu, żeby byli szybcy, zwinni i silni. Oczywiście sprawność fizyczna przydaje się i trzeba o nią dbać. Co do broni – detektyw może mieć do niej dostęp jak każdy obywatel, po spełnieniu określonych procedur, zdobyciu pozwolenia. Są jednak inne formy obrony i samoobrony. Posiadanie broni nie jest konieczne, nie każdy musi mieć dostęp do broni palnej. Czasami wynikają z tego same kłopoty.

Czy urzędy i instytucje muszą panu pomagać? Może pan pójść do wydziału komunikacji i poprosić o udostępnienie danych Kowalskiego?

Mimo że mamy prawo gromadzenia i przetwarzania danych osobowych bez zgody zainteresowanego, obowiązują nas pewne ograniczenia. Muszę uzasadnić konieczność zdobycia informacji o Kowalskim bardzo ważną okolicznością i napisać do urzędu prośbę o jej udostępnienie. A urzędnik albo odpowie, albo nie. Najczęściej nie odpowie, dla świętego spokoju. Dlatego rzadko korzystam z pomocy instytucji, radzę sobie sam. Czasami klient wyposaża nas w pełnomocnictwo i wtedy mogę pójść po informacje do banku czy urzędu.

A ile to kosztuje? Czy usługi detektywa są drogie?

Cena wynika z kosztów prowadzenia agencji i czynności, jakie się wykonuje. Cennik w naszym regionie jest w miarę ujednolicony. Tygodniowa obserwacja w sprawie obyczajowej kosztuje około 4.000 zł. W Krakowie między 6.000 a 8.000 zł. Ceny są dostosowane do rynku. Jeśli przeliczy się taką kwotę przez koszty sprawy sądowej, wyjdzie na to, że wcale nie są duże. Zwłaszcza że dostarczone przez nas dowody mogą być korzystne w ostatecznym orzeczeniu i pomóc w uzyskaniu odszkodowania, alimentów czy przesądzeniu o winie jednego ze współmałżonków.

Cena to nie zysk, a przychód agencji. Ktoś może pomyśleć, że detektywi zarabiają kokosy.

Ma pan rację. Każda umowa jest rejestrowana i z każdej muszę się rozliczyć. Profesjonalny sprzęt rejestrujący, profesjonalne aparaty fotograficzne, teleobiektywy, noktowizory, lokale, kilka samochodów (muszę mieć, bo to podstawowe narzędzia pracy detektywa), paliwo i inne wydatki związane z prowadzeniem działalności – wszystko kosztuje. Stąd taki cennik.

I na koniec: dlaczego pan nazwał swoją agencję Normandia?

Ładnie, prawda? Chciałem nawiązać do największej pod względem użytych sił i środków operacji desantowej w historii wojen. Szybkiej i prowadzącej do zwycięstwa.

Dziękuję za rozmowę.

SIEĆ WSPARCIA

ROZMOWA Z DR HAB. **KATARZYNĄ POPIOŁEK**,
PROFESOR SZKOŁY WYŻSZEJ PSYCHOLOGII
SPOŁECZNEJ, DZIEKANEM WYDZIAŁU
ZAMIEJSCOWEGO W KATOWICACH

Każdego dnia stajemy wobec wielu trudności, zmagamy się ze stresem, gonimy za czasem. Jak sobie z tym radzić?

Oslonę przed silnymi sytuacjami stresogennymi stanowi nabyta w ciągu życia umiejętność radzenia sobie z nimi, ale przede wszystkim oparcie w innych ludziach, wymieniane w codziennych kontaktach wsparcie społeczne, z którego czerpiemy siłę. Każdy z nas ma mniejszą lub większą sieć powiązań z innymi, którą buduje przez całe życie. Ona sprawia, że pewne kłopoty nie mają w ogóle do nas dostępu, zaś w sytuacjach kryzysowych jest bezcennym zasobem, do którego możemy sięgnąć po ratunek. Wzajemna wymiana wsparcia odbywa się w sposób naturalny, na zasadzie „raz ty mnie, raz ja tobie”. Ale tylko pod warunkiem, że dbamy o relacje z innymi na co dzień. Budowanie sieci wsparcia dopiero wtedy, gdy wpadliśmy w tarapaty, jest mocno spóźnione i nieskuteczne.

Jak więc dbać o takie wspierające relacje, jak je tworzyć?

Niezależnie od tego, czy żyjemy w związku, czy w pojedynkę, sieć wsparcia jest nam niezbędna. Wsparcie jest opoką, na której opiera się nasz codzienny dobrostan. Uzyskuje się je na drodze dobrego komunikowania się z ludźmi i wrażliwości na ich potrzeby, a także umiejętności wyzwolenia się z egoizmu i egocentryzmu, nietraktowania siebie jako pępka świata. Skierowanie uwagi ku innym jest łatwiejsze niż się wydaje i przynosi wiele radości i satysfakcji, a co najważniejsze, powoduje, że inni zaczynają nas dostrzegać.

Czy wsparcie może zmienić się w chęć kontroli drugiej osoby, zazdrości o relacje z innymi?

W prawdziwie dobrych, wspierających relacjach odczuwamy troskę, zrozumienie i poczucie współodpowiedzialności. Wszystko to może się przerodzić w kontrolę, dominację i chęć posiadania czy zawłaszczania drugiej osoby. Dzieje się tak wówczas, gdy w naszych relacjach brak szacunku. Jedna ze stron przyjmuje zamiast akceptującej, ciepłej postawy „do”, postawę „nad” i ma poczucie władzy, wie lepiej, co dla nas dobre, egzekwuje wykonywanie swoich poleceń. W takiej sytuacji wsparcie może okazać się toksyczne. Słowo szacunek odchodzi trochę do lamusa, tymczasem ma głęboką psychologiczną treść. SZACUNEK jest



sprawdzianem naszego stosunku do innych, dostrzegania wartości w drugim człowieku. Szczególnie często zapominamy o nim w relacjach z dziećmi i trzeba na to uważać. Problemy dzieci lubimy bagatelizować, a je same traktować jak ludziki z plasteliny, które możemy kształtować zgodnie z naszymi chęciami i potrzebami chwili.

Czym może skutkować brak wsparcia?

Odbija się na naszej sile życiowej, zdrowiu, ekspansji, nastroju. Często nie zauważamy, jak wiele wsparcia otrzymujemy od naszego środowiska – osób, z którymi pracujemy, przyjaźnimy się, mieszkamy obok nich. Często dopiero zauważamy to na przykład, gdy zmienimy miejsce zamieszkania, pracę lub rozwodzimy się. Znika dotychczasowe zaplecze otaczających nas ludzi i związane z nimi poczucie bezpieczeństwa. Musimy sieć wsparcia budować od nowa. Jak widać, wsparcie w praktyce czerpiemy od różnych ludzi. Wspaniale jest, jeśli mamy własną „paczkę”, gdzie możemy uzyskiwać i dawać różne rodzaje wsparcia. Bywa też, że mamy skarb w postaci jednej osoby, która udziela nam wszelakiego rodzaju wsparcia. O taką osobę musimy dbać, ale też uważać, aby jej nie zamęczyć swoimi potrzebami. Najważniejsze, aby pamiętać o zwrotnym przekazywaniu wsparcia. I nie chodzi tylko o równowagę relacji, ale także o to, aby czuć się potrzebnym. Poza tym dobre relacje z innymi są silnym źródłem szczęścia.

ROZMAWIAŁA
BEATA ZNAMIROWSKA-SOCZAWA

VIA ARCHAEOLOGICA

ARCHEOLOGICZNA AUTOSTRADA W STAREJ FABRYCE

PRAWDZIWE SKARBY ZE SREBRA, BRĄZU, ZŁOTA, BURSZTYNU, SZKŁA I CERAMIKI MOŻNA ZOBACZYĆ NA WYSTAWIE W BIELSKU-BIAŁEJ. NAJSTARSZE POCHODZĄ SPRZED 15 TYSIĘCY LAT, NAJMŁODSZE Z XIX WIEKU. WŚRÓD PONAD 600 ZABYTKÓW NA SZCZEGÓLNĄ UWAGĘ ZASŁUGUJE UNIKATOWA, GLINIANA FIGURKA KOBIETY Z MODLNICY, KTÓREJ WIEK SZACUJE SIĘ NA OKOŁO 7500 LAT.

Ale są i inne bezcenne rzeczy: amfora ozdobiona stylizowaną sylwetką ludzką sprzed 6500 lat, znaleziona w Targowisku, biżuteria dziewczyny pochowanej około 2900 lat temu u obrębie Krakowa-Bieżanowa, skarb składający się z ponad 50 ozdób (bransolet, szpil, zawieszek, guzów i napierśnika), ukryty około 2700-2800 lat temu w Aleksandrowicach, a także pochodzące z tej samej miejscowości wyposażenie celtyckiego wojownika.

Dla pasjonatów archeologii Muzeum Historyczne w Białymstoku-Białej przygotowało niezwykle atrakcyjną. W jednym ze swoich oddziałów, Starej Fabryce, ulokowało ekspozycję prezentującą wykopaliska ze stanowisk poprzedzających budowę autostrady A4 na odcinku Kraków-Bochnia-Tarnów. Stąd jej nazwa – „Archeologiczna autostrada. Wykopaliska przy wielkich inwestycjach drogowych pod Krakowem”. We współpracy z białymi ekspertami przygotowało ją Muzeum Archeologiczne w Krakowie z Krakowskim Zespołem do Badań Autostrad.

W polskiej archeologii było to jedno z największych i najdłuższych trwających przedsięwzięć badawczych, sfinansowanych



REKONSTRUKCJA SPOSOBU NOSZENIA OZDÓB METALOWYCH ODKRYTYCH W ALEKSANDROWICACH



MONA LISA Z EPOKI BRĄZU. TAK MOGŁA WYGLĄDAĆ DZIEWCZYNA Z BIŻUTERIĄ SPRZED 2900 LAT

przez inwestora autostrady, GDDKiA. Wykopaliska prowadzone były przez 13 lat, od 1997 do 2010 roku. Efekty są rewelacyjne! Można je podziwiać na wystawie, której autorami są Justyna Rodak i Albert Zastawny, pracownicy Muzeum Archeologicznego. Ekspozycja jest pięknie zaaranżowana – ma charakter wędrowki wzdłuż autostrady, zarówno w sensie przestrzennym, jak i przez tysiąclecia. Archeolodzy przebadali ponad 200 hektarów na 170 stanowiskach (w tym 121 pod samym Krakowem). Po raz pierwszy w Małopolsce udało się przebadać całe osiedla i cmentarzyska. Wyniki naukowe w wielu przypadkach przyniosły nowe spojrzenie na mnóstwo zagadnień archeologicznych z pradziejów środkowej Europy. Dla zmagazynowania i opracowania olbrzymiej ilości zabyt-

FOT. AGNIESZKA WOJTUŃ

FOT. AGNIESZKA WOJTUŃ

kowych wykopalisk, w Branicach pod Krakowem powstał kompleks laboratoryjny o powierzchni 1200 m kw. Odkrycie wyobrażeń kobiet sprzed 7500 i 6500 lat należy do najbardziej spektakularnych efektów tych prac, przy których w różnych okresach zatrudnionych było od kilkuset do 2 tysięcy osób. Równie ważne są ślady wsi sprzed kilku tysięcy lat z zarysami długich domów o konstrukcji słupowej. Były to pierwsze na naszych ziemiach drewniane budynki wzniesione przez osadników, którzy przybyli pod Kraków z południa. Ciekawe są również znaleziska sepulkralne: grób mężczyzny z neolitu, sprzed 6500 lat, znaleziony na terenie dzisiejszej wsi Targowisko, z wyposażeniem świadczącym o wysokiej pozycji zmarłego. Bogato zaopatrzony w biżuterię jest też grób młodej kobiety, zwanej na wystawie Moną Lisą, z epoki brązu (ok. 900 r. p.n.e.). Rzadkim znaleziskiem jest pochówek celtyckiego wojownika, wyposażonego w broń (miecz, włócznię) i części stroju (pas z płytek żelaznych, zapinki do spinania płaszcza), pochodzący z małopolskich Aleksandrowic.

Na tej „archeologicznej autostradzie” są też wyroby luksusowe, importowane w pradziejach. Docierały nad Wisłę za pośrednictwem kupców lub w trakcie wojen. Podziwiać można ozdoby i części stroju z różnych stron imperium rzymskiego, paciorki szklane (m.in. z Aleksandrii z wyobrażeniem twarzy), srebrne denary rzymskie, złote i srebrne monety celtyckie, połączone sprzączki do pasa ze Skandynawii, czekan miedziany z Kotliny Karpackiej. Te fascynujące znaleziska przedstawione są w formie reportażu fotograficznego, ukazującego drogę zabytku od momentu odkrycia w ziemi, poprzez prace zabezpieczające i konserwatorskie, aż do wyeksponowania w gablocie. Finalnym etapem są rekonstrukcje komputerowe i fotograficzne osób, biżuterii, broni, grobów, domów, studni i pieców garncarskich z czasów ich użytkowania przed wiekami i tysiącami, a także oryginalne zabytki po konserwacji umieszczone w gablotach. Naukowe opracowania tych wszystkich odkryć publikowane są w serii wydawniczej „Via Archaeologica”.

BUS



WIZERUNEK KOBIETY SPRZED 7500 LAT. GLINIANA FIGURKA ZNALEZIONA W MODLNICY I JEJ ODWZOROWANIE NA PLECACH MODELKI



NACZYNIA GLINIANE Z BIEŻANOWA – NEOLIT, KULTURA BADEŃSKA



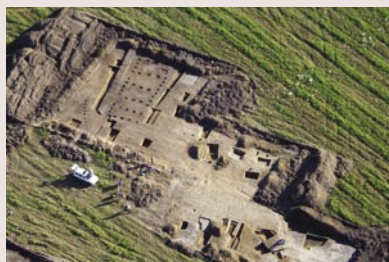
ZŁOTE I SREBRNE MONETY CELTYCKIE



REKONSTRUKCJA GROBU Z TARGOWISKA. ZACHOWAŁY SIĘ PRZEDMIOTY Z KAMIEŃIA I WYPALONEJ GLINY



ROZMIARY BADAŃ ARCHEOLOGICZNYCH NA TRASIE PRZYSZŁEJ A4 BYŁY NIESPOTYKANE W HISTORII POLSKI



ZDJĘCIE LOTNICZE Z WYKOPALISK W BRZĘZIU K. WIELICZKI. WIDOCZNY ZARYS BUDYNKU SŁUPOWEGO



EKSPOZYCJA PREZENTUJE W PRZEJRZYSTY SPOŚÓB NAJCENNIERSZE ODKRYCIA Z TRASY A4

NAPĘDZAMY SIĘ MUZYCZNIE

Z MARTYNĄ I ANDRZEJEM CZECHAMI Z ZESPOŁU *CHWILA NIEUWAGI*
ROZMAWIA STANISŁAW BUBIN

Dlaczego nazywacie się *Chwilą Nieuwagi*? Inni też pytają was o to?

MARTYNA: Tak, to chyba najczęściej zadawane nam pytanie.

Bowiem wystarczy chwila nieuwagi i?...

ANDRZEJ: ...i kolejny sukces!

MARTYNA: Mieliśmy takie hasło: chwila nieuwagi i kolejny sukces. Kiedyś, kiedy nie występowaliśmy jeszcze jako zespół pod tą nazwą, grywaliśmy covery z kręgu piosenki poetyckiej, aktorskiej, przy różnych okazjach. Pewnego razu występująca z nami skrzypaczka skwitowała nasz dość udany występ zdaniem: chwila nieuwagi i kolejny sukces. Ta nazwa przyłgnęła do nas. Zorientowaliśmy się, że odpowiada temu, w jaki sposób powstaje nasza muzyka. Nie do końca w sposób zaplanowany. Spotykają się ze sobą tekst, który za nami chodzi, albo który sami wymyśliliśmy, z jakimś moty-

wem muzycznym. Wystarczy chwila nieuwagi, żeby coś fajnego powstało. No i jeszcze jeden aspekt: naszej muzyki też się słucha w chwili nieuwagi...

Konferansjerzy często mówią: prosimy o chwilę uwagi!

A.: Pamiętam nasz pierwszy występ pod marką *Chwila Nieuwagi* na festiwalu Bieszczadzkie Anioły w 2008 roku. Konferansjer właśnie tak zaczął: *Chwila Nieuwagi* prosi o chwilę uwagi. Taka zabawa słowem. Lubimy to. Chcemy, żeby publiczność zwracała na nas uwagę, ale nie chcemy, żeby to było wymuszane. Nieuwaga ma być spontaniczna. Człowiek przecież zwraca na coś uwagę mimowolnie, wtedy, kiedy to coś go zainteresuje.

M.: Zlepki konferansjerskie na nasz temat są różne.

A.: Zdarzało się, że prowadzący próbowali dopatrywać się brzuszka u Martyny, który sugerowałby ciążę. Twierdzili: wystarczy chwila nieuwagi i jest potomek!

Teraz macie cudną 8-miesięczną Anielkę, więc skojarzenia będą. Chcecie czy nie...

A.: No tak, co zrobić!

Powiedzieliście, że zespół istnieje dłużej niż nazwa?

A.: Tak, ale wcześniej graliśmy muzykę nie naszą. Początki jak zazwyczaj. Graliśmy covery i już. Na poważnie zaczęło się od Bieszczadzkich Aniołów. Wtedy zaczęliśmy przygodę od naszej muzyki. Wcześniej próbowaliśmy, jak większość zespołów, lecz obawialiśmy się, czy to jest dobre, czy ma jakiś sens. Od Bieszczadzkich Aniołów przejeżdżiliśmy już mnóstwo festiwali i sukcesy, mniejsze lub większe, które udało nam się odnieść, spowodowały, że uwierziliśmy, że to ma ręce i nogi, że mamy swoją publiczność, która powoli się rozrasta.

M.: Na każdy festiwal staraliśmy się przygotować nowy utwór, a nie ogrywać numery, które się podobają. No i przez to, że przygotowywaliśmy nowe piosenki, zebrał się fajny materiał muzyczny. Wtedy postanowiliśmy, że zarejestrujemy go na płycie. Tak skompletowaliśmy resztę zespołu, żeby nasza muzyka była pełniejsza. Duet gitarowo-wokalny na płycie byłby zbyt ubogi.

Grupę stworzyliście na pstryknięcie palca?

A.: Takie proste to nie było, ale przetarcie się na festiwalach dało nam wiele kontaktów. Poznaliśmy świetnych muzyków i w 2010 roku skleiśmy muzyczną grupę. Znakomicie nam się pracuje. W niezmiennym składzie trwa ona do dzisiaj, co nie jest takie zwyczajne.

M.: Najpierw dołączył do nas pianista Piotr Kotas, on z kolei przyciągnął Marka Sochackiego, który jest przede wszystkim perkusistą zespołu *Carrantuohill*, a czasami udziela się przy nas, zwłaszcza przy płytach. Później pojawił się kontrabasista Rafał Kierpiec, który także wspiera mnie wokalnie. Ostatnią osobą, która do nas dołączyła, był Bartek Plewka, też perkusista. Pojawił się, kiedy trzeba było zastąpić Marka. I został. W każdym razie grywa dużo częściej niż Marek, bo pierwszym obowiązkiem koncertowym Marka jest jednak *Carrantuohill*.

Sześć osób razem z wami, czyli sekstet.

A.: Dużo częściej występujemy jednak jako kwintet. Bywa, że ciężko się zebrać.

Wszyscy jesteście z Rybnika?

A.: Tylko Rafał jest z Żor, a właściwie teraz już z Woszczyc. Czyli jesteśmy Hanysami. Z przyjemnością sięgamy jednak po kulturę śląską. Wszyscy „godomy po naszymu”. Śpiewamy także po śląsku na poważnie. Odcinamy się od grania festynowego, przy piwie i krupniokach.

M.: Zależy nam, żeby tekst i muzyka zawsze były na właściwym, wysokim poziomie.

Czyli nie leciecie Masztalskim?

M.: To nie nasz styl. Wracamy do źródeł.

A.: Reaktywujemy muzycznie legendy i opowieści naszych

babć i dziadków, czasami utwory rdzennie śląskie, żeby żyły, nie zagięły.

M.: Na Śląsku z gwarą nie dzieje się najlepiej, sprowadzona została do poziomu jarmarcznego, by nie rzec prostackiego. Dlatego mówimy, że ten nasz język śląski, rybnicko-pszczyński, to nasza dodatkowa kompetencja językowa.

A.: Gdy śpiewamy na Opolszczyźnie, czasami zwracają nam uwagę, że u nich inaczej się mówi, u nas znaczącość czeskie. Ale najważniejsze, że dobrze się rozumiemy.

Gdybym chciał was zaszufładować, to do jakiego nurtu muzycznego?

A.: Trudno powiedzieć. Sami mamy z tym kłopot. Byliśmy już na tylu różnych festiwalach, pokazujących nasze zainteresowania: folk, poezja, jazz. Konkursy mamy już jednak za sobą.

M.: To był ważny etap w naszym artystycznym rozwoju, wiele się nauczyliśmy, ale teraz szukamy czegoś nowego.

Muzykowanie to wasz zawód?

M. i A. (zgodnie): Nie!

A.: Zespół zaczęliśmy rozkręcać, kiedy byliśmy na ostatnim roku studiów. Ja w Krakowie kończyłem filozofię i finanse, a Martyna w Katowicach filologię polską.

M.: Nie mamy wykształcenia muzycznego. Tworzymy intuicyjnie, choć Andrzej uczył się grać na gitarze. Tylko nasi chłopcy mają akademickie wykształcenie muzyczne. Są muzykami zawodowymi – i od nich się uczymy.



FOT. JERZY DZIEDZICZAK

WYSTĘP LIDERÓW CHWILI NIEUWAGI



FOT. SABINA PAWLAS

MARTYNA I ANDRZEJ Z ANIELKĄ

A.: Napędzamy się muzycznie! Każdy ma inne umiejętności, lecz wszystko razem świetnie funkcjonuje. Piotrek, nasz pianista, ukończył kompozycję i aranżację w Katowicach, jest kompozytorem i z tego żyje. Inni też biorą udział w różnych projektach, na przykład Rafał jest obecnie kontrabasistą katowickiego NOSPR-u, ale *Chwila Nieuwagi* jest dla nas najważniejsza. Co tydzień spotykamy się na próbach, gramy kilkadziesiąt koncertów rocznie.

Pracujecie też poza *Chwilą Nieuwagi*?

A.: Martyna już nie, a ja tak. Jestem jedyną osobą w zespole, która normalnie chodzi do pracy. Jako księgowy, no bo z filozofii wyżyć byłoby trudno. Chociaż dla mnie to zawsze był główny kierunek. Jesteśmy małżeństwem, mamy Anielkę i musimy mieć pewność utrzymania.

M.: Do czerwca będę na urlopie macierzyńskim w Estradzie Rybnickiej. W firmie zajmuję się sprawami związanymi z budową estrad, oświetleniem, nagłośnieniem.

Zespół nie przeszkadza wam w normalnym życiu?

M.: Skądże! Im więcej człowiek ma zajęć i obowiązków, tym lepiej potrafi się zorganizować.

A.: Bywało przy nagrywaniu płyty, że o 2.00 w nocy wyjeżdżaliśmy ze studia nagraniowego w Opolu, a o 6.00 rano musiałem wstawać do pracy. To nie było zbyt komfortowe, ale nie narzekałem. To pewien etap, przez który trzeba przejść. Teraz nabraliśmy sprawności organizacyjnej, potrafimy tak to sobie wszystko poukładać, że jeszcze mamy czas dla siebie.

Pojawienie się Anielki nie zatrzymało was w rozwoju muzycznym?

M.: Logistyka skomplikowała się jeszcze bardziej, jednak nie zrezygnowaliśmy z działalności koncertowej. Zanim zdecydujemy się wystąpić w jakimś miejscu, organizujemy zaplecze dla Anielki. Garderobę, pokój. Córeczka jeździ z nami!

A babcie? Nie może z nimi zostać?

M.: Babcie pracują. Poza tym nie chcemy ani na chwilę pozbawiać się z nią kontaktu. Z Anielką rozstajemy się tylko na czas, kiedy Andrzej i ja jesteśmy na scenie. Na półtorej godziny, nie dłużej. Wtedy szukamy trzeciej, zaufanej osoby, która się nią zajmie. Albo jedzie z nami moja siostra, albo jedna z babć. Anielka muzycznie jest osłuchana, występowałam z nią w czasie ciąży. Ostatni koncert zagrałam pod koniec ósmego miesiąca.

A.: Kiedyś rozmowy z organizatorami zaczynaliśmy od kwestii akustycznych, teraz od zaplecza dla Anielki. Ona jest najważniejsza.

M.: Zazwyczaj przyjmowani jesteśmy ciepło i ze zrozumieniem. Na festiwalu Yapa w Łodzi organizatorzy zorganizowali nam apartament w Hiltonie, żeby Martyna, która była w ciąży, mogła po koncercie wypocząć. Dla nas to był szok. Kiedy organizatorzy zaczęli mówić o Hiltonie, myśleliśmy, że żartują albo mówią o jakimś domu studenckim. Tymczasem Hilton był jednym ze sponsorów festiwalu i zadeklarował, że panią w ciąży może przyjąć na nocleg w ramach sponsoringu. Cały zespół spał w warunkach VIP-owskich, z basenem i sauną. To pokazuje, że ludzie mają dużo pozytywnej energii i empatii.

Przerwa po urodzeniu dziecka nie spowodowała, że publika przestała was pamiętać?

M.: Ku naszej radości zauważyliśmy, że ludzie stęsknili się za nami. Śmiejemy się, że Anielka stała się naszym nowym menadżerem, bo teraz staranniej selekcjonujemy oferty koncertowe, ze względu na nią.

A.: Jeśli organizatorzy nie spełnią warunków dotyczących Anielki, po prostu nie jedziemy. I okazuje się, że to działa: ofert mamy więcej niż kiedyś!

Wspomnieliśmy o płytach. Ten dorobek to dwa krążki?

M.: Tak. Mówimy o płytach autorskich, bo składanek nie liczymy. W 2011 ukazała się na CD „Niepoprawna muzyka”, a w 2013 wydaliśmy „Miszung”. Na tej płycie wystąpili też goście: Maciek Balcar z zespołu Dżem, Jarek Treliński z zespołu Raz-Dwa-Trzy, Dariusz Sojka.

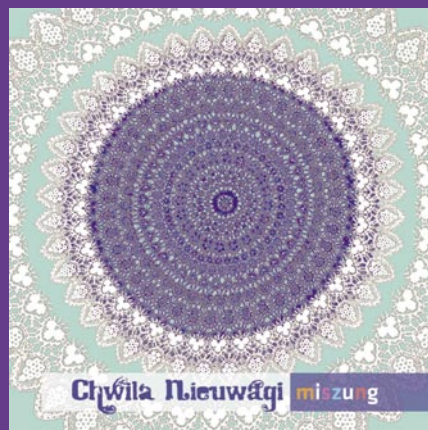
A.: Jesteśmy w trakcie prac przygotowawczych do trzeciej płyty, ale ponieważ mieszmamy gatunki (o to właśnie cho-

dziło w „Miszungu”), nie bardzo jeszcze wiemy, jaki kształt ona przyjmie. Poza tym chcielibyśmy w przyszłym roku wydać aranżacje kolędowe, bo jest zainteresowanie. Mamy w stosunku do siebie duże wymagania, nie chcielibyśmy spuścić z tonu. Płyta „Miszung” miała dobry odzew, także radiowcy przyjęli ją ciepło (mówię o stacjach publicznych, na przykład o Trójce, bo komercyjne takiej muzyki nie puszczają). Mieliśmy też niezłe recenzje, więc musimy zrobić coś, co będzie o poziom lepsze. Tworzymy bądź co bądź muzykę niszową, więc ten odbiór nas cieszy. Żeby być, trzeba grać.

A internet? Jesteście w sieci?

M.: Chyba najbardziej. To silne źródło oddziaływania. Festiwalowa publiczność aktywnie uczestniczy w życiu internetowym, w portalach społecznościowych. To znakomity sposób kontaktowania się z odbiorcą. Żeby jednak dopracować się miliona odbiorców, trzeba mieć potężny budżet. Wielkie kariery internetowe nie biorą się znikąd, to mit. Cieszy to, że bez wielkich nakładów osiągnęliśmy łącznie kilkaset tysięcy wyświetleń naszych klipów. A to oznacza, że rynek jest nami zainteresowany, że jest na nas zapotrzebowanie. Dla ciekawskich – można nas odnaleźć na stronie www.chwilanieuwagi.pl. Polecamy!

To świetny znak, jak na chwilę uwagi, którą trzeba poświęcić *Chwili Nieuwagi*. Dziękuję za rozmowę.



MISZUNG

Dla Czytelników magazynu *Lady's Club* od zespołu *Chwila Nieuwagi* mamy w prezencie 6 egzemplarzy wydanej w 2013 roku płyty „Miszung” z utworami „W niebie”, „Cicho na Zakrzówku”, „Przedwiośnie”, „Bazyliśzek”, „Samo-poczucie”, „Rogaty”, „Ramża”, „Dzwony”, „Już tu nocka”, „Nie nerwuj Hanyś”, „Proza świąteczna”, „Tam na rzece”. Krążki otrzymają ci z Czytelników, którzy jako pierwsi w listach elektronicznych do redakcji (prosimy jednocześnie o podawanie swoich adresów) odpowiedzą na pytanie, jakie znaczenia w języku śląskim i w jakim kontekście używane jest słowo „miszung”. Nagrody prześlemy pocztą.

REKLAMA

Podaruj nam 1% Twojego dobra



POMOC BEZ GRANIC



Hospicjum Cordis®



KRS: 0000040314

MB

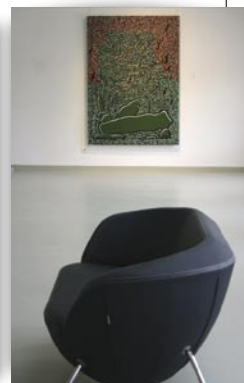
Stara Fabryka | Muzeum Historyczne w Bielsku-Białej

Galeria w Fabryce

zaprasza do zwiedzania wystaw czasowych

czynna:

wtorek (9:00–15:00), środa–piątek (9:00–16:00), sobota–niedziela (9:00–15:00)



www.muzeum.bielsko.pl



WIERSZ JEST JAK DZIECKO

ROZMOWA Z **LUCYNĄ BRZOWSKĄ**, BIELSKĄ POETKĄ

Kiedy zaczęłaś pisać wiersze?

Pierwszy wierszyk o gwiazdach i księżycu napisałam jako 9-latka. Od 13. roku życia piszę regularnie. Pierwszy tomik „Lewitacja i inne wiersze” wydałam w Krakowie, gdy miałam 18 lat. W zeszłym roku ukazały się moje dwa tomiki „Przypięte do światła” i „PrzenikaNIE WIEM”. Mam też swój udział w zbiorowym wydaniu haiku o zwierzętach „Dajmy grać świerszczom”.

Jaka tematyka cię inspiruje?

Przede wszystkim przyroda, ale niezależnie od inspiracji piszę o emocjach, które są w ludziach i we mnie, albo które ludzie i świat we mnie budzą. Potrzebuję w jakiś sposób je wyrazić. Kiedyś pisałam krótkie impresje poetyckie, słowne obrazy, więcej świadomej poezji w moich wierszach jest dopiero od kilku lat.

Skąd pomysł na tytuł „PrzenikaNIE WIEM”?

„Nie wiem” to w buddyzmie zen odpowiedź na pytanie-koan: kim jestem. Właściwie to jedyna odpowiedź na wszystkie możliwe pytania. „Nie wiem” to stan umysłu, w którym nie ma oczekiwań, pragnień, w którym istnieje tylko to, co rzeczywiście jest. Po prostu się jest w tym, co się aktualnie dzieje, co się robi. Wiele osób taki stan umysłu osiąga na przykład w obcowaniu z naturą lub

sztuką, odczuwając czysty zachwyt nad światem. Wtedy nie ma nawet pytań. Jest tylko to, co jest. I to jest odpowiedź na pytanie, kim jestem. Tytuł jest przewrotny, gdyż w tej buddyjskiej ścieżce wciąż potykam się o „wiem”, a przenikanie zarówno „wiem”, jak i „nie wiem” istnieje cały czas.

Jaka była reakcja rodziny i przyjaciół na pierwszy tomik twoich wierszy?

Cieszyli się, kibicowali mi. To było 20 lat temu, więc byłam wtedy bardziej niepokorna, przez rówieśników uznawana za trochę zwariowaną, inną. Krytyka też się oczywiście zdarzała. Gdy robisz coś twórczego i spotykasz się z oceną (pozytywną bądź negatywną), to to jest trudne. Twórczości właściwie nie powinno się krytykować, każda wypowiedź artystyczna może być oceniana na wiele różnych sposobów, tak jak wielu jest ludzi i różne gusta.

A jak krytyka odnosi się do twojej twórczości?

Recenzje zarówno „Przypiętych do światła”, jak i „PrzenikaNIE WIEM” były pozytywne. Na etapie powstawania „Przypiętych do światła” szczególnie wspierał mnie jeden z recenzentów, prof. Mirosław Dzień. Po wydaniu tomików nadal otrzymuję informacje świadczące o tym, że ten typ poezji podoba się. Choć nie wszystkim tak samo.



W dzień

*Pamiętasz ją w dzień – wyjście na kawę w południe
wspólny spacer po pracy coraz bardziej znajoma droga
miętkość kanapy i ciała rozchylającego się pod dotknięciem*

*Czasem wieczór pełen przyspieszonego oddechu
z muzyką w tle – bo muzykę na wieczór też pamiętasz
jak smak herbaty prawej piersi ud śmiechu rzadziej łez*

*Nocą zasypiasz w innym miejscu które nazywasz domem
sen wymazuje dzień poprzedni więc rano nie wiesz
sięgasz po telefon tam jest jej imię*

*Znasz ją w dzień – przed południem wyjście na kawę
wieczorem być może jeszcze spacer przed muzyką
zanim minie dzień zapamiętasz ją prawie dokładnie*

Nocą sen

z cyklu Milczenie, 25 I 2015

Do jakiego grona odbiorców adresowane są twoje tomiki?

Są to wiersze dość trudne. Trafiają do ludzi o dużej wrażliwości i świadomości siebie. Pozytywnie zaskoczył mnie ich odbiór przez młodzież. Na moje wieczory autorskie w Książnicy Beskidzkiej i Domu Kultury im. Wiktorii Kubisz młodzież sama wybierała wiersze, które później prezentowała. I wybrała bardzo poważne. Słuchanie tych wierszy było dla mnie niezwykłym przeżyciem. „Przypięte do światła” pisałam częściowo będąc w wieku tych młodych aktorów, ale wiersze „Przenikanie WIEM” mówią o tym, co mnie głęboko boli, dotyczą trudnych spraw, dlatego to było niesamowite.

Kim jesteś z zawodu?

Pracownikiem naukowo-dydaktycznym w wyższej uczelni. Zajmuję się komputerowym modelowaniem zagadnień związanych z oddziaływaniem transportu na środowisko. Uczę ochrony środowiska w transporcie, programowania, informatyki-grafiki.

Fotografia to twoja druga pasja. Czy planujesz wystawę zdjęć?

Nie fotografuję, żeby wystawiać. Wykorzystuję fotografie w prezentacjach multimedialnych łączących obraz, słowo i dźwięk. W taki sposób najczęściej przedstawiam swoje wiersze. Od września zaczęłam także dzielić się tym, co zachwyca mnie u innych, dlatego organizuję wieczory poetyckie ważnych dla mnie poetów amatorów w ramach cyklu „Poezja na wzgórzu”.

Który z twoich wierszy jest ci najbliższy, najbardziej osobisty?

Nie ma takiego. To się zmienia, zależnie od nastroju. Kilka dni temu wiał halny i przypominały mi się wiersze, które pisałam pod wpływem wiatru, a jest ich kilka. Czasem, gdy na coś patrzę lub coś przeżywam, przypominają mi się wiersze już napisane, ale żaden nie jest moim ulubionym na zawsze.

Czy wzorujesz się na innych poetach?

Nie szukam autorytetów, jednak wielu poetów jest moimi mistrzami. Pani prof. Anna Węgrzyniak, która bywa na moich wieczorkach, uważa, że wiersze, które piszę są leśmianowskie. Bardzo mnie to cieszy, bo Leśmian jest jednym z moich ulubionych twórców. Prócz niego lubię m.in. Harasymowicza, Szymborską, Miłosza, Poświatowską, Achmatową.

Zdarzyło ci się obudzić w środku nocy i napisać wiersz?

Tak. Piszę pod natchnieniem, w chwili. Oczywiście pracuję później nad tekstami, czasem je modyfikuję, niekiedy jest to tylko drobna korekta.

Nad czym teraz pracujesz?

Na razie nad tematami naukowymi i jednocześnie odpoczywam po ostatnim tomiku. Praca nad takim zbiorem jest dużym wysiłkiem. Wybranie ograniczonej liczby wierszy z kilkudziesięciu napisanych to niełatwa sprawa. Trzeba wyjść poza emocjonalne przywiązanie do tekstów. Gdy napisze się wiersz, ma się uczucie, że jest jak dziecko. Z jednej strony jest to coś na wskroś własnego, z drugiej – należy już przecieć do świata. Każdy ma prawo zinterpretować go po swojemu. Jednocześnie istnieje obawa, by ktoś go nie skrzywdził. Bardzo trudno publikować swoją poezję.

Dziękuję za rozmowę.

ROZMAWIAŁ ROMAN ANUSIEWICZ
FOT. ROMAN ANUSIEWICZ

LUCYNA BRZozowska

Urodziła się w Bielsku-Białej. Pracuje w Akademii Techniczno-Humanistycznej. Zawodowo związana z naukami technicznymi. Jest autorką i współautorką kilkudziesięciu publikacji naukowych. W 1993 ukazał się jej zeszyt poetycki „Lewitacja i inne wiersze” (Wydawnictwo Zebra). Przez wiele lat publikowała poezję i prozę na portalu poema.pl. W 2007 z grupą przyjaciół założyła stowarzyszenie Iluminacja. Współautorka antologii haiku „Dajmy grać świerszczom” (Wydawnictwo Kontekst, 2013). W 2014 UM w Bielsku-Białej wydał jej tomik poezji „Przypięte do światła”. Także w 2014 ukończyła studia podyplomowe z projektowania graficznego na Wydziale Architektury Politechniki Śląskiej. W ramach dyplomu wykonała projekt graficzny tomiku „Przenikanie WIEM”. Książka została wydana dzięki akcji społecznej na portalu Polakpotrafi.pl i pomocy UM w Bielsku-Białej.

Więcej wierszy na: milczenie-abigail.blogspot.com



FOT. ARCHIWUM TEATRU POLSKIEGO W BIELSKU-BIAŁEJ

CHCĘ LUDZI LECZYĆ ŚMIECHEM

Z **KUBĄ ABRAHAMOWICZEM**, WŁAŚCICIELEM I DYREKTOREM NOWEGO
TEATRU KOMEDII W BIELSKU-BIAŁEJ, ROZMAWIA STANISŁAW BUBIN

Długo odpoczywałeś po odejściu z Teatru Polskiego?

Ani chwili. No, może przez weekend. Mówienie o odpoczynku w sytuacji, w jakiej się znalazłem, to abstrakt. Teraz dopiero zasuwam!

Dlaczego odszedłeś?

Pytają mnie ludzie o to bezustannie. Na pewno nie dlatego, że się na kogoś pogniewałem albo z kimś pożarłem. Nikt mi nie zrobił krzywdy, nie zbuntowałem się, nie rysowała się przede mną czarna przyszłość... Nic z tych rzeczy! Przeciwnie, miałem propozycję zagrania w „Królowej Margot” i w komedii „Kogut w rosole”. Po prostu poszedłem do dyrektora i powiedziałem, że odchodzę z powodów osobistych. I że nie będę „dogrywał” sztuk, w których już grałem, nie będę też występował gościnnie. Na to dyrektor zapytał: Zrywasz z Teatrem Polskim całkowicie? Tak, odparłem, nie pogodzę dotychczasowej pracy z teatrem, o jakim myślę.

Więc odszedłeś z własnej, nieprzymuszonej woli?

Z zamiarem odejścia nosiłem się od dawna, o czym Witek Mazurkiewicz, nasz dyrektor, dobrze wiedział. Nie czekałem na okazję, aż dojrzeję do decyzji, że się coś pojawi, że coś wymyślę. Po prostu odszedłem.

Ryzykowne posunięcie.

Tak. Ktoś, kto odchodzi z teatru mając 55 lat, kto zrywa z etatem po 30 latach pracy, ze spokojem, z pewną pensją na koniec każdego miesiąca, z opłaconym ZUS-em, albo jest niespełna rozumu, albo... lubi wyzwania. Ja lubię. Oczywiście był strach, naturalny w takiej sytuacji, ale nie miałem wyjścia. Czuję coraz bardziej, że przestaję być sobą. Męczyłem się. Powiedziałem więc, że odchodzę, bo chcę dawać ludziom coś innego, rozrywkowego.

Pożegnanie było serdeczne?

Owszem, ponieważ między nami nie ma rywalizacji. Zostali świetni aktorzy, świetni koledzy. Nie wchodzę w niczyje buty. Teatr Polski to jest teatr dramatyczny, misyjny, a ja robię coś innego.

Próbuję zrozumieć powody twojej decyzji. Wypalenie zawodowe?

Nie. Myślałem o odejściu już za dyrekcji Roberta Talarczyka. Grałem główne role i wciąż myślałem, czy to jest to? Nie ma w tym kokieterii. Zawód aktora daje popularność, rozpoznawalność, ale jest też zobowiązaniem wobec publiczności. Czy jestem tym, kim jestem, czy tylko wciąż udaję? Co ludzie



KUBA ABRAHAMOWICZ Z TOMASZEM KOTEM

zyskują w kontakcie ze mną? Co tracą? Weź pod uwagę, że mamy też rodziny. Żony aktorów na pewno tracą. Pogadaj z nimi. Nasze kobiety płacą ogromną cenę za to, że my się realizujemy. Przy każdej bzdurze, którą zagramy, można powiedzieć „misja”, „artyzm”. Czy one mają obowiązek wciąż się nami zachwycać? Pomyślałem: Kuba, trochę więcej pokory! A co daje pokora? Dystans! Zacząłem inaczej patrzeć na to, co robię.

Krótko mówiąc, podjąłeś męską decyzję i poszedłeś na swoje!

We wrześniu, po 15 latach, po raz pierwszy mogłem z żoną pojechać na weekend. Wcześniej wieczorami żona zawsze była sama. Albo miałem próby, albo spektakle, albo trzeba było gdzieś dorobić. Teraz jakby na nowo odzyskałem żonę, zobaczyłem, że istnieje inny świat. Spokój, wspólna praca. Coś zupełnie nowego. Odnajduję siebie w nowej rzeczywistości.

Kiedy zrywałeś z Teatrem Polskim, wiedziałeś, co będziesz robił? Miałeś biznesplan?

Nie! U dyrektora byłem 18 września, a później miałem tylko kilka rozmów z cyklu „co by było, gdyby”. Raczej marzenia niż konkrety. Kiedy 3 grudnia ogłosiłem publicznie, że otwieram teatr, jeszcze nie do końca wszystko było dopięte.

Czemu Teatr Komedii, a nie po prostu Teatr Kuby Abrahamowicza? To przecież zawęży ci pole działania.

Masz rację, fachowcy mówili to samo. Ale uznałem, że u mnie królować będzie komedia. Śmiech, czasami przez łzy, ale śmiech. Tragikomedia, tragifarsa, spektakle satyryczne, różne gatunki, które o czymś mówią. Po prostu nie chcę ludzi obciążać, chcę im dawać radość. W tej formule mieści się nawet Szekspir, oczywiście z komedią. Nie chcę wciąż zastanawiać się nad sensem życia, zmuszać do tego innych, nie chcę psychologizować. Chcę leczyć śmiechem.

Skoro to twój teatr, czy będziesz w nim grał?

Nie mam takich ambicji. Chcę być przede wszystkim sprawnym organizatorem. Od 3 grudnia myślę o ludziach, którzy ze mną współpracują. Żeby mieli satysfakcję z dobrze wykonanej pracy.

Z aktora stałeś się biznesmenem?

Jest chęć działania, jest repertuar i plan finansowy. W tym sensie jestem biznesmenem. Bardzo świeżym, który wciąż się przekonuje, że gdy coś planuje, czasami sprawy toczą się inaczej.

Wziąłeś kredyt na otwarcie teatru?

Nie. Odłożyłem wcześniej trochę pieniędzy, bo nie da się bez nich wystartować. I jestem zaskoczony, jak szybko stopniały.

Teatr zadebiutował monodramem Tomasza Kota „Jak zostać sex guru”. Dlaczego zacząłeś od Kota?

To było przemyślane. Chciałem Tomasza Kota, zawsze mnie fascynował. Nie wiedziałem jednak, że w tym czasie wejdą na ekrany filmy „Bogowie”, „Fotograf” i komedia „Disco polo” – wszystkie z Kotem. Kota było naprawdę dużo, to był jego moment i to mi pomogło. W ciągu 3 godzin poszły bilety. Ludzie od razu przekonali się, że u nas jest inaczej. Sukces był taki, że Kot zgodził się występy u mnie powtarzać.

Nie minęły 3 miesiące i teatr jest znany, jakby istniał „od zawsze”...

To miłe. Mamy w repertuarze Grażynę Bułkę z monodramem „Poczekalnia”, Grupę Rafała Kmity z „Jeszcze nie pora nam spać”, a z łódzkiego Teatru Nowego im. Kazimierza Dejmka przyjechał do Bielska-Białej „Impro Atak!”, by zagrać absolutnie niepowtarzalny spektakl „Produkt krajowy Impro”.

W twoim teatrze zbiegają się wszystkie rzeczy, które do tej pory robiłeś.

Nie wszystko musi być dla kasy i za kasę. Organizujemy wtorki dla emerytów, którzy chcą grać i mówić swoje wiersze, pomoc dla ludzi przygotowujących się do konkursów recytatorskich czy szkół aktorskich, akcje charytatywne. To takie moje szczęście.

Nie masz problemów?



JAK ZOSTAĆ SEX GURU W 247 ŁATWYCH KROKACH



OFICJALNY PLAKAT NOWEGO TEATRU

Kto ich nie ma? Na sztukę Grażyny Bułki przyszło 325 osób. Zastanawiam się, czy ludzie tego chcieli, czy to był sukces wynikający z nowości oferty? Zagraliśmy trzy spektakle i wszystkie poszły przy pełnej widowni.

To powód do radości, nie do zmartwienia. Może zbudujesz własny zespół aktorski?

Nie. Przyszłość takich scen leży w impresariacie. Aktor musi być wolny. Chciałbym też kiedyś reżyserować. Produkcja jest opłacalna. Mam kontakty z kilkoma autorami, którzy gotowi są specjalnie dla mnie pisać sztuki. Żeby to jednak zrobić, muszę mieć kapitał. To jest przedmiotem mojej stałej troski. Trzeba grać i grać. Trzy spektakle Bułki to jest tysiąc osób. One idą w świat, opowiadają. W tym jest szansa i nadzieja. Ludzie, którzy szwendają się po galerii handlowej, trafili do świątyni sztuki, jaką jest teatr. Kiedyś zrobię badania, ilu z nich przyszło do teatru po raz pierwszy? Ilu dla Kota, a ilu dla Abrahamowicza? Kogo zachęciła Grażyna Bułka, która jest przecież stąd? Może zdecydowali się przyjść, bo brakowało im komedii, a może dlatego, że nie musieli się specjalnie ubierać, jak przed pójściem do teatru misyjnego? U mnie krawaty można zdjąć, a w trakcie spektaklu wolno pić kawę i drinki przy stolikach.

Nie robisz teatru koturnowego.

Chcę być blisko ludzi. Nie odgradzam się od nikogo rampą.

Co cię zdumiało, oprócz zaskoczeń pozytywnych?

Bolesne zderzenia z biurokracją. Czasami niesłowność urzędników. Jako aktor, artysta, jestem zaskoczony, jak często w kontaktach z urzędami i firmami trzeba pisać podania, uzasadnienia. Pisma, które mają coś wyjaśniać, a nie wyjaśniają niczego. Dlatego jestem zwolennikiem kontaktów osobistych. Parę razy przekonałem się też, że można sparzyć się na dżentelmeńskich umowach. To dla mnie rzeczy nowe, nieznane. Uczę się poruszać w tym świecie, lecz nie będę pozyskiwał widza na siłę. Chcę go do siebie przekonać.

Jak się sprawdza teatr w galerii handlowej?

Świetnie. Kiedy zobaczyłem, że klub Klimat w Sferze jest w remoncie, że się rozbudowuje, pomyślałem: to znak. Wtedy postanowiłem pójść do dyrektora Teatru Polskiego z rezygnacją. Robię teraz swój teatr. Taki, jaki chcę. Niech inni robią swoje, nikomu nie przeszkadzam i chcę być w porządku wobec swojego poprzedniego miejsca pracy. Jestem zadowolony z tej sceny i z widzów, którzy do mnie przychodzą. Unikam polityki i lokalnych waśni. Chcę grać. Będę też grał latem, kiedy pozostałe dwa teatry bielskie będą na urlopach. Myślę o zorganizowaniu festiwalu teatrów komedii. Najsympatyczniejszy aktor otrzymałby od widzów nagrodę Tuli-Pan. Żyję tymi pomysłami, szukam nowych rozwiązań, cieszę się.

Czy będziesz miał z tego dużo pieniędzy?

Dobre pytanie! Nie wiem. Na razie wszystko oparte jest na kalkulacjach. Może po półroczu będę wiedział coś więcej. Zgłoś się, to ci powiem. Na razie włożyłem swoje pieniądze w organizację sceny i zamierzam działać dalej. Tomasz Kot na pewno będzie do nas przyjeżdżał co miesiąc, aż do czerwca. Bardzo chce i znajdzie na to czas. Przyjęty został znakomicie, rozgłosił to, a dla mnie to najlepsza reklama. Nie tylko dla mnie. Także dla Bielska-Białej, o czym prezydent tego miasta powinien wiedzieć.

Kogo jeszcze zobaczymy u ciebie?

Był mężczyzna ze sztuką o relacjach męsko-damskich, powinna być kobieta. Wkrótce przyjedzie Hanna Śleszyńska z „Kobietą pierwotną”. To studium kobiecej duszy. Rewelacyjna, zabawna sztuka jednego z czołowych litewskich pisarzy. Kolejny inteligentny głos w dyskusji o stosunkach damsko-męskich i kontrpunkt dla sex guru.

Dziękuję ci za rozmowę.



EKSCENTRYCZNA I ROMANTYCZNA

Po raz pierwszy w Bielsku-Białej w piątek 20 lutego pod patronatem *Lady's Club* odbył się pokaz wyjątkowej mody z muzyką na żywo w wykonaniu 4-osobowego zespołu *This Cover Band*. Wyjątkowej, bo przygotowanej przez wyjątkowe malarzki, pracujące w duecie artystycznym Ekscentryczna i Romantyczna. **Iwona Szymczyk** i **Anna Wróbel** tworzą unikatowe, bajecznie kolorowe kolekcje ubrań ze swoimi obrazami. Wyjątkowość tej prezentacji polegała też na tym, że na wybiegu w restauracji *Dworek New Restaurant* w tych pięknych sukniach pojawiło się 9 kobiet biznesu: **Edyta Dwornik** (Agencja Mody Prestige), **Iwona Bartyzel** (Agencja Reklamy Global Marketing Group), **Marta Wawrzyniuk** (Agencja Reklamy Global Marketing Group), **Jolanta Dziedzic-Kwak** (Sanco Design), **Monika Błaszczuk** (Surfin Polska), **Patrycja Fudala** (Twoje Centrum Podróży), **Magdalena Kasprzyńska** (Agencja Eventowa Wydarzenie), **Dorota Skiba** (SKOFF) i **Renata Weber** (Pracownia Krawiecka Weber). Licznie zgromadzona publiczność rzęsiłymi brawami nagrodziła artystki, modelki, stylistki fryzur z salonu *Modern Style Hair & Body*, make-up **Anny Damek** oraz błyskotliwie prowadzącego imprezę **Kubę Abrahamowicza**. Głównym



sponsorem wieczoru było Centrum Skutecznego Odchudzania. Iwona Szymczyk i Anna Wróbel poznały się kilka lat temu w Pracowni Sztuk Pięknych Klubu Best na zajęciach malarstwa prowadzonych przez dr hab. **Krzysztofa Dadaka**. W 2014 stworzyły oryginalny projekt artystyczny, polegający na przenoszeniu swoich obrazów na różne materiały. W ten sposób powstała niezwykła kolekcja artystycznych ubrań. – Nazwałyśmy się Ekscentryczna i Romantyczna ze względu na sposób naszego malowania. Iwonki malarstwo jest bardziej ostre i ekspresyjne. Maluje głównie kobiety, czasem też abstrakcje. Stąd Ekscentryczna. Moje malarstwo jest spokojniejsze, bardziej impresjonistyczne. Maluję głównie kwiaty i szalone

miasta. Stąd Romantyczna – powiedziała nam Anna Wróbel. – Rok temu zrodził się pomysł przenoszenia obrazów na materiały. Wyniknął on z ogromnej miłości do naszych obrazów. Traktujemy je jak dzieci i nie chcemy się z nimi rozstawać. Ponieważ uważamy, że są pełne dobrej energii, chcemy się nimi dzielić z ludźmi, stąd projekt przenoszenia ich na materiały – dodała Iwona Szymczyk.

Wszystkie kreacje zaprezentowane w Dworku od marca dostępne są w studiu *Chianti Luxury & Harmony* przy ul. Modrzewskiego 20 w Bielsku-Białej. Można o nie pytać także telefonicznie: **697 109 107, 604 422 063**, ekscentrycznairomantyczna@gmail.com.

ZDJĘCIA: MAGDALENA OSTROWICKA



PO CO Kobietom gadżety erotyczne?



Przez prawie trzy dekady swojej dziennikarskiej przygody zajmowałam się różnymi tematami, ale najbliższe mojemu sercu są te związane z rozbudzaniem w kobietach swoich pasji, indywidualności, przebudzaniem intymności. I takie tematy w harmonijnej dawce będą pojawiać się na łamach „Lady's Club”. A także związane z medycyną, bo to moja druga pasja. Zauroczył mnie rozwój medycyny. W każdym aspekcie. I możliwości, jakie z sobą



niesie. Fascynuje mnie wszystko, co związane jest z perinatologią i neonatologią oraz przeciwdziałaniem starzeniu się organizmu. Z radością będę dla Was szukać takich tematów i rozgryzać ważne problemy.

BEATA ZNAMIROWSKA-SOCZAWA

ŚWIADOMOŚĆ SWOJEGO CIAŁA

Gdy rok temu z przyjaciółką postanowiłyśmy założyć firmę Kobieta Szczęśliwa, niewiele wiedziałam o gadżetach erotycznych. Kojarzyły mi się głównie z rekwizytami do ostrzejszych form seksu – kajdankami, biczami, opaskami. Moja noga nigdy nie powstała w sex shopie, bo się najzwyczajniej w świecie wstydziłam.

Tymczasem najbardziej znana z produkcji niezbędników erotycznych szwedzka firma Lelo po prostu chce nas, kobiety, jak



najlepiej rozpieszczać. Jestem wielką zwolenniczką tzw. kulek gejszy, które uatrakcyjnają nas seksualnie, bo powodują, że jesteśmy bardziej sprężyste, a przede wszystkim zdrowsze. Ustępują nam różne wstydlive kobiece dolegliwości i do bóle kręgosłupa! Świat nowoczesnych wibratorów, ich kolory, kształty, cudowne w dotyku materiały, z których są zrobione, mogą zachwycić każdą kobietę. I nawet jeśli nie będziemy ich często używać, sama świadomość, że mamy taki osobisty, tylko dla nas, przedmiot w domu, jest niezwykle pociągająca.

Dyskutowaliśmy niedawno w gronie koleżanek, że kobiety mają coraz większe potrzeby, są coraz bardziej świadome swojego ciała, tego, jakich zmysłowych bodźców każda z nas potrzebuje. A mężczyźni chyba przestali za nami nadążać. Co z tym zrobić? Rozmawiać! Jeśli nie powiem swojemu partnerowi, czego potrzebuję, skąd on ma to wiedzieć? Trzeba zerwać z pruderyjnością i po prostu powiedzieć: chcę tego lub tego, zrób mi to lub to. Może go zaskoczę, ale na pewno mu się spodoba moja otwartość. Jeśli się wstydzę, mogę do tego wykorzystać gry erotyczne. Całe ich bogactwo jest na rynku. Ostatnio trafiłam też na czekoladki w kształcie kobiecego biustu, męskiego przyrodzenia i obrazków z Kamasutry. Genialnie wykonane, a do tego smaczne, z pełnej czekolady. Rozdałam je przyjaciółkom obydwu płci. Nie wiem, czy je zjedli, ale byli mocno uradowani. I oczywiście mieliśmy temat do rozmowy, powód do otwarcia się i pogadania o tym, o czym się zazwyczaj nie rozmawia. Więc tak – niezbędники erotyczne są potrzebne, ale po to, by urozmaicać związek, a nie go zastępować.

FRAGMENT Z BLOGA KOBIETY SZCZĘŚLIWEJ



MIŁOŚĆ NA WYCIĄgniĘCIĘ RĘKI

Mając 50 lat, jesteśmy już wolne od pewnych spraw, wypełniłyśmy swoje role społeczne. Teraz powinnyśmy znaleźć czas dla siebie. Na spełnianie skrywanych marzeń, naukę tego, czego nie zdążyłyśmy się nauczyć. I mamy też najlepszy moment, aby przypomnieć sobie, czym jest udany seks. Na rynku ukazała się moja książka „Teraz mogę wszystko” (Wydawnictwo Stasikówka). Przeprowadziłam rozmowy z kobietami i ich partnerami w dojrzałym wieku. Poprosiłam wiele znamienitych osób o podzielenie się wiedzą o zdrowiu, psychice, wyzwaniach, jakie stoją przed kobietami. Głównym celem mojej publikacji było pokazanie dojrzałym kobietom, ile są warte. Przypomnienie, że ciągle są atrakcyjne i mają mnóstwo do zaoferowania. Wiele osób



zapomina albo nie wie, że partner dbający o swoją kobietę, o jej spełnienie, może utrzymywać ją w stanie zakochania do późnej starości – ale musi wiedzieć, jak. I to jest największa magia w życiu. Szczęście na wyciągnięcie ręki.

Trzeba tylko się otworzyć, porozmawiać. Lektura książki na pewno tę wiedzę Wam przybliży. Jeśli chcesz, zamów ją teraz, tel. **661 081 888**. Świetna lektura dla kobiet dojrzałych... i nie tylko.

CZYTANIE PRZYSZŁOŚCI Z LICZB

Cyfrologia to bardzo stara nauka oparta na Kwadracie Saturna, wymyślonym przez lud sumeryjski. Ludzie zamieszkujący dawną Mezopotamię, obszar odpowiadający częściowo dzisiejszemu Irakowi, mieli bogatą wiedzę matematyczną i astrologiczną. Zawdzięczamy im m.in. podział godzinowy i system zodiakalny. Stworzyli też cyfrologiczny Kwadrat Saturna, w którym umieszczono 9 cyfr – w taki sposób, że suma wzdłuż linii pionowych, poziomych i przekątnych wynosi zawsze 15:

4 9 2
3 5 7
8 1 6

Niewiele osób zna sztukę odczytywania przyszłości i cech charakteru z tego kwadratu. Potrafi to tarocistka Mariola Iglicka (na zdjęciu), która może na podstawie wyliczeń z Kwadratu Saturna określić na przykład, co można, a czego nie można robić w danym dniu, miesiącu lub roku, kiedy powinniśmy podjąć ważną decyzję, np. o zmianie miejsca zamieszkania albo pracy, jaki jest najkorzystniejszy moment na zawarcie związku małżeńskiego. Może też określić, jakie w danym roku będą dla nas miesiące korzystne do realizacji zamierzeń. – Kwadrat cyfrologiczny budujemy w oparciu o datę urodzenia osoby. Mogę na jego podstawie powiedzieć także, jakie są tej osoby najważniejsze cechy charakteru, czym kieruje się w życiu, a czym powinna, powiedzieć, jakie ma silne i słabe miejsca w organizmie. Praca z kwadratem jest fascynująca. Zarówno dla mnie, jak i dla osoby, której przygotowuję ocenę cyfrologiczną. Przypomina nieco pokrewną astrologię – mówi Mariola Iglicka.

Według Kwadratu Saturna ja jestem jedynką w domu ósemki, co przekłada się na mój przywódczy i energiczny sposób działania. Jestem odporna psychicznie i fizycznie, uwielbiam wyrażać miłość i odczuwać przyjemność, ale muszę uważać, aby nie stać się despotką. O prognozach na cały rok nie wspomnę. W końcu każdy chce takie wiadomości zachować dla siebie. To, co można wyczytać z dziewięciu logicznie poukładanych cyfr jest zdumiewające. Każdemu polecam tę magiczną zabawę. Warto umówić się z Mariolą Iglicką – tel. **505 879 708**.

WWW.KOBIETASZCZESLIWA.PL

REKLAMA



- SPRAWY OBYCZAJOWE
- SPRAWY ROZWODOWE
- SPRAWY ALIMENTACYJNE
- POSZUKIWANIE OSÓB

- SPRAWY PRACOWNICZE
- SPRAWY KRYMINALNE I WIELE INNYCH

Profesjonalnie, Rzetelnie, Dyskretnie



DIETETYK RADZI

OCZYŚĆ ORGANIZM NA WIOSNĘ

WIOSNA TO IDEALNY CZAS NA PORZĄDKI I ZMIANY. ZMIANY MOGĄ DOTYCZYĆ NIE TYLKO DOMU, ALE I NAS SAMYCH. PORA POZBYĆ SIĘ PRZYROSTÓW PO ZIMOWYM LETARGU. NADWAGI! KAŻDY POLAK W CZASIE ZIMY PRZYBIERA NA WADZE OKOŁO 2 KILOGRAMÓW.

JUSTYNA CIEŚLICA

Jeśli masz ochotę na małą rewolucję, zachęcam do przeprowadzenia jej najpierw w łódźce i na talerzu. Te pierwsze posunięcia zmuszą nas do zrobienia kolejnych, na przykład w szafie – ze względu na konieczność przejrzenia garderoby. Tak więc mała zmiana może zapoczątkować całą serię. Jak do wszystkiego, należy jednak do niej podejść rozsądnie. Możemy sobie wyrządzić krzywdę, stosując diety nieuzasadnione, wywołujące stres i rozdrażnienie, a w rezultacie powrót do poprzedniej wagi.

PRZED ROZPOCZĘCIEM DIETY WARTO ZADAĆ SOBIE PYTANIE, co mamy na celu. Ja zachęcam do diety oczyszczającej, ponieważ spełnia ona założenia każdej prawidłowo przeprowadzonej zmiany sposobu żywienia. Usuwa toksyny z organizmu, przywraca naturalną florę bakteryjną, niszczy jednocześnie patogenną, pozwala zredukować kilka kilogramów tkanki tłuszczowej, równoważy gospodarkę kwasowo-zasadową. Wśród pań najpopularniejszą metodą nie tyle odchudzania, co oczyszczania organizmu jest głodówka. Powoduje ona jednak silne zakwaszenie organizmu, niekiedy dolegliwości bólowe (np. migrenowe bóle głowy), czy nawet omdlenia. Oprócz tego głodówka wpływa na obniżenie tempa przemiany materii, co niejednokrotnie kończy się przybraniem kilku kilogramów po jej zakończeniu. Największym ryzykiem jest możliwość tworzenia się kamieni w nerkach pod wpływem kwasicy, czyli spadku poziomu potasu, sodu i magnezu we krwi.



ZDECYDOWANIE WIĘCEJ TOKSYN Z ORGANIZMU

jesteśmy w stanie usunąć przez zastosowanie diety obfitej w błonnik pokarmowy. Powoduje ona szybsze przesuwanie się treści pokarmowej w jelitach, wydalanie toksyn nierozpuszczalnych w wodzie, a rozpuszczalnych w tłuszczach. Należy jednak pamiętać, że to, co zebraliśmy w organizmie w ciągu kilku lat, nie zostanie z niego usunięte w kilka dni, choćbyśmy zastosowali najlepszą dietę oczyszczającą i zjedli ogromne ilości błonnika pokarmowego.

Najważniejszą zasadą każdej diety, mającej nie tylko oczyścić organizm, ale także spowodować zmniejszenie masy ciała, jest regularność. Na diecie należy być osobą konsekwentną i systematyczną, przede wszystkim w jedzeniu posiłków. Bez paliwa, choćby minimalnego, organizm nie będzie chciał robić niczego więcej ponad to, co musi robić, niezależnie od tego, czy ma odpowiednie dostawy energii, czy też nie. Nie lubi się z reguły przepracowywać, w związku z tym ograniczy do minimum spalanie tkanki tłuszczowej. Znaczne ograniczenie ilości kalorii w diecie, na przykład przez spożywanie tylko owoców i warzyw, może skończyć się zmęczeniem, rozdrażnieniem i obniżeniem tempa przemiany materii, co skutkować będzie efektem jo-jo.



NIEZALEŻNIE OD DIETY, TYLKO KONSEKWENCJA I REGULARNOŚĆ MOGĄ SPOWODOWAĆ ZMNIEJSZENIE MASY CIAŁA

Nie oznacza to jednak, że w naszej diecie nie powinny znaleźć się warzywa i owoce. Przeciwnie, muszą stanowić znaczną część dziennego jadłospisu, w każdym posiłku, ponieważ dostarczają składników odżywczych, których brakowało nam w zimie. Do owoców mających właściwości odtruwające należą cytryny, jabłka, śliwki, winogrona, ananasy i grejpfruty. Do odtruwających warzyw zalicza się seler, buraki, kapustę, brokuły i marchew.

NA WIOSNĘ WARTO WPROWADZIĆ DIETĘ ZBILANSOWANĄ, zrównoważoną, w której posiłki pojawiać się będą systematycznie co 2,5-3 godz. Jak najwięcej powinno się w niej znaleźć dań płynnych (koktajle i zupy), które nie obciążają układu trawiennego. Warto też zastanowić się nad rozpoczęciem każdego dnia od wypicia szklanki wody z cytryną i posiekany imbir. Taki napój przyspiesza tempo przemiany materii i pobudza usuwanie tego, co zalega w jelitach. Do tego celu służą także woda i soki. Wypijanie 2 litrów wody w ciągu dnia powinno stać się naszym standardem. Oprócz wody mineralnej pijmy również świeżo wyciśnięte



W NASZEJ ZBILANSOWANEJ DIECIE POWINNO SIĘ ZNALEŻĆ JAK NAJWIĘCEJ DAŃ PŁYNNYCH, ZUP I KOKTAJLI

soki owocowo-warzywne oraz herbatki owocowe lub ziołowe. Jednocześnie powinniśmy zdecydowanie ograniczyć lub wykreślić z listy płynów kawę, mocną herbatę, wódkę, piwo, wino, napoje energetyzujące. To nie koniec listy. Przyszkołą dla samooczyszczenia organizmu są produkty z wysoką zawartością soli, drożdży, cukru w każdej postaci (słodzycze, miód). Oprócz tego sery pleśniowe, orzeszki ziemne solone, suszone owoce, produkty przetworzone zawierające konserwanty.

OCZYSZCZANIE ORGANIZMU NIE JEST ŁATWE, ale najważniejsze jest podjęcie walki, nawet jeśli na początku będzie nam się wydawać, że walczymy z wiatrakami. Wiosna służy zmianom, postanowieniom i ogólnej chęci działania, dajmy więc sobie szansę na znalezienie odpowiedniej diety. Bo tak właśnie powinniśmy zrobić – nie sugerować się modą, opiniami innych czy czynnikami zewnętrznymi. Jeśli nie potrafimy tego zrobić samodzielnie, warto skonsultować się z dietetykiem. Na tym właśnie polega jego praca – na znalezieniu odpowiedniej formuły dla pacjenta, którą będzie mógł z powodzeniem stosować i dzięki temu oczekiwać skutecznych efektów.

JUSTYNA CIEŚLICA

Ekspert ds. żywienia, dietetyk, konsultant żywieniowy, biotechnolog żywności. Prowadzi indywidualną praktykę zawodową. Współpracuje z siecią poradni dietetycznych. Tytuł inżyniera biotechnologii zdobyła na Wydziale Nauk o Żywności Uniwersytetu Przyrodniczego we Wrocławiu. Aktualnie kontynuuje naukę w Szkole Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie na Wydziale Nauk o Żywieniu Człowieka i Konsumpcji (kierunek: żywienie człowieka i ocena żywności, specjalizacja: dietetyka). Uczestniczy w licznych konferencjach, szkoleniach i zjazdach dotyczących indywidualnego poradnictwa żywieniowego, żywienia i suplementacji w sporcie, żywienia w alergiach i nietolerancjach pokarmowych, a także odżywiania dzieci, młodzieży i kobiet w ciąży.



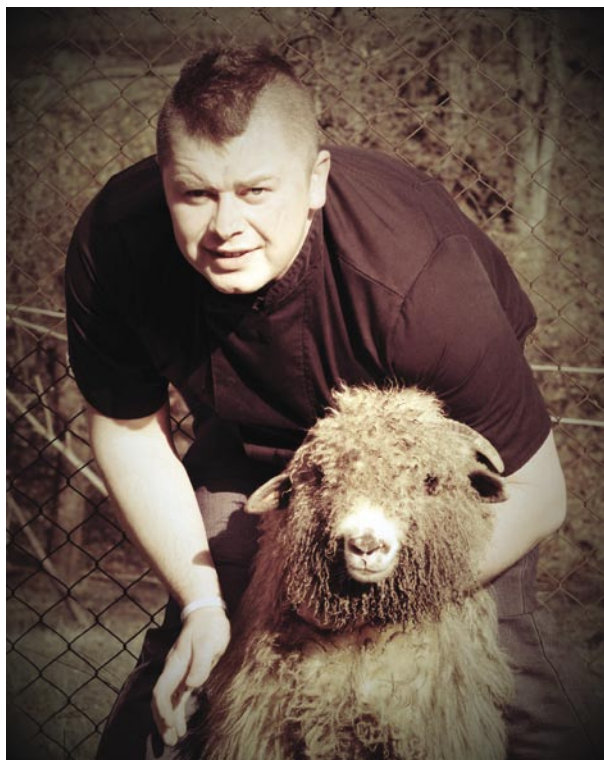
BARANINA

NIEDOCENIONY SMAK BESKIDÓW

W JEDNYM ZE SKLEPÓW MIĘSNYCH SPRZEDAWCZYNI ZAPROPONOWAŁA MI NIEDAWNO PASZTET Z CIELĘCINY. Z TAK ZWANEJ „CIELĘCINY”, BO MIĘSA BYŁO W NIM 5%. NA KAŻDYM KROKU JESTEŚMY FASZEROWANI TANIĄ WIEPRZOWINĄ, MASOWO PRODUKOWANYM DROBIEM I OSZUKAŃCZYMI WYROBAMI. A GDZIE JAKOŚĆ, GDZIE SMAK? GDZIE MIEJSCE DLA RODZIMEJ, NATURALNIE WYPASANEJ BARANINY I JAGNIĘCINY?

BARTOSZ GADZINA

Polacy należą do narodu mięsożernego. Statystyczny mieszkaniec naszego kraju spożywa ponad 45 kg wieprzowiny rocznie, około 25 kg drobiu i niespełna 7 kg wołowiny. Baraniny czy jagnięciny większość z nas w ogóle nie widziała na stole, choć są to mięsa najzdrowsze, najmniej modyfikowane z racji wolnego wypasu. Ludzie starsi krzywią się, bo pamiętają mięso baranie śmierzdzące i niesmaczne. Przekaz ten, niestety, ciągle działa. Dawniej baranie mięso takie było, ponieważ w PRL-u do uboju trafiały zwierzęta stare, które wcześniej dostarczały głównie runa wełnianego. Niewiele osób potrafiło też obchodzić się z takim mięsem. Tylko na Podhalu i w Beskidach kucharze potrafią dobrze przyrządzić mięso ze starszych zwierząt. Zapach i aromat w górach nikomu nie przeszkadzają, wręcz kuszą turystów, by choć raz w życiu spróbować potraw przygotowanych z baraniny. Jeśli się na nie trafi, bo w ciągu kilku dekad pogłowie owiec w Polsce drastycznie spadło. Rodzimą jagnięcinę i baraninę wyparły mięsa



mrożone z Nowej Zelandii, które wcale nie są lepsze od rodzimych, choć marketingowcy wmawiają nam, że jest inaczej.

Tymczasem baranina, a przede wszystkim jagnięcina od polskich hodowców, zbierają laury w innych krajach UE, gdzie są doceniane za naturalny wypas, walory smakowe i prozdrowotne.

Każde mięso ma swój smak, aromat i właściwości. Podobnie jest z baraniną i jagnięciną. W przypadku tych mięs ważny jest wiek zwierzęcia. Najcenniejsza jest jagnięcina mleczna. Jest mięsem chudym, bez intensywnego zapachu. Zwierzęta kilkutygodniowe, pożywające się tylko mlekiem matki, są delikatne, a ich mięso nie wymaga długiej obróbki. Wciąż znajdują się na nie chętni, mimo wysokiej ceny. Mięso młodych owiec, które zaczęły przeżuwać, nabiera charakterystycznego smaku. Zależnie od miejsc wypasu, przechodzi aromatem konkretnych pastwisk. Z ich wiekiem bywa różnie. W sprzedaży dostępne są mięsa zwierząt ubitych między 6 a 12 miesiącem życia (niektórzy uważają, że 10 miesięcy dla jagnięciny to wiek optymalny, wszystko co powyżej winno być zwane baraniną). Roczne zwierzęta posiadają już warstwę tłuszczu na tyle dużą, że smak i aromat mięsa są już bardziej wyczuwalne. Tłuszcz w masie mięsniowej jest głównym nośnikiem smaku, a ten w baraninie jest specyficzny. Można jednak tak ją przygotować, by wyszło nam na korzyść. Te zwierzęta nie chorują na nowotwory, a to za sprawą witaminy B13, zwanej kwasem orotowym, znajdującej się w tkankach i mleku owiec. Wypasane na naturalnych łąkach, bez hormonów i antybiotyków, wytwarzają ten kwas, który zapobiega namnażaniu komórek nowotworowych i chroni wątrobę. To nie wszystkie walory tych zwierząt. Tłuszcz w mięsie z młodych zwierząt to głównie wielonienasycone kwasy tłuszczowe. Jest to tłuszcz zdrowy, porównywalny z tłuszczem ryb morskich. Z kolei kwas linolowy typu omega-6 obniża stężenie złego cholesterolu we krwi. Reguluje też metabolizm glukozy, co powinno zachęcić do jedzenia jagnięciny osoby chorujące na cukrzycę. Mięso baranie bogate jest też w tiaminę, wspomagającą cholinę w układzie nerwowym, zwiększającą odporność na stres i poprawiającą nasze samopoczucie. Wysoki poziom L-karnityny powinien zachęcić osoby pragnące zrzucić zbędne kilogramy, ponieważ przyspiesza spalanie tłuszczu.

Wszystko przemawia zatem za jagnięciną i baraniną, mimo że nie jest łatwo dostępna. Warto jednak poszukać jej w naszej okolicy. Niektóre sklepy z naturalnymi i lokalnymi produktami mają w ofercie mięso tych zwierząt. A jeśli spożycie baraniny wzrośnie, na pewno wzrośnie też hodowla, która niegdyś w Polsce sięgała kilkunastu milionów owiec.

Autor jest kucharzem, właścicielem Beksien Bistro na starówce w Bielsku-Białej

PRZEPIS BARTOSZA DLA 4 OSÓB NA ŁOPATKĘ BARANIĄ CONFIT* Z KASZĄ JAGLANĄ I OLIWĄ ROZMARYNOWĄ



- 1 KG ŁOPATKI BARANIEJ BEZ KOŚCI, LECZ Z TŁUSZCZEM
- 1 KG GĘSIEGO TŁUSZCZU LUB 1 L DOBREGO OLEJU RZEPAKOWEGO
- 100 ML OLEJU LNIANEGO
- 300 G DOBREJ KASZY JAGLANEJ
- 1 GŁÓWKA CZOSNKU
- 4 ŚREDNIE GAŁĄZKI ROZMARYNU
- 2 GAŁĄZKI TYMIANKU
- 4 SZALOTKI
- 1 CUKINIA
- 1 CYTRYNA
- 1 PĘCZEK DYMKI
- SÓL MORSKA
- PIEPRZ W ZIARNACH

Przepis ten jest mniej skomplikowaną wersją dania serwowanego w Beksien Bistro. Włączamy piekarnik i ustawiamy na ok. 120 st C. Świeżą łopatkę wiążemy sznurkiem, by uzyskać coś na kształt rolady (można użyć siatki rzeźniczej, będzie łatwiej). Dość dobrze solimy z każdej strony. Jeśli będzie duża, możemy zrobić ją w mniejszych kawałkach. Rozgrzewamy rondel lub garnek, w którym łopatka musi się zmieścić, i równomiernie obsmażamy na złoto-brązowo. Następnie zalewamy mięso rozpuszczonym tłuszczem, by je zakryć. Wrzucamy rozgnieciony czosnek, zachowując jeden ząbek, kilka ziaren pieprzu, listki z dwóch gałązek rozmarynu i tymianek. Przykrywamy pokrywką, ewentualnie szczelnie owijamy folią aluminiową. Całość stawiamy na małym gazie do osiągnięcia temperatury tłuszczu 70-80 st. W takiej temperaturze łopatka powinna powędrować do piekarnika na nie mniej niż 6 godzin.

W tym czasie w lekko osolonej wodzie gotujemy kaszę jaglaną, następnie płuczemy ją pod zimną wodą. Do oleju lnianego dodajemy drobno posiekany rozmaryn (same listki) i startą skórkę z wcześniej sparzonej cytryny. Delikatnie podgrzewamy, uważając, by się nie zagotował (temp. 60-70 st. będzie odpowiednia). Pozostawiamy przez 10 min. i odstawiamy do ostygnięcia. Posłuży jako lekkie złamanie smaku baraniny.

Gdy łopatka będzie prawie gotowa, na patelnię wlewamy odrobinę tłuszczu z łopatki i wrzucamy drobno posiekane szalotki i ząbek czosnku. Następnie dodajemy ugotowaną kaszę jaglaną i delikatnie prażymy. Pod koniec dodajemy pokrojoną w drobną kostkę cukinię i cebulę dymkę. Całość doprawiamy solą, pieprzem i sokiem z cytryny. Łopatkę można podać bezpośrednio. Można też przygotować ją wcześniej, ostudzić, podzielić na porcje i przed podaniem obsmażyć jeszcze raz.

* Confit – z fr. konserwować. To stara metoda przygotowania mięsa i konserwowania go w tłuszczu. Dzięki temu mięso może leżakować kilka miesięcy i nie ulec zepsuciu. Konserwowanie wpływa również na jakość mięsa, dzięki niemu staje się bardziej kruche i delikatne.



CZY NASZA JESIEŃ ŻYCIA BĘDZIE WESOŁA I BOGATA? POLSKIM EMERYTUOM, NIESTETY, WCIĄŻ DALEKO DO STANDARDU EUROPEJSKIEGO. TO PRZEWAŻNIE NIEZBYT WIELKIE KWOTY, POZWALAJĄCE JEDYŃE NA PRZEŻYCIE

ZUS SKĄD SIĘ BIORĄ EMERYTURY?

W POLSCE JEST PRAWIE 5 MILIONÓW EMERYTÓW. CO MIESIĄC ZAKŁAD UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH WYPŁACA IM ŚWIADCZENIA. ŁĄCZNA KWOTA WYPŁACANYCH MIESIĘCZNIE EMERYTUR SIĘGA 10 MLD ZŁ. SKĄD POCHODZĄ ŚRODKI NA WYPŁATĘ ŚWIADCZEŃ? NA JAKIE EMERYTURY MOGĄ LICZYĆ OSOBY PRACUJĄCE? OD CZEGO BĘDZIE ZALEŻEĆ ICH WYSOKOŚĆ? NA TE PYTANIA ODPOWIADA **ZOFIA MUCZKO**, ZASTĘPCA DYREKTORA ODDZIAŁU ZUS W CHORZOWIE.

Skąd ZUS bierze co miesiąc 10 miliardów na wypłatę emerytur?

Środki finansowe na wypłatę emerytur pochodzą ze składek osób aktualnie pracujących, zgodnie z obowiązującym w Polsce, jak i w większości innych krajów, systemem repartycyjnym. System polega na tym, że pracująca część społeczeństwa bierze na siebie utrzymanie wszystkich emerytów i rencistów, zgodnie z ideą solidaryzmu międzypokoleniowego. Współcześnie, kiedy interes jednostki często stawiamy nad interesem ogółu, solidaryzm nie jest zbyt popularny, pozostaje jednak wciąż aktualny



ZOFIA MUCZKO

– wszyscy przecież z wiekiem tracimy siły i musimy korzystać z pomocy innych ludzi, opieki czy infrastruktury utrzymywanej przez nas wszystkich.

Zatem składki młodych osób nie są gromadzone na ich przyszłe emerytury, tylko od razu wypłacane są ich dziadkom?

Składki emerytalne co miesiąc zapisywane są na indywidualnych kontach, prowadzonych przez ZUS dla każdego ubezpieczonego. Jeśli dana osoba jest członkiem Otwartego Funduszu Emerytalnego, to część tej składki jest przekazywana do OFE. Natomiast po-

została kwota faktycznie jest wypłacana obecnym emerytom. Jest tak od samego początku, czyli od końca XIX w. Systemy emerytalne tak funkcjonują i będą funkcjonowały w przyszłości. Emerytury dzisiejszych 20-, 30-latków będą w przyszłości finansowane ze składek ich wnuków.

W takim razie jak zostaną obliczone emerytury współczesnych 30-latków? Czy tak samo, jak ich dziadków?

Żeby pokazać różnice, trzeba sięgnąć do historii. Przed reformą systemu emerytalnego wysokość emerytury zależała od zarobków z wybranych lat kariery zawodowej, okresu podlegania ubezpieczeniom i przeciętnej płacy w Polsce. Taki sposób wyliczania nazywamy systemem zdefiniowanego świadczenia, zgodnie z którym wysokość pobieranej emerytury nie jest powiązana bezpośrednio z sumą wpłaconych składek. W tamtym systemie istniało wiele możliwości przejścia na wcześniejszą emeryturę, przy zachowaniu tej samej wysokości świadczenia. To powodowało, że w kontekście wydłużania się przeciętnego trwania życia, wydatki na emerytury stale rosły. Zmniejszał się bowiem okres płacenia składek w porównaniu z wydłużonym okresem pobierania świadczeń. Ten system uznawany był za zbyt kosztowny i niesprawiedliwy, a co gorsze – groził załamaniem finansowym w perspektywie kilkunastu lat. Reforma emerytalna z 1999 r. wprowadziła wiele zmian w systemie. Kluczowe było zastąpienie zdefiniowanego świadczenia na zdefiniowaną składkę, czyli uzależnienia wysokości przyszłej emerytury od sumy wszystkich wpłaconych składek w całym okresie aktywności zawodowej i dalszego trwania życia. Emerytury z nowego systemu są obliczane według prostego wzoru: sumę wszystkich składek emerytalnych, zgromadzonych przez całą karierę zawodową, dzielimy przez przewidywane dalsze trwanie życia (ogłaszane corocznie przez GUS) i otrzymujemy wysokość miesięcznej emerytury. W taki właśnie sposób będzie wyliczana emerytura dzisiejszych 30-latków. Dodam, że składki zapisa-

ne na koncie emerytalnym podlegają waloryzacji, dzięki czemu nie tracą na wartości.

Dość powszechnie mówi się, że w przyszłości emerytury będą niższe od wypłacanych dzisiaj. Czy to prawda?

Aktualny sposób wyliczania emerytur z pewnością jest bardziej przejrzysty, dostosowany do demografii i współczesnych wyzwań. Jest także bardziej sprawiedliwy: w starym systemie składki płaciliśmy przez cały okres zatrudnienia, ale do wyliczenia emerytury braliśmy tylko 10 najlepszych lat. Teraz emerytura zależy od składek zgromadzonych przez wszystkie lata pracy. W systemie zdefiniowanej składki zachodzą dwie proste zależności: emeryturę będziemy mieć tym wyższą, im więcej składek zgromadzimy i im dłużej będziemy pracować. Zatem bezpośredni wpływ na wysokość przyszłej emerytury ma suma odprowadzanych składek. Im wyższa podstawa wymiaru składek (czyli osiągnięty zarobek), tym wyższa odprowadzana składka, a tym samym wyższa emerytura w przyszłości. Drugi czynnik, wpływający na wysokość emerytury, to wiek, w którym będziemy na nią przechodzili. Tak naprawdę sami jesteśmy odpowiedzialni za to, jak będzie wyglądała nasza przyszła emerytura. Pracujemy na nią przez całe życie.

Możemy więc kontrolować swoją przyszłą emeryturę?

Jak najbardziej! Nie wychodząc z domu i korzystając z własnego komputera, przez internet. Służy do tego Platforma Usług Elektronicznych ZUS – no-

woczesne i funkcjonalne elektroniczne narzędzie. Wystarczy założyć profil na PUE i można śledzić wszystkie zapisy znajdujące się na indywidualnym koncie ubezpieczonego. W ten sposób możemy sprawdzić, czy nasz pracodawca odprowadza składki w prawidłowej wysokości, ile kapitału emerytalnego zgromadziliśmy do tej pory i wyliczyć hipotetyczną emeryturę.

Nie trzeba w tej sprawie przychodzić do ZUS?

Aby korzystać z PUE, konieczna jest tylko jedna wizyta w ZUS – przy zakładaniu profilu niezbędne jest potwierdzenie tożsamości. W tym celu trzeba się zgłosić do ZUS z dowodem tożsamości. A później możemy do woli korzystać z dobrodziejstw internetu. Oczywiście każda osoba mająca jakiś problem zawsze może przyjść do Oddziału ZUS, gdzie pracownicy służą radą, pomocą i niezbędnymi informacjami. Można także zwracać się do ZUS z pytaniami w formie tradycyjnej, pisemnej.

Wspomniała pani o hipotetycznej emeryturze. Na ile ona jest precyzyjna? Czy może ulec zmianie i jakie czynniki mogą na to wpływać?

Czynników, które mogą wpłynąć na to, czy nasza emerytura będzie zbliżona do hipotetycznej, jest kilka. Przede wszystkim nasze zatrudnienie. Fundamentem systemu emerytalnego jest przecież praca, z której osiągamy przychody i opłacamy składki. Ważne są również czynniki makroekonomiczne, na przykład inflacja i poziom zatrudnienia. Tak więc emerytura będzie także od naszej aktywności zawodowej i troski o przyszłość.

PYTAJ A ODPOWIE

Eksperti ZUS są do dyspozycji Czytelników. Na stronie internetowej www.ladysclub-magazyn.pl znajdziecie 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* w dalszym ciągu będziemy zamieszczać artykuły przybliżające system ubezpieczeń społecznych i wyjaśniające zawiłości aktualnych przepisów.



W RAMACH NAUKI PRZEDSIĘBIORCZOŚCI UCZNIOWIE ZESPOŁU SZKÓŁ BUDOWLANYCH UCZESTNICZĄ W LEKCIACH POŚWIĘCONYCH UBEZPIECZENIOM W CHORZOWIE

OD BISMARCKA DO KRÓLEWSKIEJ HUTY

NAJWIĘKSZA ŚLĄSKA UBEZPIECZALNIA

DZIEJE INSTYTUCJI UBEZPIECZENIOWEJ W CHORZOWIE, ZWANYM DAWNIEJ KRÓLEWSKĄ HUTĄ (OD NIEM. KÖNIGSHÜTTE, W LATACH 1922-1934 KRÓLEWSKA HUTA) SĄ DŁUŻSZE OD 80-LETNIEJ HISTORII ZAKŁADU UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH – I CHOĆBY Z TEGO WZGLĘDU WARTO JE OPISAĆ. SIĘGAJĄ LAT 20. MINIONEGO WIEKU. PO LATACH ZABORÓW ZAKŁAD UBEZPIECZEŃ W KRÓLEWSKIEJ HUCIE ZORGANIZOWANY ZOSTAŁ CAŁKOWICIE OD PODSTAW.

ZBUDOWANIE PIERWSZEJ POLSKIEJ UBEZPIECZALNI NA ŚLĄSKU wymagało ogromnego wysiłku organizacyjnego i finansowego ze strony nowych, niedoświadczonych władz wojewódzkich i kadr urzędniczych. Ich zaangażowanie przyniosło jednak oczekiwany skutek – w okresie międzywojennym Zakład Ubezpieczeń w Królewskiej Hucie stał się największą (obok Spółki Brackiej w Tarnowskich Górach) instytucją ubezpieczeniową w województwie śląskim i jedną z największych w Polsce.

POD KONIEC XIX WIEKU GÓRNY ŚLĄSK, znajdujący się pod zaborem, objęty był pruskim ustawodawstwem regulującym ubezpieczenia społeczne. Z inicjatywy kanclerza Ottona von Bismarcka wydane zostały trzy ustawy:

- w 1883 o przymusowym ubezpieczeniu na wypadek choroby (wprowadziła świadczenia lecznicze i zasiłki pieniężne; na jej podstawie powołane zostały samorządowe kasy chorych na szczeblu lokalnym, zakładowym i zawodowym),
- w 1884 o ubezpieczeniu od nieszczęśliwych wypadków (zapewniła środki do życia ofiarom wypadków przy pracy i ich rodzinom),
- w 1889 o ubezpieczeniu rentowym na okoliczność starości i inwalidztwa (objęła robotników i niżej uposażonych pracowników umysłowych, a od 1899 także robotników rolnych).

W Niemczech od 1911 funkcjonowało również ubezpieczenie emerytalno-rentowe urzędników prywatnych. Ustawy te

stanowiły pierwszy w Europie całłościowy system ubezpieczeń społecznych o charakterze przymusowym, finansowany zarówno przez robotników, jak i pracodawców.

28 czerwca 1919 roku mocarstwa sprzymierzone z jednej strony, a Niemcy z drugiej podpisały w Wersalu traktat pokojowy. Traktat regulował także kwestie związane z ubezpieczeniami społecznymi osób zamieszkujących ziemie będące dotąd pod władaniem pruskim. Chodziło o to, aby na tych terenach zachować dotychczasowe rozwiązania i zobowiązania, wynikające z niemieckiej ordynacji ubezpieczeniowej.

Z CHWILĄ PODZIAŁU GÓRNEGO ŚLĄSKA MIĘDZY POLSKĄ A NIEMCY w 1921 roku zapisy te znalazły zastosowanie w odniesieniu do państwa polskiego. Wypełniając zobowiązania traktatowe, rządy polski i niemiecki podpisały w Genewie konwencję górnośląską. Zakładała ona zachowanie przepisów niemieckiego prawa materialnego w polskiej części Górnego Śląska przez 15 lat. W konwencji dokładnie określono prawa i obowiązki instytucji ubezpieczeniowych, osób ubezpieczonych i ich rządów po podziale Górnego Śląska.

Na górnośląską część województwa śląskiego rozciągnięto w czerwca 1922 przepisy ordynacji ubezpieczeniowej Rzeszy z 1911 roku. Na mocy statutu województwa śląskiego z 15 lipca 1920 roku, kompetencje w zakresie ubezpieczeń społecznych na Górnym Śląsku należały do władz wojewódzkich i mogły być przejęte przez Sejm RP dopiero wtedy, gdy w całej Rzeczypospolitej ubezpieczonym i świadczeniobiorcom zostanie zapewnione lepsze lub przynajmniej takie samo zaopatrzenie jak to, które obowiązywało na Śląsku.

WŁADZE WOJEWÓDZTWA ŚLĄSKIEGO PORADZIŁY SOBIE ze zbudowaniem systemu ubezpieczeniowego. Ubezpieczenia na wypadek choroby pozostały w gestii dotychczasowych kas chorych. Rozstrzygnięcia wymagała natomiast kwestia pozostałych rodzajów ubezpieczeń. Początkowo planowano utworzenie trzech odrębnych zakładów ubezpieczeniowych, które przejęłyby zadania niemieckich spółek zawodowych, Śląskiej Ubezpieczalni Krajowej we Wrocławiu i Państwowej Ubezpieczalni dla Funkcjonariuszy Prywatnych w Berlinie. Jednak biorąc pod uwagę niewielki obszar Górnego Śląska i kierując się doświadczeniami wcześniej przyłączonego do Polski regionu poznańskiego, władze postanowiły zastosować nowe rozwiązania. Tymczasowa Rada Wojewódzka rozporządzeniami z 28 czerwca i 12 września 1922 powołała do życia jeden – dla wszystkich rodzajów ubezpieczeń – Zakład Ubezpieczeń Społecznych Województwa Śląskiego w Królewskiej Hucie, zorganizowany w 3 wydziały. Wydział I przejął funkcje niemieckich spółek zawodowych w zakresie ubezpieczenia od wypadków. Wydział II realizował kompetencje ubezpieczenia inwalidzkiego robotników, a Wydziałowi III powierzono zadania ubezpieczenia pracowników umysłowych.

Wcześniej, w czerwcu 1922, utworzono jeden zarząd i jedną radę administracyjną dla całego zakładu. Struktura została jednak szybko zmieniona: 12 września 1922 Tymczasowa



W SIEDZIBIE ZUS WARTO ZOBACZYĆ WYSTAWĘ HISTORYCZNYCH PAMIĄTEK Z DZIEJÓW ŚLĄSKIEJ UBEZPIECZALNI

Rada Wojewódzka wydała rozporządzenie, na mocy którego utworzono wspólny zarząd i radę administracyjną dla Wydziału I i II oraz osobny zarząd (dyrektorium) i odrębną radę administracyjną dla Wydziału III. Na czele zakładu stał dyrektor ZUS, mianowany przez wojewodę, pełniący jednocześnie funkcję przewodniczącego obydwu zarządów. Pierwszym dyrektorem zakładu został pan Czajkowski.

POCZĄTKOWA ORGANIZACJA ZAKŁADU RODZIŁA JEDNAK WIELE NIEJASNOŚCI. Problemy wiązały się z osobowością prawną każdego z wydziałów, majątkiem przez nie gromadzonym i nie do końca jasnymi stosunkami służbowymi. Nowatorskie rozwiązania organizacyjne w województwie śląskim nie korespondowały z rozwiązaniami niemieckimi, funkcjonującymi od lat w instytucjach odpowiadających za określone rodzaje ubezpieczeń. Aby zniwelować te luki prawno-organizacyjne, 9 marca 1927 roku Sejm Śląski uchwalił ustawę o organizacji Zakładu Ubezpieczeń Społecznych. Tworzyła ona, zamiast dotychczasowych wydziałów, trzy zakłady, posiadające osobowość prawną i mające charakter władzy publicznej. Były to:



Z OKAZJI JUBILEUSZU ZUS NA POCZĄTKU GRUDNIA 2014 W CHORZOWIE ODBYŁA SIĘ KONFERENCJA „RZECZPOSPOLITA UBEZPIECZONYCH”

- Zakład Ubezpieczenia od Wypadków,
- Zakład Ubezpieczenia na Wypadek Inwalidztwa,
- Zakład Ubezpieczenia Pracowników Umysłowych.

Każdy z nich posiadał oddzielny zarząd i Radę Zawiadowniczą, pełniącą rolę zgromadzenia pracodawców i pracowników. W związku z tym, że poszczególne zakłady miały wspólne cele, połączono je w związek o nazwie Zakład Ubezpieczeń Społecznych Województwa Śląskiego w Królewskiej Hucie. Związek ten również posiadał osobowość prawną. Dyrektorem związku został Antoni Gunia, piastujący to stanowisko od września 1924 roku aż do wybuchu wojny.

ZUS WOJEWÓDZTWA ŚLĄSKIEGO W TAKIM KSZTAŁCIE nie przetrwał jednak długo, bowiem już 1 stycznia 1928 wszedł w życie dekret Prezydenta RP z 24 listopada 1927, włączający ubezpieczenia pracowników umysłowych Górnego Śląska w jednolity ogólnopolski system ubezpieczeń tej grupy społecznej. Tym samym ubezpieczenia pracowników umysłowych wyłączone zostały spod kompetencji Sejmu Śląskiego. Zakład Ubezpieczenia Pracowników Umysłowych

stał się oddziałem ogólnopolskiego zakładu. W gestii władz wojewódzkich pozostały ubezpieczenie inwalidzkie robotnicze i wypadkowe, ale tylko do końca 1933 roku. Ogólnopolska ustawa scaleniowa z 28 marca 1933 roku wprowadziła w ubezpieczeniach wypadkowych rozwiązania korzystniejsze od tych, które dotychczas obowiązywały na Śląsku. Od 1934 roku w gestii władz wojewódzkich zostały tylko ubezpieczenia emerytalno-rentowe robotników, realizowane przez Zakład Ubezpieczenia na Wypadek Inwalidztwa w Chorzowie. Taki stan rzeczy przetrwał do wybuchu wojny. Pozostałe dwie instytucje zostały przekształcone w oddziały ogólnopolskich zakładów.

JAK WYGLĄDAŁY POSZCZEGÓLNE UBEZPIECZENIA? Ubezpieczenie pracowników umysłowych (zwanych funkcjonariuszami prywatnymi), w wyodrębnionym podmiotowo kształcie już w Polsce nie istnieje. Do grupy urzędników prywatnych zaliczano m.in. osoby na stanowiskach kierowniczych, pracowników umysłowych, urzędników, biuralistów, ale także sprzedawców, artystów, pracowników oświaty, będących w zatrudnieniu, jak i wykonujących swój zawód samodzielnie. Dziś wszystkie te zawody są włączone do jednego systemu ubezpieczeń społecznych. W latach 20. liczba ubezpieczonych funkcjonariuszy wynosiła ok. 26 tys. osób.

Reguły ubezpieczeniowe dla funkcjonariuszy prywatnych były wygórowane. Świadczą o tym wiek emerytalny (65 lat bez podziału płci) i tzw. ekspektatywa, czyli okres wyczekiwania. Jeśli ubezpieczony zmarł lub stał się inwalidą przed upływem pełnego okresu wyczekiwania (czyli 10 lub 15 lat dla mężczyzn i 5 lub 7,5 dla kobiet), to ani jego rodzina, ani on sam nie mieli prawa do żadnych świadczeń. Ubezpieczony, który spełnił wymagany okres wyczekiwania, mógł liczyć (oczywiście po spełnieniu warunku wiekowego lub inwalidzkiego) na świadczenie, czyli rentę, składającą się z części stałej, jednakowej dla wszystkich, i dodatku, uzależnionego od klasy zarobkowej i liczby posiadanych miesięcy składkowych.

Jeśli chodzi o ubezpieczenie od nieszczęśliwych wypadków, to w tym systemie pracodawcy ubezpieczali pracowników zatrudnionych w zawodach o dużym stopniu ryzyka. Początkowo świadczenia przyznawano wyłącznie ściśle w związku z wypadkami przy pracy. Dopiero w 1928 roku do grona osób uprawnionych włączono osoby, które zostały poszkodowane przy przenoszeniu, konserwacji, przechowywaniu narzędzi potrzebnych do pracy, a także poszkodowanych w drodze do lub z pracy. Katalog świadczeń z ubezpieczenia wypadkowego obejmował rentę inwalidzką, w wysokości zależnej od stopnia utraty zdolności zarabkowania, rentę wdowią i sierocą w wysokości 20% zarobku osoby zmarłej wskutek wypadku, zasiłek pośmiertny, odprawy dla wdów w przypadku powtórnego zamążpójścia, świadczenia lecznicze i zasiłki chorobowe.

WYDZIAŁ, A PÓŹNIEJ ZAKŁAD UBEZPIECZENIA NA WYPADEK INWALIDZTWA, przejął w czerwcu 1922

funkcję ubezpieczalni krajowej we Wrocławiu. Na początku zadania realizowało 56 urzędników, pod koniec lat 20. było ich 69, a w latach 30. ok. 105. Początkowo wiek emerytalny był ustalony na poziomie 65 lat. Jednak w 1923 Sejm Śląski wprowadził innowację na skalę światową, obniżając wiek emerytalny do 60 lat. Podobnie rzecz się miała z okresem wyczekiwania – początkowo obowiązywały regulacje niemieckie, czyli 1200 tygodni składkowych dla renty starczej i 200 tygodni dla pozostałych rent. Zmiany wprowadzone w 1923 roku przez Sejm Śląski skróciły i zrównały ten okres do 200 tygodni składkowych. Nowością było także zniesienie dolnej granicy wieku 16 lat, od której zaczynał się obowiązek ubezpieczenia. To pozwoliło na ubezpieczenie licznych w tamtych czasach pracowników młodocianych. Ciekawostką jest to, że wysokości składek w tym ubezpieczeniu, obowiązujące w poszczególnych latach, były zmienne i zależały od potrzeb – czyli od wielkości środków, niezbędnych do wypłaty wszelkich przyznanych świadczeń. Zatem roczne dochody ze składek były zawsze ustalane na poziomie wyższym niż rzeczywiste wydatki na cele ubezpieczenia. Na przykład w okresie wielkiego kryzysu gospodarczego, kiedy rosło bezrobocie i zmniejszały się wpływy ze składek, a jednocześnie wzrastała liczba wypłacanych rent, podjęto wiele decyzji niekorzystnych dla ubezpieczonych. Decyzje te, dotyczące m.in. podwyższenia składek, redukcji niektórych rent, miały na celu uchronienie systemu przed katastrofą finansową. Były to jednak ograniczenia przejściowe i wraz z poprawą sytuacji gospodarczej w Polsce władze województwa stopniowo odwoływały ustawy kryzysowe. Ciekawostką były też usługi lecznicze, świadczone przez zakład dobrowolnie, w celu zapobiegania grożącemu inwalidztwu lub dla przywrócenia zdolności do wykonywania zawodu. Leczenie przeprowadzano w lecznicach i sanatoriach



WYSTĄPIENIE DYREKTOR CHORZOWSKIEGO ODDZIAŁU,
MARII DASZYK-BIERNAT

w Zakopanem, Obornikach, Jastrzębiu-Zdroju i Krynicy. Dziś zakład taką działalność również prowadzi poprzez rehabilitację leczniczą w ramach prewencji rentowej.

ABY UZYSKAĆ ŚWIADCZENIA Z UBEZPIECZENIA SPOŁECZNEGO w okresie międzywojennym trzeba było spełnić naprawdę wygórowane kryteria. Warunki te były jedną z przyczyn niewielkiej liczby osób, które uzyskały prawo do rent czy emerytur. W 1927 roku stosunek świadczeniobiorców do ubezpieczonych wynosił 21%. Patrząc na dane statystyczne z poszczególnych lat dostrzeżemy, że ta proporcja stopniowo ulegała zmianie, aby w latach 90. przekroczyć 40% i w ubiegłym roku sięgnąć 47%.

ANNA SOBAŃSKA-WAĆKO



ARCHIWALNE ZDJĘCIE BUDYNKU ZUS PRZY UL. DĄBROWSKIEGO W CHORZOWIE, ZAPROJEKTOWANEGO PRZEZ ARCH. RUDOLFA ZIOLKO. SŁUŻY ON ZAKŁADOWI DO DZISIAJ. TEN POTĘŻNY GMACH POWSTAŁ W LATACH 1925-27, GDY WOJEWODĄ ŚLĄSKIM BYŁ MICHAŁ GRAZYŃSKI



MIASTO KONTRASTÓW

ZAPISKI Z DUBAJU SPECJALNIE DLA MAGAZYNU LADY'S CLUB

KOBIETY UBRANE W ABAJE I NIKABY POŁOWICZNE LUB CAŁKOWITE, MĘŻCZYŹNI W DISHDASHE, CZYLI NARODOWE STROJE EMIRATCZYKÓW. DROGA Z LOTNISKA WIEDZIE IDEALNĄ, KILKUPASMOWĄ AUTOSTRADĄ POŚRÓD DRAPACZY CHMUR, WYRÓŻNIAJĄCYCH SIĘ ŚMIAŁĄ, NOWOCZESNĄ ARCHITEKTURĄ.

To pierwsze wrażenia po wylądowaniu w Dubaju. Miasto przyciąga uwagę świata dzięki nowatorskim, niezwykle ambitnym projektom budowlanym. Dubaj leży w Zjednoczonych Emiratach Arabskich, nad Zatoką Perską. Ma ponad 2,2 mln mieszkańców. Większość populacji to obcokrajowcy z Azji Południowej i Południowo-Wschodniej. Mnóstwo Hindusów, Pakistańczyków, Irańczyków. W Dubaju mieszka także ponad 100 tys. Brytyjczyków i innych przybyszów z krajów zachodnich. Tylko 17% populacji to rdzenni Emiraczczy. Kiedy przed przyjazdem czytałam w przewodnikach i internecie na temat miasta, często spotykałam się z określeniami: największe, najwyższe, w Księdze Rekordów Guinnessa. I tak najwyższy na świecie 829-metrowy wieżowiec Burdż Chalifa ma 163 piętra. Największy złoty pierścionek na tradycyjnym rynku Gold Souk waży, bagatela, 63 kilogramy. Dubajskie tańczące fontanny są największym tego typu obiektem na

świecie – widać je jako jedyne na świecie z kosmosu. Mają 275 m długości i potrafią wyrzucić naraz 83 tys. litrów wody na wysokość 150 m! Do ich podświetlenia użyto najnowocześniejszych lamp, których światło jest widoczne z odległości 20 km. Nie sposób nie wspomnieć także o Burdż al-Arab (Wieża Arabów), jednym z najwyższych i najbardziej luksusowych 7-gwiazdkowych hoteli na świecie, słynnym żaglu, krytym stoku narciarskim w centrum handlowym i sztucznych Wypach Palmowych, usypanych na dnie szelfu u wybrzeży miasta.

Można by tak wymieniać długo. Miasto łatwo porównać do świetnie zarządzanej firmy, w której większość rzeczy została doskonale zaplanowana i przemyślana. Swój sukces zawdzięcza szejkowi Raszidowi ibn Sa'ida Al Maktumie, trzeciemu z czterech synów emira Dubaju, który w 1961 nakazał pogłębić kanał Dubai Creek i otworzył handel morski z Indiami, Iranem i innymi państwami arabskimi. Jednak efektem ubocznym tej pogoni za luksusem stało się wyniszczanie środowiska naturalnego, o które Emiraczczy zaczęli ponownie dbać dopiero w ostatnich latach. Podobnie jak o turystykę. Lokalni szejkowie doskonale rozwinęli biznesową „drugą nogę” w postaci świetnie przemyślanego zaplecza turystycznego, które pozwoli im także w przyszłości osiągać wysokie dochody – na wypadek wyczerpania się złóż ropy. Tylko na powitanie nowego roku do Dubaju przyjechało kilka milionów turystów, którzy zostawili w tym mieście złote



LUKSUSOWY HOTEL NA SZTUCZNEJ WYSPIE PALMOWEJ

góry dolarów. Władze dbają też o rdzennych mieszkańców – dla lokalnych małżeństw wprowadziły przepis, że z chwilą przyścia na świat potomka otrzymują od szejka mieszkanie i luksusowy samochód. Ot, tak, od ręki. Od kilku lat także ceny 400 podstawowych produktów są zamrożone.

Zjednoczone Emiraty Arabskie to jednak kraj muzułmański, w którym panują prawa szariatu. Wspomniałam, że miejscowe kobiety chodzą ubrane w abaje, a mężczyźni w di-shdash. Ze wszystkich miast siedmiu emiratów Dubaj jest jednak najbardziej liberalny. Obcokrajowcom żyje się tam łatwiej niż w oddalonej o kilkadziesiąt kilometrów stolicy Abu Dabi. Dubaj to wielokulturowe i tolerancyjne miasto, w którym łagodnie podchodzi się do kwestii ubioru i spożycia alkoholu. Przestępczość jest niska. Nikt nie boi się samotnie spacerować wieczorem po ulicy, zwiedzać miasta na własną rękę. Znajomi, którzy wraz z nami wybrali się do Dubaju z rocznym dzieckiem, wszędzie byli przepuszczani jako pierwsi, a Mateusz, uśmiechnięty blondynek, stał się atrakcją tubylców, którzy chętnie się z nim fotografowali. Kobiety w Dubaju nie mogą narzekać, mają wiele przywilejów: w metrze specjalne przedziały dla matek z dziećmi, na plażach w wybrane dni tygodnia mogą przebywać tylko one z dziećmi. Mają też możliwość korzystania z szybszych kolejek w sklepach i urzędach oraz z różowych taksówek, których kierowcami są kobiety.

Dla obcokrajowców takie ukłony wobec kobiet są miłe, jednak, oczywiście, wszystko ma drugie dno, które jest rezultatem konsekwentnego odseparowania muzułmanek od mężczyzn. Z jednej strony kobiety mogą korzystać z pełni swobód, o jakich inne mieszkanki krajów muzułmańskich



NAJWIĘKSZY ZŁOTY PIERŚCIONEK WAŻY 63 KILOGRAMY!

mogą pomarzyć, na przykład wolno im studiować, realizować się zawodowo i wyjeżdżać za granicę. Jednak w momencie zawarcia związku małżeńskiego stają się własnością męża i są w pełni zależne od jego woli. To mąż decyduje, jak mają wyglądać jego żony (maksymalnie cztery), jak mogą się ubierać, gdzie im wolno chodzić i z kim się spotykać, czy mogą wyjeżdżać i czy można im robić zdjęcia. Kiedy byłam dość mocno przeziębiona, jeden z tubylców postanowił ustąpić mi miejsca w metrze. Poinformował jednak o tym nie mnie, tylko mojego męża, który „pozwolił” mi usiąść. Kobiety nie są aż tak wolne, jak mogłoby się wydawać. Widzimy je „opakowane” w czarne abaje – i w szpilkach na wysokich obcasach, z markowymi torebkami. Skądinąd wiem, że w żadnym innym kraju sprzedaż produkowanej w Polsce ekskluzywnej nocnej bielizny nie jest tak wysoka jak w emiratach. Abaja to to, co mogą zobaczyć obcy mężczyźni, reszta jest zarezerwowana tylko dla męża.



DUBAJ BAJECZNIE ROZŚWIETLONY W NOCY



BURDŻ AL-ARAB, JEDEN Z NAJWYŻSZYCH HOTELI NA ŚWIECIE, SŁYNNY ŻAGIEL



PROJEKTY ARCHITEKTONICZNE DUBAJU OD LAT ZADZIWIĄJĄ ŚWIAT



NAJWYŻSZY NA ŚWIECIE 829-METROWY WIEŻOWIEC BURDŻ CHALIFA



ULICE PRZYSTOSOWANE SĄ DO RUCHU SAMOCHODOWEGO, TU NIE CHODZI SIĘ PIESZO

Szariat zakazuje (i dotyczy to także obcokrajowców) okazywania sobie uczuć w miejscach publicznych. Nie ma mowy o trzymaniu się za ręce, nie mówiąc już o całowaniu się. Publiczne czułości mogą zakończyć się karą grzywny, a nawet więzienia. Powszechne natomiast, a dla nas zaskakujące, jest to, że często można spotkać na ulicy mężczyzn trzymających się za ręce – co jest oznaką przyjaźni.

Dubaj to miasto, w którym mamy największe na świecie centrum handlowe z ogromnym lodowiskiem, gigantyczne akwarium, luksusowe butik, przepiękną marinę i sięgające gwiazd wieżowce. Z drugiej strony nie wolno jednak zapominać, że to miasto arabskie, o innej kulturze i obyczajach, które powinniśmy szanować. Miasto słońca, ponad 40-stopniowych upałów w lecie i burz piaskowych. Czy mogłabym tam mieszkać? Tak, to drugie po Londynie miasto, w którym mogłabym zamieszkać, ale tylko na jakiś czas. Nie dłużej.

AGNIESZKA KUŚNIERZ



WYSPY PALMOWE

W skład Wysp Palmowych wchodzi trzy ogromne sztuczne wyspy, usypane na dnie szelfu u wybrzeży Dubaju. 100 tys. m sześć. skał i piasku posłużyło holenderskim wykonawcom do stworzenia dwóch mniejszych, a ponad miliard m sześć. materiału potrzeba było do zbudowania trzeciej z nich. Każda z wysp kształtem przypomina liść palmy, oddzielony od morza falochronem w kształcie półksiężyca. Dzięki tym obiektom długość linii brzegowej Dubaju wzrosła o prawie 600 km. Budowę pierwszej wyspy, Palmy Dżamiry, rozpoczęto w 2001, a w 2006 oddano do użytku pierwsze hotele. Składa się ona z pnia, korony utworzonej z 16 liści i długiego na 11 km falochronu. Tworzenie Palmy Dżabal Ali rozpoczęto w 2002, a Palmy Diry (Deirah) w 2004. Ta ostatnia ma rozmiary 9x18 km i jest większa od Manhattanu. Luksusowe kompleksy handlowo-usługowe z hotelami i apartamentami przyciągnęły na wyspy znanych i bogatych, m.in. Davida Beckhama, Borisa Beckera i Rogera Federera, którzy jako jedni z pierwszych kupili ekskluzywne posiadłości na palmowych liściach. Dla uatrakcyjnienia kompleksu w pobliżu wysp zatopiono myśliwce F-100, które służą koralowcom jako podstawa do tworzenia rafy, a z czasem staną się atrakcją turystyczną dla płetwonurków.

Źródło: www.przystanekdubaj.pl

OGRÓD PIĘKNA

według Fabryki Kreowania Wizerunku



stylizacja i wizaż

ANETA ROSTECKA / Fabryka Kreowania Wizerunku

zdjęcie

LIDIA POŁOK / Limon

modelki

z lewej NIKOLA CHACHŁOWSKA / AM Prestige Edyta Dwornik

z prawej ALEKSANDRA HOLISZ / AM Prestige Edyta Dwornik

stylizacja fryzur

MONIKA KOKOT / Salon Moniq

EGZOTYCZNA ORCHIDEA



stylizacja i wizaż

ANETA ROSTECKA / Fabryka Kreowania Wizerunku

zdjęcie

LIDIA POŁOK / Limon

modelka

ALEKSANDRA HOLISZ / AM Prestige Edyta Dwornik

stylizacja fryzury

MONIKA KOKOT / Salon Moniq



stylizacja i wizaż

ANETA ROSTECKA / Fabryka Kreowania Wizerunku
zdjęcie

LIDIA POŁOK / Limon
modelka

ALEKSANDRA HOLISZ / AM Prestige Edyta Dwornik
stylizacja fryzury

MONIKA KOKOT / Salon Moniq

ROCZNA AKADEMIA WIZAŻU I STYLIZACJI ♦ **DO 10 MARCA TRWA NOWY NABÓR** ♦ ZAJĘCIA ROZPOCZYNAMY JUŻ W MARCU
♦ ZOSTAŃ WIZAŻYSTĄ-STYLISTĄ ♦ ZAPRASZAMY!



GLACIER GREY

KOLORY WIOSNY 2015

PO MROCZNEJ ZIMIE CHCEMY WPROWADZIĆ W SVOJE WNĘTRZA TROCHĘ KOLORU. WIOSNA TO IDEALNY MOMENT. BUDZĄCA SIĘ DO ŻYCIA PRZYRODA INSPIRUJE DO ZMIAN.

Co roku projektanci prześcigają się w wyznaczaniu trendów. Chcąc zaspokoić nasze potrzeby kolorystyczne, wybierają paletę barw, która stanie się podstawą trendów w każdej dziedzinie. Z pomocą przychodzą wzorniki Pantone*), czerpiące kolory z natury. Wybrane przez designerów barwy najpierw pojawiają się na wybiegach, a następnie trafiają do wnętrza. Przedstawiamy Top Kolorów na wiosnę 2015. Królujący od kilku sezonów szary, przybiera w tym roku nowy odcień, nazwany GLACIER GREY. Przywo-



MAGDALENA JÓZEFACKA
STUDENTKA II ROKU ARCHITEKTURY WNĘTRZ

łuje on na myśl piękne lodowce i jest doskonałym tłem dla żywych barw. Zastosowany na dużej powierzchni, sprawia, że wnętrza stają się przestronne i emanują świeżością. Co ważniejsze, prawie każdy dodatek kolorystyczny będzie do niego pasował. Wnętrza możemy też wzbogacić w tym roku odcieniem niebieskiego, który przeniesie nas w morskie głębiny. AQUAMARINE, przywołujący na myśl błękit nieba nad morzem, w połączeniu z eleganckim Glacier Grey i ożywionym pomarańczem, daje niesamowity efekt.



AQUAMARINE



TOASTED ALMOND

Dla lubiących cieplejsze barwy, świetną propozycją jest **TOASTED ALMOND**, który nawiązuje do delikatnego smaku migdałów i jest doskonałą bazą dla bardziej wyrazistych kolorów. Wnętrza z wykorzystaniem tego koloru nabierają klasycznej elegancji. Hitem wiosny jest **MARSALA**, przywołująca na myśl doskonale czerwone wino. Zastosowana w postaci dużej płaszczyzny, w połączeniu z kolorami neutralnymi, sprawia, że wnętrze staje się bardziej wyrafinowane. Natomiast dodatki w tym kolorze świetnie uzupełniają stylowe wnętrza. Kolejnym kolorem, przywołującym na myśl głębię oceanu, jest **SCUBA BLUE**. Jego jasna barwa pozwala odetchnąć i zrelaksować się, w wyobraźni słyszymy szum fal. Pasuje do ciepłych, jak i chłodnych kolorystycznie wnętrz. Jest doskonały jako dodatek orzeźwiający przestrzeń. **LUCITE GREEN** to kolor szkła i przezrystej wody. Dzięki swojej lekkości wprowadza oddech świeżości i doskonale optycznie powiększa wnętrze. Świetny w detalach. Bardzo dobrze prezentuje się też jako tło dla innych, bardziej wyrazistych elementów wyposażenia. Gdy chcemy wnętrzom nadać lekkość i słodycz, idealnie nadaje się do tego kolor **STRAWBERRY ICE**. Lecz uwaga – w jego słodkości kryje się niebezpieczeństwo! Zbyt dużo różu sprawia wrażenie infantylności, co może znacznie zdeformować oczekiwany efekt. Wprowadzony jednakże w formie detali, zdecydowanie odmłodzi i rozjaśni ciemne wnętrza.

*) Amerykańska korporacja Pantone Inc. w stanie New Jersey opracowała i wydała unikatową skalę kolorów, stanowiącą wzorzec barw. Wzorniki Pantone Matching System® są najpopularniejszym systemem przekazywania informacji o barwach na świecie.

MAGDALENA JÓZEFACKA

Studentka II roku Architektury Wnętrz Bielskiej Wyższej Szkoły im. J. Tyszkiewicza. Właścicielka firmy J-Studio. Pasjonatka zmian. Projektuje, aby zmieniać otoczenie na bardziej przyjazne. Mama na pełny etat. Podróżniczka i motocyklistka, zachwyca się architekturą i klimatem innych krain i kultur. Lubi czerpać z życia pełnymi garściami.



MARSALA



SCUBA BLUE



LUCITE GREEN



STRAWBERRY ICE

Źródła: hadleycourt.com – Glacier Grey, Toasted Almond, decoist.com – Aquamarine, Lucida Green, oliverburns.com – Marsala, blogspot.com – Scuba Blue, Strawberry Ice
Zdjęcia: hadleycourt.com, decoist.com, oliverburns.com, blogspot.com

WAŻNIEJSI, BO MAJĄ LEPIEJ?

ALDONA LIKUS-CANNON

W NAPISANEJ W 1846 ROKU AUTOBIOGRAFII „BAŚŃ MOJEGO ŻYCIA” HANS CHRISTIAN ANDERSEN STWIERDZIŁ „GDY CZŁOWIEK SIĘ STARZEJE, CHOĆBY LOS RZUCAŁ NIM PO CAŁYM ŚWIECIE, MUSI MIEĆ GDZIEŚ MIEJSCE, KTÓRE JEST DLA NIEGO PRAWDZIWYM DOMEM, BO NAWET WĘDROWNY PTAK MA JEDNO MIEJSCE, DO KTÓREGO ZDĄŻA”. TO JEDNO Z MOICH ULUBIONYCH STWIERDZEŃ TEGO AUTORA, WRAZ Z UPŁYWEM CZASU CORAZ BARDZIEJ AKTUALNE.

Nie znam narodu, którym los rzucałby po świecie bardziej niż nami. Miliony Polaków wyjechało z kraju, lecz to nie znaczy, że go opuściło. Wracają tak często, jak tylko mogą. Jedni regularnie, co dwa tygodnie lub co miesiąc, inni dwa razy w roku: na święta Bożego Narodzenia i Wielkanoc. W okresie przedświątecznym słynna europejska trasa E40 zamienia się w najbardziej polską autostradę, łączącą zachodnią Europą z naszym krajem. Mkną po niej sznury samochodów na różnych rejestracjach, a wszystkie zmierzają w tym samym kierunku. Do domu, do Polski. Najwięcej z nich ma niemieckie tablice, ale nie brakuje też holenderskich, brytyjskich, francuskich, belgijskich, czy nawet hiszpańskich. Ostatnio minęły nas dwa samochody na irlandzkich numerach, a sensację wzbudzała długa, biała limuzyna lincoln z angielskimi numerami, która wyprzedziła kawalkadę pojazdów na A4 w Görlitz.

Polacy ciągną do kraju z całej Europy, zachowując się jak wędrowne ptaki. Niektórzy decydują się budować swoje gniazda w Polsce na starość. Inni przyjeżdżają na dłużej, inni na krócej, lecz każdy potrzebuje ładunku polskości, spotkania z najbliższymi, wyjścia do teatru na polską sztukę, odwiedzenia kina z polskimi filmami, a także fryzjera czy mechanika, bo taniej. Gdy jestem w kraju, niektóre rzeczy mnie cieszą, niektóre smucą, inne znowu złością.



*Ojczyznę kocha się
nie dlatego, że wielka,
ale dlatego, że własna*

LUCJUSZ ANNEUSZ SENEKA
(MŁODSZY),
FILOZOF RZYMSKI

Smuci mnie bieda, która w szczególności dotknęła Śląsk. Na Śląsku o wiele bardziej niż gdzie indziej odczuwa się skutki bezrobocia, rezultat zamykania kopalń i fabryk. Z drugiej strony, z opublikowanych oficjalnie danych wynika, że wiele prywatnych firm kwitnie i że w tym regionie mieszka najwięcej po Mazowszu milionerów.

Cieszą mnie ludzie, którzy mimo zawirowań politycznych kompletnie się nie zmienili, zachowali poczucie humoru i życzliwość. Najwięcej radości sprawiają mi spotkania z czytelnikami i ogromne zainteresowanie życiem Polonii. Prawie każdy Ślązak ma rodzinę lub znajomych w Niemczech. Oni też często jeżdżą do ziomków w odwiedziny. Tym bardziej bolą niekiedy aroganckie zachowania niektórych odwiedzających kraj rodaków, zgrywających się na kogoś lepszego,

udających, że nie znają lub nie pamiętają ojczystego języka. W pamięci mam starszego, sympatycznego pana, który opowiedział mi, jak młody mężczyzna w samochodzie na niemieckich tablicach rejestracyjnych zapytał go w Zabrze o ulicę po niemiecku, z wyraźnym polskim akcentem. – Dlaczego Polacy, którzy wyjechali, tak się zachowują? Czyżby wydawało im się, że są ważniejsi, bo mają lepiej? Może ich pani o to zapytać? – poprosił.

Trudno mi zrozumieć, dlaczego niektórzy tak się zachowują, dlaczego okazują pogardę, dlaczego nie szanują swojego kraju i nie chcą mówić w ojczystym języku. Może uznali, że jeśli Niemcy są bogatsze niż Polska, to lepiej mieć przybraną matkę zamożną niż własną biedną? W takim razie, dlaczego ciągle do Polski wracają? Po co? Żeby się dowartościować, bo w Niemczech nie są aż tak niemieccy, jak im się wydaje? Chyba jednak dlatego, że gdzieś tam w zakamarkach duszy dociera do nich, że matkę można mieć jedną. Bo jak napisał Seneka, „ojczyznę kocha się nie dlatego, że wielka, ale dlatego, że własna”.

CHARLIE JAK Z MROŻKA

SŁAWOMIR MROŻEK ZMARŁ PRZED PRAWIE DWOMA LATY, ALE ŚWIAT WIELE ROBI, BYŚMY NIE ZAPOMNIELI CHARAKTERYSTYCZNEGO DLA MISTRZA POCZUCIA ABSURDU. I TO NAWET W NAJBARDZIEJ TRAGICZNYCH OKOLICZNOŚCIACH.

RYS. NIEZNANY CHILIJSKI ARTYSTA



Idzie o głośne zabójstwa popełnione 7 stycznia w redakcji satyrycznego pisma *Charlie Hebdo*. Wszak prezydent Francji, François Hollande, organizujący w związku z tą zbrodnią demonstrację ponad 800 VIP-ów, to postać jak z Mrożka; ustawienie aż tylu „bardzo ważnych osób” w najważniejszy, pierwszy rząd i kolejne, coraz mniej eksponowane medialnie szeregi, tak, by nie uchybić godności manifestantów solidaryzujących się z ofiarami zbrodni, to już prawie zarys dramatu według Mrożkowego scenariusza. Hollande, zapewniający (ciekawe kogo?), że to, co stało się w paryskiej redakcji nie ma nic wspólnego z islamem – to już kwestia, którą mogłaby wygłosić postać sceniczna w nienapisanej przez Mrożka sztuce *Je suis Charlie*.

Wróćmy jednak z teatralnej sceny do rzeczywistości*). Ciekawe kogo uspokoił Hollande zapewnieniem, że zbrodnia ta nie ma nic wspólnego z islamem. Może siebie samego? Myślę, że wątpię. A może, co bardziej prawdopodobne, francuskiemu prezydentowi wydaje się, że tego typu kuriozalne oświadczenia, to dowód jakiejś głębokiej politycznej, nieznanej maluczkim mądrości? Trudno orzec, jak w takim razie prezydent Francji wytłumaczyłby to, że tłumy muzułmanów protesto-

wały na bliskim Wschodzie, w Afryce i Azji przeciwko publikowanym w tygodniku *Charlie Hebdo* karykaturom proroka Mahometa? Jak zinterpretowałby fakt, że nawet w laickiej Turcji dziesiątki tysięcy demonstrantów wyrażało solidarność ze sprawcami mordu, a nie jego ofiarami? Jak wyjaśniłby fakt, że wpadając do redakcji zabójcy krzyczeli, że Allah jest największy? No cóż, jestem przekonany, że Hollande i to umiałby na okrągło wytłumaczyć – okrągłe zdania polityków niosą nie takie absurdum**). Podobnie jak z Mrożka jest alternatywa: albo jesteś za karykaturami zamieszczonymi w magazynie *Charlie Hebdo* i tym samym za wolnością słowa itd. itp., albo solidaryzujesz się z terrorem zabójców w imię Allacha. Otóż ja i – mam nadzieję – wielu innych odrzucam tę fałszywą alternatywę. Tak, tak – nie jestem *Charlie*! To, że potępiam zabójców nie oznacza, że podzielam poglądy i publikacje francuskiego czasopisma, które przekroczyło – i to niejednokrotnie – nie tylko granicę dobrego smaku. Amerykański dziennikarz Jeffrey Goldberg zamartwia się, że „nie jesteśmy *Charlie*, duża część Europy, która jeszcze nie pojęła, czym jest totalitarne szaleństwo islamizmu, nie jest *Charlie*”. I dopowiada: „Tylko pismo, które opublikowałoby rysunki, jakie ukazywały się w *Charlie Hebdo*, mogłoby ewentualnie przybliżyć się do bycia *Charlie*”. Czyli – odpowiedzmy, co niedopowiedziane – chcąc zaprotestować przeciw zbrodni powinienem utożsamić się z przesłaniem pisma, którego poczucie humoru nie umiem określić inaczej, niż jako rynsztokowe? Oczywiście, że nie chodzi tu o zasady, o wolność słowa w szczególności, tę wolność słowa, z której korzystał *Charlie* i korzystanie z której tak rozdrażniło wyznawców Allacha, że sięgnęli po broń i zaczęli zabijać. Wolność słowa brzmi dumnie – i warto jej bronić. Ale czy także w sytuacji, w której mamy do

czynienia ze swoistym paradoksem? Jak przekonywali klasycy myśli liberalnej, wolność słowa jest wartością tak bardzo istotną, że warto jej trwanie okupić nawet inwazją chamstwa, złego smaku i zwykłej głupoty.

Na marginesie – jeden z kodyfikatorów liberalizmu, John Stuart Mill, godząc się na brzydotę i głupotę dowodził, że na ich tle piękno i prawda jaśnieć będą tym bardziej. Dzisiaj za banalne uznać można spostrzeżenie, że XIX-wieczny myśliciel mylił się w tym względzie bardzo. Gdzie w dzisiejszej sytuacji dostrzegam paradoks? Oto usiłuje się społeczeństwu europejskiemu wmówić, że to, co kiedyś uznawano za niechciane, acz konieczne, czyli koszty wolności słowa, są tej wolności samym sednem; inaczej – możliwość propagowania chamstwa, złego smaku, głupoty i profanacji – ma być probierzem naszego stosunku do wolności słowa? Czyli że wszyscy mamy przynajmniej próbować być jak *Charlie*? Otóż nie, na to zgody już nie ma***).

Te rozważania mają szerszy kontekst. Filozof Emil Cioran martwił się przed ponad pół wiekiem, że *na próżno Zachód szuka sobie formy agonii godnej jego przeszłości*. To rzeczywiście były profetyczne rozmyślenia – dzisiaj bowiem Zachód zmierza do końca tych poszukiwań, a w ich finale najwyraźniej czeka nas już tylko farsa. Oby nie krwawa.

*) Pierwsze wydanie tygodnika po zamachu, przygotowane gościnnie w redakcji dziennika *Libération*, ukazało się w nakładzie 7 mln egzemplarzy. Przed atakiem nakład *Charlie Hebdo* wynosił ok. 60 tys. egzemplarzy.

**) Iran ogłosił międzynarodowy konkurs rysowniczy na najlepszą karykaturę negującą Holocaust. To odpowiedź na karykaturę Mahometa z okładki ostatniego numeru satyrycznego paryskiego magazynu.

***) Redakcja magazynu satyrycznego *Charlie Hebdo*, która na początku stycznia była celem krwawego ataku terrorystycznego, poinformowała, że na kilka najbliższych tygodni zawiesza wydawanie pisma. Nasi pracownicy są wyczerpani – uzasadniono przerwę w ukazywaniu się tygodnika.

HOROSKOP



BARAN (21 MARCA – 19 KWIETNIA)

Przekonaj sama siebie, że możesz coś więcej zrobić dla swojego związku, bo czasami zachowujesz się tak, jakby Ci nie zależało. Na wiosnę życie rozkwita, tymczasem w Twoim sercu uczucia wciąż przywiedle, oklapłe. Straciłaś nadzieję na prawdziwą miłość? Jeśli tak ma to wyglądać, to lepiej powiedzieć „dość” i zerwać, zapomnieć, zostawić. Nie warto karmić się złudzeniami. Jest okazja, żeby to uczynić – przed Tobą kilka wyjazdów i nowe znajomości. Nie usprawiedliwiaj zaniedbań w Waszym związku nadmiarem pracy i rozmaitych zadań. Jeśli teraz nie masz czasu na pielęgnowanie miłości, to kiedy chcesz go znaleźć? Popatrz, jak on się stara...



BYK (20 KWIETNIA – 20 MAJA)

Czas na wiosenne porządki w Twoim zagraconym sercu. Masz wielu znajomych i przyjaciół, wszystkich obdarzasz szczerymi uczuciami sympatii, ale na prawdziwą, wielką miłość nie znalazłaś jeszcze w swoim sercu odpowiednio dużo miejsca. Wielu osobom mówisz, że kochasz, lecz to tylko słowa. Chyba straciłaś rozeznanie, co naprawdę znaczy miłość. Tuliłaś się do wielu, całowałaś, ale nie było w tym nic głębokiego, porywającego. Gdzieś u spodu Twojego serca słychać kryształki lodu, jak w lampce koniaku. Obijają się o siebie, dają złudne wrażenie gorąca, ale w rzeczywistości studzą zapał. Pora zmienić podejście i zdecydować się. On wciąż czeka.



BLIŹNIĘTA (21 MAJA – 20 CZERWCA)

Pewnie słyszałaś, że miłość niejedno ma imię? Przekonasz się o tym już w kwietniu, kiedy staniesz przed poważnym emocjonalnym wyborem: albo on, albo... Niektóre kobiety potrafią kochać dwóch jednocześnie, ale czy do nich należysz? Będziesz miała dylemat do rozwiązania i tylko od Twojej uczciwości będzie zależało, jak go rozwiążesz, nie raniąc nikogo zbyt boleśnie. Pułapka uczuciowa, w jakiej możesz się znaleźć, nie pozostawi Ci zbyt wielkiego pola do manewru, jednak nie ma potrzeby, żeby się tym zdręczać. Zdaj się na podpowiedzi swojego serca. Nie pytaj koleżanek, nie szukaj rozwiązań w rodzinie. Patrz uważnie, obserwuj, wybieraj.



RAK (21 CZERWCA – 22 LIPCA)

Nowa sytuacja w pracy między kwietniem a majem. Pojawi się w związku z tym nowi znajomi, a zwłaszcza ten jeden, z którym będziesz realizować pewien projekt. Wszystko się może zdarzyć, także niechciana miłość. Niechciana, ponieważ od dawna już kogoś masz i nigdy do tej pory nie zależało Ci na zmianie układu. Ale serce często nie słucha głowy, a głowa poddaje się woli serca. Z taką sytuacją możesz mieć do czynienia. Nie opancerzaj się, nie rób żadnych przygotowań, nie podejmuj zawczasu kroków zaradczych, bo jeśli miłość ma przyjść – to przyjdzie i żadne bariery jej nie powstrzymają. Po prostu płyn na fali zdarzeń jak korek. To najlepsze, co możesz zrobić.



LEW (23 LIPCA – 22 SIERPNI)

Wokół Ciebie tyle zmian, że ciężko nadążyć. Jedni się rozstają, inni łączą, jakby wiosna zaczęła pociągać za sznurki w teatrze marionetek. Dzwonią do Ciebie ludzie z różnymi, rzekomo sensacyjnymi wiadomościami, a tak naprawdę z plotkami. Jeszcze nie wiesz, że za kilka tygodni sama będziesz w centrum zainteresowania rozgadanych przyjaciółek. A to wszystko dzięki pewnemu Skorpionowi, który pojawi się w maju u Twojego boku. One wszystko zauważą: nowy model samochodu, nowy kolor paznokci, pasemka, szminkę inną niż zazwyczaj. Kto to będzie? Nowy szef Twojego serca? Nic na to nie wskazuje, ale już sama jego obecność wystarczy...



PANNA (23 SIERPNI – 22 WRZEŚNIA)

Wiosenne zmiany zaczną się od przyjazdu pewnego pana. Przyjedzie na specjalne zaproszenie, choć będziecie mówić, że to nic szczególnego, przelotna znajomość zawarta w czasie zimowej wycieczki. Jak się wytłumaczysz rodzinie? Niczego nie musisz wyjaśniać i usprawiedliwiać – ten pan to kolega. No, może przyjaciel. Wasz przyjaciel – Twój i Twojego partnera. Zaprosiliście go, bo to ciekawa znajomość. Być może zaowocuje związkiem biznesowym lub zawodowym. Oczywiście wścibscy znajomi będą wypytывать, czy nie szykuje się uczuciowy przełom. A nawet jeśli, to przecież nie ich sprawa, wszystkiego nie muszą wiedzieć. Trzymaj język za zębami!

NA WIOSNĘ



WAGA (23 WRZEŚNIA – 22 PAŹDZIERNIKA)

Twój czas nadchodzi. Wiosna uwalnia w Tobie tyle radosnych emocji. Czujesz się wolna i wyzwolona. W Twoich żyłach krew krąży szybciej. Gdybyś mogła, objęłabyś rękami świat i całowała go prosto w usta (gdyby było wiadomo, gdzie znajdują się usta świata). Ale to tylko przenośnia na określenie Twojego radosnego nastroju. Budzisz się do życia jak trawa. Uważaj jednak, żeby tego podniesłego nastroju nie skosił Ci szef nowymi zadaniami, bo szybko spadniesz na ziemię. Cały wolny czas przeznacz na spotkania z przyjaciółmi, zaniedbałaś ich przez zimę. Koziorożec ma nadzieję na słodkie tête-à-tête. Nie odbieraj mu jej zbyt szybko, baw się!



SKORPION (23 PAŹDZIERNIKA – 21 LISTOPADA)

Wróciłaś w zeszłym roku z dalekiej podróży, stan przygnębienia minął jak zły sen. Sukces goił sukces, spotkanie za spotkaniem. Czy wiosenne plany będą podobne? Wszystko na to wskazuje. Trzymaj fason i pracowicie planuj kolejne tygodnie, znalazłaś właściwy szlak. Ten rytm mogą złamać jedynie zdarzenia miłosne. To jedyna sfera Twojego życia, nad którą nie masz pełnej kontroli. Kiedy poczujesz wewnątrz trzewi znany Ci skurcz, to wołanie o miłość, zapominasz o bożym świecie, o obowiązkach i planach, i zaczynasz dryfować w nieznanym kierunku. Jakże to fascynujące! Ile wątków do barwnych opowieści! Wiosna szykuje Ci sporo niespodzianek.



STRZELEC (22 LISTOPADA – 21 GRUDNIA)

Wszystkim Strzelcom przesilenie wiosenne sprawi sporo radości. Odkryją w sobie nowe zainteresowania podróżnicze i pasję do zarabiania pieniędzy. A kiedy ma się kasę, bramy świata stoją otworem. Marzyłaś o wyprawie za wielką wodę i za kilka miesięcy ta bajka może stać się rzeczywistością. Polecisz z kimś bliskim, znanym Ci dobrze. Długi i daleki wypad poza ramy dotychczasowego życia to świetna okazja do odświeżenia uczuć. Jednak nie tylko wyjazdy mogą być pomocne. Wszelkie zmiany służą miłości: w wyglądzie, kulinariach, zachowaniach. Nawet podawanie kawy i zmiana tonu mogą sprzyjać w odnowie związku. Warto spróbować.



KOZIOROŻEC (22 GRUDNIA – 19 STYCZNIA)

Nie możesz całej uwagi skupiać na jednej osobie, bo fascynacja szybko przeminie i co potem? Musisz mieć pewność, że nie mylisz wiosennego zauroczenia z prawdziwą miłością. Uczucia często dzieli cienka niewidzialna linia i to, co się bierze za miłość życia, po czasie okazuje się tylko miłością. Przekonasz się za kilka tygodni, kiedy Wasz związek wystawiony zostanie na próbę. Nic wielkiego, ale łącząca Was więź może tego nie wytrzymać. Oczywiście warto dmuchać na zimne, ale zakochani nie potrafią. Idą zwykle na całość. Czy masz pewność, że on skoczyłby za Tobą w ogień? Nie możesz o to pytać, odpowie Ci serce. I oby to była prawda.



WODNIK (20 STYCZNIA – 18 LUTEGO)

Wiosna zmieni krajobraz uczuciowy wokół Ciebie. Wkrótce zakwitną krzewy i drzewa, a w bliższym Ci sąsiedztwie zapłoną miłosnym ogniem Twoje dwie przyjaciółki. Pojawi się jednak pewien dość istotny problem w związku z tym – niewykluczone bowiem, że jedna z nich wystrzeli miłosnym uczuciem w kierunku Twojego partnera. Takie rzeczy zdarzają najczęściej w filmach, więc nie pozwól, by sytuacja Cię zaskoczyła. W jaki sposób? Nie ma pewności, że tak będzie na pewno, więc nie zrywaj wszystkich kontaktów. Nie zawiązaj także partnera w kokon bezpieczeństwa. To nic nie da. Po prostu bądź czujna i pewna siebie. Wasza miłość przetrwa!

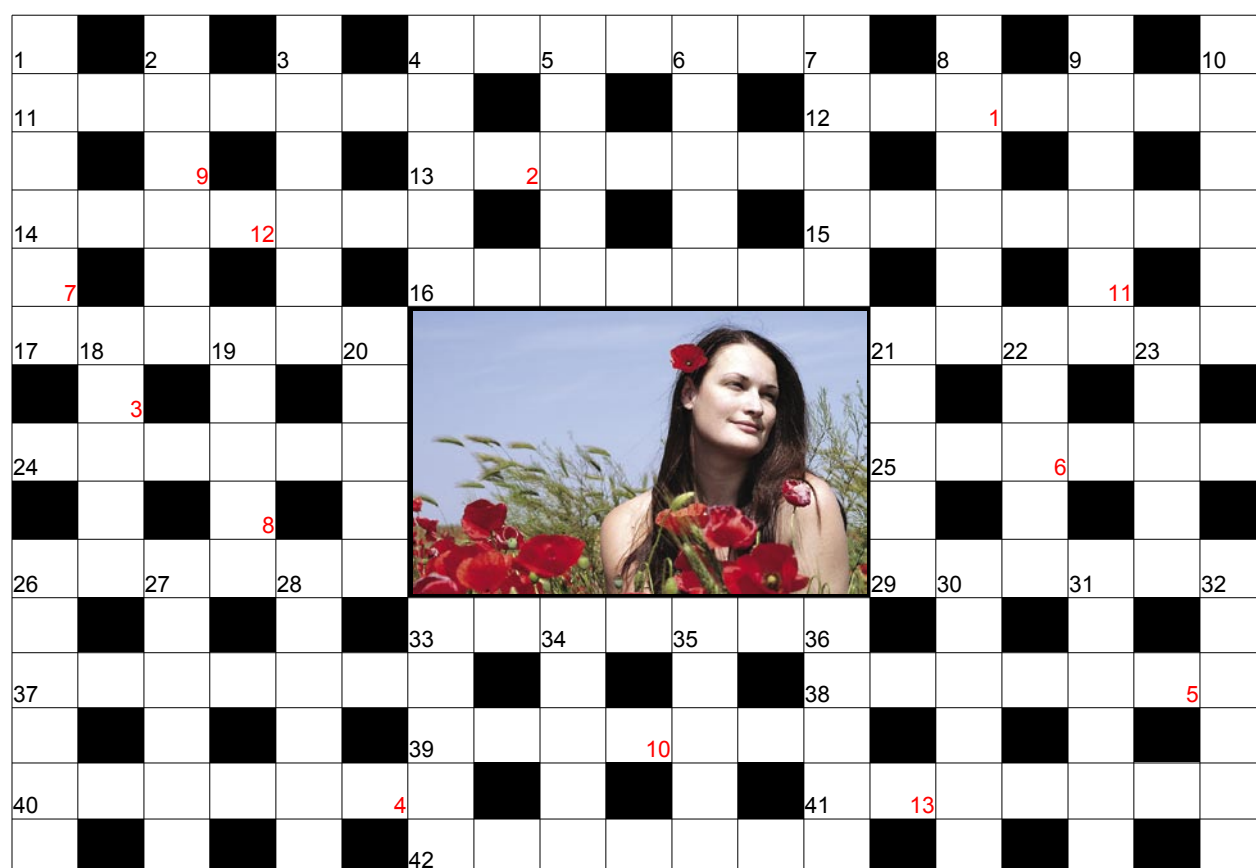


RYBY (19 LUTEGO – 20 MARCA)

Zima na szczęście odchodzi. W niekończącym się cyklu przemian wraca wiosna, a wraz z nią upragnione ciepło. Pora, by obudziły się także Twoje uczucia. Nie udawaj, że nie jesteś wrażliwa na spojrzenia Strzelca, że zmiany w przyrodzie nie robią na Tobie wrażenia, że sprawy sercowe nic Cię nie obchodzą. Nawet nie wiesz, kiedy ugodzi Cię strzała Amora, a właśnie ów filut w Twoją stronę skieruje łuk już za dwa miesiące. Spotkacie się w czasie służbowego wyjazdu, powiecie sobie na koniec „do widzenia”, po czym za kilka dni zadzwoni jego telefon. To będzie sygnał do miłosnej pobudki. W zasadzie to będzie kilka sygnałów, bo Strzelec też nie odpuści.



KRZYŻÓWKA Z NAGRODAMI



POZIOMO: 4. sos z oliwy i żółtek, 11. jest nią jad kielbasiany, 12. współodczuwanie, 13. senior, suweren, 14. wprawia w ruch kukielki, 15. ...Kastylijska, hiszpańska królowa, 16. auto z NRD, 17. czasopismo o modzie, 21. hycel, 24. harcerskie powitanie, 25. np. „Nasza szkap” Konopnickiej, 26. sztuka walki, 29. może być na obiektyw aparatu fotograficznego, 33. zacisze, ustronie, 37. zrzuca igły na zimę, 38. mieszkaniec Ameryki Łacińskiej, 39. huczna zabawa, 40. większa od żaby, 41. dowód zakupu, 42. bizantyjski okręt wojenny.

PIONOWO: 1. przy dużym plecaku, 2. element mikroskopu lub teleskopu, 3. ma długą szyję, 4. na nim flaga, 5. kawaleria, konnica, 6. inaczej wzór, reguła, 7. radziecki aparat fotograficzny, 8. rama, 9. siłacz, 10. gawędziarz, 18. biesiada, 19. Neo-..., kabaret, 20. cugle, wodze, 21. rodzaj skrzyżowania ulic, 22. dowcip, 23. zwój, 26. atrybut operatora filmowego, 27. góry w Bułgarii, 28. po drugim, 30. zmasowany atak, 31. odgałęzienie, 32. ulubiony trunek francuskich poetów, 33. rozpoznanie terenu, rekonesans, 34. przeciwieństwo sprzedaży, 35. rodzaj lustra, 36. fiasko.

Litery z pól oznaczonych czerwonymi cyframi od 1 do 13 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 2015. Nagrody zostaną wysłane pocztą.

NAGRODY KSIĄŻKOWE:

- 1 Dwa egzemplarze książki Paula Glasera „**Tańcząc z wrogiem**”, wydanej przez Dom Wydawniczy Rebis (www.rebis.com.pl).
- 2 Dwa egzemplarze książki Kamila Janickiego „**Damy złotego wieku**”, wydanej przez Wydawnictwo Znak Horyzont (www.znak.com.pl).
- 3 Dwa egzemplarze książki Cheryl Strayed „**Dzika droga**”, wydanej przez Wydawnictwo Znak Literanova (www.znak.com.pl).
- 4 Dwa egzemplarze książki Elisabet Benavent „**W butach Valerii**”, wydanej przez Wydawnictwo Literackie (www.wydawnictwo-literackie.pl).
- 5 Dwa egzemplarze książki Monsa Kallentofta „**Duchy wiatru**”, wydanej przez Dom Wydawniczy Rebis (www.rebis.com.pl).
- 6 Dwa egzemplarze książki National Geographic „**Miejsca święte. 500 wędrówek po kulturach i religiach świata**”, wydanej przez Wydawnictwo DEBIT w Bielsku-Białej (www.wydawnictwo-debit.pl).

Rozwiązanie z nr 6 (33) 2014: **CIEPŁY SZALIK**. Lista nagrodzonych znajduje się na stronie www.ladysclub-magazyn.pl

Przygotowała ANNA JURCZYK/www.lowiskoksiazek.blogspot.com

« NAGRODY SPECJALNIE DLA CIEBIE



LUDZIE WIELKIEGO SERCA

Już po raz 12. zimową porą biznesmeni, samorządowcy, politycy, lekarze i dziennikarze (ok. 50 osób!) spotkali się w Domu Muzyki Bielskiego Centrum Kultury, aby wziąć udział w Charytatywnym Pokazie Mody, z którego dochód w wysokości 32.800 zł przeznaczony został po połowie na rzecz wychowanków z Domu Dziecka przy ul. Pocztowej (16.400) i Salwatorińskiego Stowarzyszenia Hospicyjnego (16.400). – Niektórzy wspierają tę akcję od początku, wielu dołączyło dopiero w tym roku. Wszyscy działają społecz-

nie, charytatywnie, dlatego nazywam ich Ludźmi Wielkiego Serca – powiedziała nam Lucyna Grabowska-Górecka, pomysłodawczyni i organizatorka imprezy, wspierana przez „swoje” modelki z agencji Grabowska Models. Kolekcje na tę galę przygotowane zostały przez firmy Modern & Classic Collection, MDM Gabrieli Kowalewskiej i Chianti. Goście podziwiali również pokaz sukien ślubnych salonu Gracja Janiny Wawrzynek i ubrania dziecięce firmy Wójcik. Nie zabrakło też pięknych występów artystycznych.



www.fotofurczak.pl



Prestige
AGENCJA MODY
Edyta Dronik

Anita S. Miss Polonia Podbeskidzia 2014

28 MARCA 2015
GODZ. 19:00
DWOREK EUREKA
CZECHOWICE-DZIEDZICE
UL. BOLESŁAWA PRUSA 64

GALA
MISS POBESKIDZIA 2015

tel: +48 600 077 609 www.amprestige.pl



CENTRUM
DYSTRYBUCYJNO-SZKOLENIOWE

aleja piękna





dystrybutor marek

INDIGO
ADVANCED COSMETICS

W sprzedaży
produkty kosmetyczne
marki Glazel Visage
oraz do stylizacji
paznokci marki Indigo

**Przetestuj
nasze produkty**

**Glazel
visage**

Atrakcyjne rabaty
dla salonów
kosmetycznych
i wizażowych

Zapraszamy

www.alejapiiekna.com

PASAŻ POD ORŁEM
Bielsko-Biała, ul. 11 Listopada 60-62
e-mail: biuro@alejapiiekna.com
tel.: 606 911 062, 698 783 967



Przekaż swój 1% na ZOO w Chorzowie

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, wpisując w polu numer **KRS: 0000 245 554**, a w polu PIT „cel szczegółowy” adnotację „**ZOO w Chorzowie**”



Herbata z nutą magii

www.loydtea.pl

**TOYOTA****BYTOM
CHORZÓW**

CZAJKA - AUTO

JOLANTA CZERNICKA-SIWECKA

Prezes Zarządu Fundacji Iskierka w Chorzowie

JERZY CZAJKA

Prezes Zarządu Czajka-Auto Sp. z o.o.
w Bytomiu i Chorzowie

» WYWIAD EXCLUSIVE STR. 9 «

AURIS HYBR

TOYOTA CHORZÓW ul. DTS 55 ☎ 032/34 97 90