

magazyn ludzi biznesu

# przedsiębiorcy @ eu

2/2016 lipiec, sierpień, wrzesień

Cena 9.90 zł (w tym 8% VAT)

fot. Mrs.&Mr. Photography

hair: Kamil Szczepaniak

make up: Agnieszka Łukowska-Ziomek

**Zmiany w przepisach  
o Ochronie Danych  
Osobowych**

**Cechy osobowościowe  
i ich wpływ na pracę**

**Andrew Loake**  
– Buty dla dżentelmena

**Katarzyna  
Frank-Niemczycka,  
Teresa Rosati  
i Anna Poppek**  
– kobiety z gracją

**Jolanta Mrrotek**

**Każda rola  
jest osobnym wyzwaniem**



NR INDEKSU 40540X



Amrit  Kebab

z **ORIENT** *owani*  
*na smak!*

[www.amrit.pl](http://www.amrit.pl)

 /amritkebab

ul. Kondratowicza 25  
tel: (22) 675 88 80

Al. Solidarności 117  
tel: (22) 440 56 65

ul. Grójecka 20C  
tel: (22) 668 15 16

ul. Mickiewicza 27  
tel: (22) 663 41 55

ul. Górczewska 97  
tel: (22) 638 04 20

ul. Targowa 72  
tel: (22) 331 89 99



## Drodzy Czytelnicy,

Przed nami wyczekiwane i mam nadzieję, słoneczne wakacje. Biura turystyczne są pełne ciekawych propozycji. Niestety mamy teraz takie czasy, że nie liczą się tylko walory turystyczne wybranego miejsca, ale również jego bezpieczeństwo. Pewnie dlatego, podobnie

jak w roku ubiegłym, nasze nadmorskie kurorty są już prawie zapełnione i to nie tylko przez polskich turystów, ale i zagranicznych.

Tegoroczne wakacje zapowiadają się również bogato w ważne dla Polaków wydarzenia.

Wielkie emocje towarzyszyć nam będą, miejmy nadzieję do 10 lipca, kiedy to reprezentacja Polski w piłce nożnej będzie grała ostatni mecz o tytuł mistrza Europy. Wszyscy trzymajmy za nich kciuki.

Przed nami również dwa największe wyzwania organizacyjne w tym roku. Szczyt NATO w lipcu oraz Światowe Dni Młodzieży.

Mam nadzieję, że najnowszy numer naszego magazynu będzie towarzyszył Wam przez całe wakacje. A będzie w nim co czytać. Poznamy Dorotę Bracha, prezes firmy Eduvision i Ambasadorkę Przedsiębiorczości. Przybliżymy Wam sylwetkę niezwyklej i wszechstronnej artystki Jolanty Mrotek.

Nasi eksperci podpowiedzą i poradzą w wielu kwestiach istotnych dla prowadzenia firmy, w tym objaśnią jakie zmiany czekają nas w związku ze zmianami w Ustawie o Ochronie Danych Osobowych.

Dla złapania oddechu proponujemy zanurzyć się też w świat kultury i sztuki. A ci, którzy jeszcze nie wiedzą, gdzie spędzić wakacje, dowiedzą się, dlaczego warto wybrać się na Sycylię i Maltę. A jeśli będą chcieli wybrać się gdzieś dalej autem i zapragną zmiany starego na nowe, w dodatku Auto Moto Styl znajdą wiele ciekawych propozycji na niezawodny samochód.

Zapraszamy!

Barbara Jończyk  
wydawca i redaktor naczelna  
magazynu „przedsiębiorcy@eu”

### Redakcja:

ul. Kaliska 17 lok. 42, 02-316 Warszawa  
tel. 501 243 876  
e-mail: redakcja@przedsiębiorcy.eu,  
www.przedsiębiorcy.eu

### Redaktor naczelny:

Barbara Jończyk

### Redaktor prowadząca:

Aneta Sienicka

### Zespół redakcyjny:

Izabela Włodarczyk, Izabella Jarska,

Krzysztof Jończyk, Rafał Korzeniewski,  
Dora Rosłońska, Marta Buzalska, Ewa Maj,  
Jowita Łuczak, Olgierd Stańczak.

**Korekta:** Natalia Kamińska

### DTP i druk:

MaxMedia,  
ul. Estrady 67, 01-932 Warszawa,  
tel. 22 832 42 51  
wydawnictwo@maxmedia.org.pl  
www.maxmedia.org.pl

### Reklama:

Aneta Sienicka  
asienicka@kie.biz.pl, tel. 603 333 711  
Izabela Denus  
idenus@kie.biz.pl, tel. 798 405 333

### Wydawca:

Europejskie Forum Przedsiębiorczości Sp. z o.o.  
ul. Kaliska 17 lok. 42,  
02-316 Warszawa  
NIP: 701-020-11-00

Numer oddano do druku 17.06.2016 r.

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam oraz materiałów promocyjnych. Publikowane zdjęcia i materiały są własnością redakcji oraz prezentowanych firm i instytucji. Przedruk tylko za zgodą wydawcy. Redakcja zastrzega sobie prawo do skrótów.

## 6 TWARZE BIZNESU

- Dorota Bracha – Ambasador Przedsiębiorczości „Kocham to, co robię”
- Paweł Jaguś – Ambasador Przedsiębiorczości „Nirwana na fotelu”
- Filip Prokop „Czuję, że zielony wraca do mnie o wiele szybciej niż złotówka”
- Tomasz Korczak „Najlepsze przed nami”
- Rafał Pawliński „Możemy reaktywować modę na polskie wina jabłkowe wysokiej jakości”
- Piotr Seges „Czy Twoja marka należy do Ciebie?”
- Sylwia Plonka „Polonia w obiektywie”
- Andrzej Tarkowski-Kiliszewski „Trzeba pamiętać o swoich przodkach”

## 22 OSOBOWOŚĆ NUMERU

- Jolanta Mrotek „Każda rola jest osobnym wyzwaniem”

## 26 BIZNES I GOSPODARKA

- Certyfikat Jakości Biznesu „Przedsiębiorstwo Fair Play” – mocna strona Twojej firmy
- Crowdfunding mieszkaniowy – czyli jak w trudnych czasach zarobić na nieruchomościach
- Nowa perspektywa finansowa – nowe możliwości realizacji inwestycji
- ULAN promuje mocne firmy, piękne budowle i zdrową żywność – promocja
- Kierunek: Azja – cztery miliardy konsumentów

## 36 BLIŻEJ ŚWIATA

- Gronland bez norweskiego komentarza – a co powie Europa?
- Nowy rozdział starego konfliktu
- PGNiG a Gazprom – czy arbitraż przyniesie zmianę ceny gazu?

## 42 W PARAGRAFIE

- Co ma kajak do utworu
- Mediacje w sprawach rodzinnych
- Nowelizacja Kodeksu pracy
- Odsetki po 1 stycznia 2016 roku w praktyce

## 50 Z SZUFLADY EKSPERTA

- Czekają nas istotne zmiany w przepisach o Ochronie Danych Osobowych
- Fundusze unijne – najważniejsze fakty
- Where leaders are made
- Work-Life Balance
- Sprzedaż = Sukces?
- Teoria flow, czyli jak osiągnąć satysfakcję życiową i pozbyć się ograniczeń
- Hot trend: femvertising
- Etyczny przedsiębiorca zawsze pożądany
- Jak motywować się do pracy?
- Cechy osobowościowe i ich wpływ na pracę
- 7 zasad skutecznego działania
- Dzień dobry czy witam?



Fot. Renata Wóblewska

## 74 KULTURA NA WIDELCU

- Jestem szczęśliwą osobą – rozmowa z Danutą Stankiewicz
- Los mi sprzyja – Izabela Zwierzyńska
- NUN Electro
- Debiutantki i rokoko, czyli Noc Muzeów w Wilanowie
- Wielki sukces polskiego kina na 9. Festiwalu Filmów Polskich „Wisła” w Moskwie!
- „Portrety nieznanne” Ryszarda Horowitza
- „Baleriny pośród nas” – relacja z wernisażu Agaty Mikulskiej-Sienkiewicz
- Niewinne oblicza grzechu
- DIVY spotkanie gwiazd

## 88 Z POTRZEBY SERCA

- Polska Akcja Humanitarna – 10 lat Kampanii Wodnej
- OnkoRejs. Pamiątnik Żeglarza

## 94 STYL ŻYCIA

- Kobiety z gracją
- Buty dla dżentelmena – rozmowa z Andrew Loake'em
- Szybie i projektowanie mam we krwi – rozmowa z Żanną Moryson
- Ogród w wielkim mieście, czyli... 10 kroków do twojego idealnego ogrodu
- BEST BRAIN – sport pamięci w 2016 r.
- Czy pamięć można traktować jako sport? – rozmowa z Bartłojem Borałem
- Twój mózg też chce być fit!
- Wolf in Design vol. 2 by Pop Up Here
- La Metamorphose na lato

## 114 Z ALBUMU PODRÓŻNIKA

- Kurs na Maltę
- Cudze chwalicie...

## 120 AKADEMIA DOBREGO SMAKU

- Szeł kuchni poleca

## 126 WYDARZENIA

- Znamy kolejne Ikony Gracji
- Ekskluzywne, polskie marki na Gali Biznesu
- Kolejni dumni laureaci konkursu „Teraz Polska”
- Najlepsze warszawskie restauracje wybrane!

## 134 SPOTKANIA BIZNESOWE

- Jak postępować po wypadku – poznaj swoje prawa!
- Polski biznes w Afryce
- Fundusze unijne dla Mazowsza
- Polubowne metody rozwiązywania sporów

# przedsiębiorcy @ eu

- nakład 10 tys. egzemplarzy
- sprzedaż w ogólnopolskich sieciach Empik, Relay i Inmedio
- niezależna dystrybucja wśród prezesów i osób zarządzających firmami należącymi do Klubu Integracji Europejskiej
- bezpłatna dystrybucja na wydarzeniach objętych patronatem magazynu
- bezpłatna dystrybucja podczas konferencji, seminariów, szkoleń i targów, organizowanych i współorganizowanych przez Klub Integracji Europejskiej.

**Decydując się na promocję na łamach magazynu docierasz do:**

- ludzi biznesu i przedsiębiorców
- osób zarządzających i menadżerów mikro, małych i średnich firm
- osób zarządzających instytucjami, izbami gospodarczymi, które wspierają i współpracują z biznesem.

**Co jeszcze zyskuje reklamodawca, a czego nie mają inni:**

- ✓ dwuosobowe zaproszenia do strefy VIP na wydarzenia organizowane przez Klub Integracji Europejskiej, tj.:
  - Letnia Gala Przedsiębiorców, która jest największym wydarzeniem typu piknikowego dla ludzi biznesu w Polsce,
  - Gala Akademii Dobrego Stylu – podczas której wręczane są statuetki „Gracja”, osobom publicznym, słynącym z ponadczasowego stylu i elegancji,
  - Spotkanie biznesowo-szkoleniowe organizowane dla przedsiębiorców Klubu Integracji Europejskiej z cyklu „Poranna kawa z ekspertem”.
- ✓ możliwość wysyłki pięciu gratisowych egzemplarzy do wskazanych adresatów bezpośrednio przez redakcję
- ✓ publikację materiału promocyjnego firmy na stronie internetowej magazynu [www.przedsiębiorcy.eu](http://www.przedsiębiorcy.eu)
- ✓ możliwość umieszczenia banera reklamowego na stronach magazynu i Klubu Integracji Europejskiej w promocyjnych cenach

## Zamów prenumeratę!

- otrzymasz magazyn „przedsiębiorcy@eu” co kwartał, bezpośrednio na biurko
- zostaniesz zaproszony na wybraną przez siebie Galę, organizowaną przez Klub Integracji Europejskiej

Skontaktuj się z nami: **Aneta Sienicka, tel. 603 333 711, [asienicka@kie.biz.pl](mailto:asienicka@kie.biz.pl)**  
**Izabela Denus, tel. 798 405 333, [idenus@kie.biz.pl](mailto:idenus@kie.biz.pl)**



Ambasador **Przedsiębiorczości**

# Kocham to, co robię

– wywiad z Dorotą Brachą,  
właścicielką firmy Eduvision

**Zajmujemy się prawdziwym wsparciem przedsiębiorstwa, a nasze motto to: „Uwalniamy od biurokracji”, która stanowi plagę XXI wieku i jest trzecią podstawową przyczyną upadku wielu przedsiębiorstw, przeszkodą w działaniu i osiągnięciu zysków – mówi Dorota Bracha z Eduvision.**

ROZMAWIA IZABELLA JARSKA

**W nazwie swojej firmy zawarli państwo podtytuł – „Twój kompas w biznesie” – dokąd ten kompas prowadzi?**

– Kompas naprowadza na dobry, prawidłowy kierunek działania, ale też pokazuje nowe kierunki. Wytyczamy więc dla naszych przedsiębiorców szlaki działania – „edukacyjnie, sukcesowo, narzędziowo i wspierająco” – bo tak właśnie rozwinięliśmy skrót z róży wiatrów (<http://edu-vision24.pl/>). To oznacza, że bardzo identyfikujemy się z naszym klientem – partnerem biznesowym – i dokładnie podążamy z nim drogą biznesową. Bierzymy też

odpowiedzialność za kierunki, które wytyczamy.

**Macie państwo bardzo bogatą ofertę – jakiego rodzaju usług klient może się spodziewać ze strony państwa firmy? Do kogo kierujecie swoją ofertę?**

– Nasza oferta skierowana jest tylko do właścicieli firm, zarówno tych małych, jednoosobowych, jak też do spółek i dużych korporacji. Zajmujemy się prawdziwym wsparciem przedsiębiorstwa, a nasze motto to: „Uwalniamy od biurokracji”, która stanowi plagę XXI wieku i jest trzecią podstawową przyczyną upadku wielu przedsiębiorstw, przeszkodą w działaniu

i osiągnięciu zysków. Układamy księgowość, finanse, sekretariat, pomagamy w ściąganiu długów, zajmujemy się obsługą od strony prawnej i przetargowej. Uczymy także prawidłowej sprzedaży oraz rekrutacji. Wprowadzamy do firmy bezpieczeństwo w postaci doboru odpowiednich produktów OC, sukcesji. Pomagamy również w networkingu i poszukiwaniu partnerów biznesowych lub odbiorców produktów naszego klienta. Zmieniamy formę działalności firmy na skuteczniejszą. Reformujemy i uwalniamy czas dla właściciela. Uczymy również, że należy wyczytywać. Naszą ideą jest, aby każdy właściciel fir-

**Zmieniamy formę działalności firmy na skuteczniejszą. Reformujemy i uwalniamy czas dla właściciela. Uczymy również, że należy wypoczywać. Naszą ideą jest, aby każdy właściciel firmy miał przynajmniej tydzień urlopu w każdym kwartale**

my miał przynajmniej tydzień urlopu w każdym kwartale.

**Z jakich usług z państwa oferty klienci korzystają najczęściej?**

– Naszym flagowym produktem jest Forum NAWIGATOR W BIZNESIE, które w jeden dzień pokazuje nasze możliwości działania. Po takim Forum klienci rozpoczynają współpracę od przeniesienia do nas księgowości i ustalenia zakresu wszystkich dodatkowych czynności – od prawnika przez finanse, kredyty, dotacje, ubezpieczenia, kierunki inwestycji, rozwoju produkcji itp.

**Jak długo firma istnieje na rynku i jak wyglądają jej początki?**

– Twarzą firmy jestem od początku ja, ponieważ stanowi ona spełnienie moich pasji. Mimo że Eduvision zadebiutowała na rynku w październiku 2015, to działała już od 2009 roku poprzez współpracę z kilkoma innymi partnerami. Od października 2015 zostało to tylko ubrane w nową spółkę, nadaliśmy logo i ruszyły Fora Biznesowe co dwa tygodnie. Wystartowaliśmy z pakietem 73 klientów, aby dzisiaj mieć ich 317.

**Czy pani zdaniem Polacy są narodem przedsiębiorczym i zaradnym finansowo i czy chętnie się w tych dziedzinach doskądcają? I z jakich instrumentów finansowych najchętniej korzystają?**

– Pokutuje męt Polaka-cwaniaka, ale my mamy przyjemność trafiać na bardzo

świadomych przedsiębiorców, którzy chętnie szukają rozwiązań usprawniających ich przedsiębiorstwa. Wiele firm, które podjęły z nami współpracę biznesową, później poleciło nam swoich znajomych i klientów, a to dzięki programowi lojalnościowemu, który daje im realne prowizje za kontakty. Z zaradnością finansową jest wprawdzie gorzej, ale też mamy na to skuteczne narzędzia wspomagające rozwój, sprawdzone i prawie opatentowane. Nie posiadamy własnych instrumentów finansowych, ale nasi partnerzy działający w różnych branżach zawsze służą pomocą w tej kwestii. Często udaje się nam unikać polecenia kredytów bankowych, ponieważ znajdujemy realne oszczędności i nowe zyski w firmie klienta, bez konieczności pożyczania kapitału od banków. **A czy Polacy są przezorni? Chętnie korzystają z ubezpieczeń?**

– Uczymy bezpieczeństwa bardzo aktywnie. Przede wszystkim uświadamiamy klientom, że ubezpieczenia są koniecznością, a nie wybrzykiem. Przedsiębiorca bez sukcesji i OC deliktowo-kontraktowych albo NNW czy ubezpieczeń majątkowych – jest ignorantem, a nie człowiekiem sukcesu. Pomagamy zrozumieć ideę produktów ubezpieczeniowych i często „szyjemy je” na miarę przedsiębiorcy. Nasi partnerzy mają olbrzymie doświad-



czenie w tej kwestii i przede wszystkim chętnie poświęcają czas dla naszych klientów, aby zrozumieć ich branżę, firmę i potrzeby. Nic się nie dzieje szablonowo. Dlatego mamy sto procent świadomych i bezpiecznych klientów.

**Reklamujecie się jako firma dostępna przez 24 godziny na dobę – czy ma pani zatem czas na odpoczynek? A jeśli tak – to jaka jego forma pani najbardziej odpowiada?**

– Te 24 godziny to oczywiście żart marketingowy, ale rzeczywiście jestem pracoholikiem, a moi klienci nie mogą żyć beze mnie. Jednak kocham odpoczywać i czynię to z radością, ale planowo, nic się nie dzieje bez kalendarza. W tym roku byłam już na Teneryfie i w polskich górach, w lipcu planuję jakiś krótki tygodniowy wypad na Kretę, a w sierpniu spędzę dwa tygodnie znów na ukochanej Teneryfie – co ciekawe, z gronem wielu klientów. Uwielbiamy wypoczynek aktywny, ale kilka dni leżenia z dobrą książką też jest świetnym relaksem. Ogólnie nie traktuję swojej pracy jako męczącej, bo bardzo kocham to, co robię i nieczęsto chcę od tego się odrywać. Praca jest moją pasją i hobby. ■

# Nirwana na fotelu

O nowoczesnych metodach relaksacji opowiada Paweł Jaguś reprezentujący firmę brainLight w Polsce. Stworzony przez markę system został wielokrotnie wyróżniony, otrzymał m.in. nagrody: Plus X Award – za innowacyjne technologie i Corporate Health Award – za produkty CHM w krajach niemieckojęzycznych. BrainLight-System relaxTower 3D FLOAT (PLUS) został też wybrany produktem roku 2012, 2013, 2014, 2015 oraz 2016 przez jury Plus X Award, zaś na Targach Horeca 2015 w Krakowie otrzymał główną nagrodę w kategorii: wyposażenie i urządzenia do SPA – za produkt brainLight relaxTower with Shiatsu-Massage Chair 3D FLOAT PLUS.



Odbiór cennej nagrody podczas targów Horeca 2015

ROZMAWIA IZABELLA JARSKA

## Czym konkretnie zajmuje się firma brainLight Polska?

– Jesteśmy wyłącznym przedstawicielem niemieckiej firmy brainLight w Polsce. Od 27 lat dostarcza ona najwyższej jakości systemy do relaksacji, zarówno ciała jak i ducha, oraz dla przywrócenia im naturalnej równowagi.

## Na czym polega ta metoda?

– Koncepcja opiera się na kompleksowym podejściu do wypoczynku. Oprócz relaksu fizycznego, który zapewnia masaż, jest także odprężenie umysłu uzyskiwane za pomocą impulsów świetlnych i dźwiękowych, dzięki którym mózg przechodzi w stan alfa. Czyli taki, w jakim znajdujemy się w fazie głębokiego snu albo podczas medytacji. Łącząc te dwa elementy uzyskujemy bardzo głęboki stan relaksacji.

## Jak to w wygląda w praktyce?

– Stosujemy fotele masażowe w połączeniu z audiowizualną technologią relaksacyjną brainLight Touch Synchron albo relaxTower. Fotel masujący w Systemie 3D Float Plus oferuje wielostronny i indywidualny masaż wzorowany na japońskiej metodzie shiatsu. Masaż wspierany jest nagrzewaniem podcierwienią IR, której regeneracyjne, blokujące ból i infekcje głębokie ciepło ułatwia odprężanie głębokich tkanek. Dodatkową ulgą dla kręgosłupa jest stretching – rozciąganie, które jest integralną częścią masażu. System 3D Float Plus oprócz pleców masuje stopy, łydki, biodra, dłonie i przedramiona, ramiona oraz kark. Masaż łączymy z technologią, która umożliwia wprowadzenie umysłu – bez jakiegokolwiek wysiłku – w stan relaksacji (Alfa) lub nawet głębokiego snu (Delta). Dzięki tej metodzie już dziesięciominutowy zabieg – co udowadniają wieloletnie badania medyczne – zastępuje dwie godziny snu.





### Relaks w fotelu masującym

#### Czy możemy przybliżyć naszym czytelnikom tę kwestię bardziej szczegółowo?

– Kiedy oddajemy się codziennym zajęciom, normalnym dla nas stanem jest stan Beta. Wtedy fale mózgowie mierzone w hercach (Hz) znajdują się na przestrzeni od 14 do 30 Hz. Przy czym od

Alfa 8–13 Hz – to stan głębokiego relaksu, spoczynkowy. Odrępniony mózg ma wtedy wyjątkową zdolność przyswajania i wydajnej rejestracji informacji, co umożliwia szybkie uczenie się. Theta 4–7 Hz – to stan marzeń sennych, medytacji, hipnozy czy głębokiego transu.

Alfa osiągamy całkowicie bez wysiłku, niejako automatycznie, w ciągu 4–5 minut. Osoby obdarzone naturalną zdolnością do odprężania osiągają w tym czasie stan Theta. Stopień głębokości i efektywności relaksu poprawia się z sesji na sesję.

#### Gdzie mają zastosowanie wasze systemy? Czy można z nich korzystać na przykład w warunkach domowych?

– Nasze systemy dostępne są w kilku wariantach: family, vital, sport, clever, relaxed, balanced i complete. Każda z wersji zawiera zestaw programów dedykowanych dla konkretnych użytkowników i dostosowanych do ich oczekiwań. Można z nich korzystać zarówno w warunkach domowych, jak i komercyjnie albo w pracy. W ostatnim przypadku umożliwienie pracownikom korzystania z krótkich przerw w trakcie pracy wpływa znacząco na ich wydajność. Firmy takie jak Unilever, Siemens, BMW czy Lufthansa doceniły już potencjał systemów brainLight i umieściły je w swoich programach zarządzania zdrowiem. Jak do tej pory na rynku nie ma produktu porównywalnego z naszym. Chcielibyśmy, aby proponowane przez nas systemy były wszędzie w Polsce – po to, żeby wzrastała jakość życia naszych rodaków. ■

**Zarówno stan Alfa, jak i Theta bardzo efektywnie i pozytywnie stymulują i regenerują mózg. Dzięki technice audiowizualnej brainLight stan Alfa osiągamy całkowicie bez wysiłku, niejako automatycznie, w ciągu 4–5 minut**

20 Hz znajdujemy się w stanie euforii lub paniki, co w efekcie bardzo męczy mózg. Również długotrwałe pozostawanie na poziomie 14–20 Hz jest dla niego wyczerpujące. Dlatego potrzebujemy snu, podczas którego fale mózgowie spowalniane są nawet do poziomu Delta 0,5–3 Hz. W trakcie sennego wypoczynku regeneruje się zarówno mózg, jaki cały organizm.

W tym stanie jesteśmy podatni na głębokie sugestie, które, zwłaszcza przy wielokrotnym powtarzaniu tematu, łatwo zapisują się w podświadomości, umożliwiając np. przełamywanie wewnętrznych blokad mentalnych. Zarówno stan Alfa, jak i Theta bardzo efektywnie i pozytywnie stymulują i regenerują mózg. Dzięki technice audiowizualnej brainLi-

# Czuję, że zielony wraca do mnie o wiele szybciej niż złotówka

– rozmowa z Filipem Prokopem

Posługiwanie się lokalną walutą zapobiega ucieczce kapitału poza kraj czy rynek regionalny. Zielonego nie da się bowiem wytransferować za granicę. Lokalne waluty z założenia są bezodsetkowe. Dzięki temu pieniądz ten krąży o wiele szybciej, ponieważ przechowywanie go nie ma sensu ekonomicznego – o korzyściach z używania lokalnej waluty opowiada Filip Prokop.

ROZMAWIA IZABELLA JARSKA

## Czym jest zielony?

– Zielony jest programem współpracy dla małych i średnich firm, który ma na celu zwiększenie sprzedaży i zbudowanie grona lojalnych klientów. Przedsiębiorcy w transakcjach między sobą posługują się nim jako umowną jednostką rozliczeniową. Dzięki temu, że zielonego nie da się zamienić na złotówki, a jedynie wydać u któregoś z partnerów, częstotliwość transakcji w firmach, które biorą udział w systemie, istotnie wzrasta. Przedsiębiorstwa częściej ze sobą współpracują, ponieważ gdy sprzedamy coś za zielone, musimy je później również wydać. Przy czym korzystniej jest wydać wcześniej zarobione zielone niż złotówki, dlatego przedsiębiorcy chętnie szukają nowych miejsc, w których są one przyjmowane. To sprawia, że uczestnicy programu w systemie zielonego mają ogromną przewagę konkurencyjną nad firmami, które tej jednostki płatniczej nie przyjmują. W dzisiejszych czasach praktycznie każda firma ma jakieś nadwyżki produkcyjne, czy to wolne miejsca w restauracji, czy towar, który leży na półkach. Jeśli jest możliwość zagospodarowania tych wolnych mocy przerobowych za zielone, to jest to bardziej korzystne niż nie robienie niczego, nawet jeśli czasem powoduje to konieczności dokonania zakupów w konkretnym miejscu. Zaś możliwość skorzystania z debetu pozwala na dokonanie zakupu, a następnie jego spłatę własnymi usługami lub towarami. Kto zna bardziej korzystną formę debetu?



**Idea od dawna świetnie się sprawdza na całym świecie, a wprowadzonych do obiegu walut lokalnych funkcjonuje już ponad pięć tysięcy**

**Jakie jeszcze są korzyści z wprowadzenia takiej waluty w obieg? W czym zielony – w sensie bardziej globalnym – byłby lepszy od złotówki?**

– Posługiwanie się lokalną walutą zapobiega ucieczce kapitału poza kraj czy ry-

nek regionalny. Zielonego nie da się bowiem wytransferować za granicę. Lokalne waluty z założenia są bezodsetkowe. Dzięki temu pieniądz ten krąży o wiele szybciej, ponieważ przechowywanie go nie ma sensu ekonomicznego. Waluty lokal-

ne krążą od trzech do pięciu razy szybciej niż pieniądz krajowy. Korzystanie z debetu jest możliwe i nie pociąga za sobą żadnych kosztów, a to daje olbrzymią przewagę nad zalewającym naszą gospodarkę pieniądzem dłużnym. W efekcie wprowadzenia do obiegu zielonego chronione są także miejsca pracy w polskich firmach. Wzmocniona współpraca sprawia, że tworzą się nowe i trwałe relacje biznesowe, co ułatwia prowadzenie firmy i czyni je przyjemniejszym.

#### **Skąd wziął się pomysł, jaka jest geneza państwa projektu i kto jest jego inicjatorem?**

– Idea od dawna świetnie się sprawdza na całym świecie, a wprowadzonych do obiegu walut lokalnych funkcjonuje już ponad pięć tysięcy. Najstarszą i najbardziej rozwiniętą z nich jest szwajcarski WIR frank i my właśnie korzystamy z tego modelu. Jednym z liderów projektu jest Dariusz Brzozowicz, do niedawna jedyny znawca tematu w Polsce. Darek pomagał innym krajom we wdrażaniu takich projektów i postawił sobie za punkt honoru zrobienie czegoś takiego w Polsce. Dzięki temu, że zaraził mnie i mojego współnika Arka Pajaka swoją wizją, teraz razem wdrażamy ten projekt w Polsce, zaś na rynku warszawskim wspiera nas dyrektor tego regionu – Robert Sienczewski.

#### **Jak sprawdza się pomysł waluty lokalnej w innych krajach, tak przykładowo, w cyfrach?**

– W Belgii – która jest mniej więcej wielkości województwa świętokrzyskiego – w programie bierze udział 6.000 firm oraz 120.000 konsumentów. W Szwajcarii 20 proc. obrotu małych i średnich firm przechodzi przez walutę lokalną, więc można powiedzieć, że radzą sobie bardzo dobrze.

#### **Jak bardzo zaawansowane są prace nad tym projektem w Polsce? I jakie są realne perspektywy na wprowadzenie zielonego do obiegu?**

– Zielony już został wprowadzony do obiegu. Posługuje się nim 260 firm oraz tysiąc konsumentów. W pierwszym roku funkcjonowania zrobiliśmy milion obrotu w zielonych. Obecnie comiesięczne obroty oscylują w okolicy 150.000. Liczba partnerów rośnie każdego dnia, perspektywy są więc jak najbardziej obiecujące. **Czy projektowi waluty lokalnej towarzyszą także jakieś inne, dodatkowe projekty? A jeśli tak, to jakie?**

– Integralną częścią systemu obiegu zielonego jest multiprogram lojalnościowy. Jego atutem jest to, że jest on bonusowy, a nie rabatowy. To oznacza, że przedsiębiorcy nie muszą, posługując się nim, obniżać cen, po których sprzedają produkty. W zamian za to, że klient do-



- ✓ **Lubię lokalne firmy**
- ✓ **Chronię Polskie miejsca pracy**
- ✓ **Zyskuję i wydaję Zielone**



## **Zapraszamy przedsiębiorców do współpracy przy budowaniu zielonego rynku. Szukamy regionalnych liderów, którzy mają odwagę i czują potrzebę zrobienia czegoś dla swojego lokalnego otoczenia biznesowego**

konujący zakupu zostawia u nas złotych, otrzymuje bonus w zielonych. Dzięki temu my w kasie mamy pełną kwotę, a klient swój bonus może wydać u nas lub u jednego z partnerów. Powoduje to zwiększenie obrotu w zielonych wewnątrz systemu. Dodatkowo zaletą dla konsumenta jest to, że w ramach jednej karty czy aplikacji ma on dostęp do setek firm, w których może zbierać zielone. Przedsiębiorca dostaje możliwość komunikacji ze wszystkimi konsumentami, nie tylko tymi, których sam pozyskał, co zwiększa ich liczbę i daje większą skalę odbiorców. Ważnym elementem jest również program motywacyjny dla pracowników. Gdy dajemy premię w zielonych, pracownicy wydają je w lokalnych sklepach. Dzięki temu na rynku zostaje o wiele więcej pieniędzy, a firmy czują wzrost dochodów. Ja też chętniej daję moim pracownikom premie w zielonych niż w złotych.

#### **Jak przedsiębiorcy mogą wziąć czynny udział w budowaniu systemu i pomagać w pozyskiwaniu partnerów? Kogo szukać i zapraszać państwo do współpracy przy projekcie?**

– Jak najbardziej zapraszamy przedsiębiorców do współpracy przy budowa-

waniu zielonego rynku. Szukamy regionalnych liderów, którzy mają odwagę i czują potrzebę zrobienia czegoś dla swojego lokalnego otoczenia biznesowego. Zieloną społeczność najłatwiej zaczyna się budować wokół regionalnego przedsiębiorcy, który ma wypracowane relacje, zatrudnia ludzi i ma zróżnicowane potrzeby zakupowe. Połączenie tego typu cech daje szansę na szybki i sprawny rozwój systemu w danym miejscu. W Starachowicach zaczęliśmy budowę wokół Hotelu Senator, który dzięki swojemu zaangażowaniu i dużym potrzebom zakupowym w szybkim tempie pobudził obieg zielonego. My mamy cały know how, którym się chętnie podzielimy, ale potrzebujemy mocnych lokalnych partnerów. Szczegóły można znaleźć na naszej stronie: [www.zielony.biz.pl](http://www.zielony.biz.pl)

#### **Gdyby miał pan zachęcić przedsiębiorców do wsparcia tego projektu, to powiedziałby, że...**

– Że dzięki zielonemu mam nowych klientów, którzy przychodzą częściej i wydają więcej. Nawiązałem nowe relacje, które owocują lepszymi cenami i wyższej jakości współpracą. Czuję, że zielony wraca do mnie o wiele szybciej niż złotówka, więc dużo przyjemniej się go wydaje. ■

# Najlepsze przed nami



**Postrzegamy gościa holistycznie, dlatego prócz zyczliwości, troski i zabiegów oferujemy mu ekologiczną kuchnię. Na miejscu wypiekamy chrupiący chleb, wędzimy swojskie kiełbasy, a codziennie na śniadanie serwujemy domowy dżem jagodowy z owoców zebranych w izerskich lasach oraz miód z własnej pasieki – zapewnia Tomasz Korczak, właściciel Hotelu & Medi-SPA Biały Kamień w Świeradowie-Zdroju, zwycięzcy w konkursie SPA Prestige Awards na Najlepszy Beauty SPA w Polsce 2016.**

ROZMAWIA ANETA SIENICKA

**Pierwsze, co rzuca się w oczy po przyjeździe do hotelu, to położenie – wysoko na skarpie, z zapierającym dech widokiem – wprost z okien hotelu – na górę Biały Kamień.**

– Rzeczywiście, jesteśmy najwyżej położonym obiektem hotelowym w Świeradowie. W 1998 roku mój ojciec kupił działkę, na której stał stary dom letniskowy, należący niegdyś do przedwojen-



Fot. Marcin Oliva Soto

nego właściciela największej sieci kin we Wrocławiu. W latach 30. ubiegłego wieku Bad Flinsberg, był najsłynniejszym, po Baden-Baden, kurortem w Niemczech. Codziennie przyjeżdżały tu dwa pociągi z Berlina, a w każdym po dwustu kuracjuszy. Posiadanie tu domu, to było coś! **I postanowiliście zamienić dom w hotel?**

– Budowa trwała dość długo, bo zmieniały się koncepcje. W efekcie w 2009 roku został otwarty hotel Biały Kamień z 36 pokojami. Brakowało nam jednak przestrzeni, zaplecza wellness, basenu. Powstał projekt drugiego budynku, sięgnęliśmy po fundusze unijne i w efekcie mamy dzisiaj nowoczesny obiekt: 61 pokoi, 6 apartamentów, w tym 2 klasy VIP, nowy kompleks Wellness & SPA o powierzchni ponad 1000 m<sup>2</sup> – basen, sauny, solankowe jacuzzi, mini tężnie z irańską solą, obok – zaplecze zabiegowe i SPA, a poniżej hotelu – grill, własna wędzarnia i Chata Wujka Toma – sala bankietowa na 150 osób.

**Imponuje szklana ściana, dzięki której nawet z basenu można podziwiać panoramę gór...**

– Bardzo zależało mi, żeby podkreślić nasze położenie, wyjątkowy widok na górę Biały Kamień i panoramę uzdrowiska. Stąd szyby na dwóch kondygnacjach, pozwalające zarówno z basenu infinity, jak i gabinetów SPA niemal „dotykać” oszałamiającej przyrody.

**W nazwie macie skrót MEDI-SPA. Czy oznacza to, że wykonujecie także zabiegi lecznicze?**

– Goście Świeradowa oczekują konkretnych zabiegów uzdrowiskowych. Oferujemy więc konsultacje lekarskie i szeroką gamę zabiegów rehabilitacyjnych – masaże, borowiny, elektro-, lasero-, sono-, magneto- i krioterapię, kąpiele solankowe

tut Anti Aging. Kierując się zasadą kompleksowego działania przeciw starzeniu się skóry centrum odnowy biologicznej wykorzystuje niezwykle moc biopeptydów zawartych w rewolucyjnych kosmetykach Larens.

**Dla jakiego gościa przygotowujecie swoją ofertę?**

– Oczywiście jest koncentrowanie się na działaniach prozdrowotnych. Ale mogą one dotyczyć także zajęć ruchowych, sportu, animacji. Dlatego, jako Hotel Przyjazny Rodzinie, zapraszamy rodziców z dziećmi, na które czeka sala zabaw, programy animacyjne, specjalne menu dla dzieci, zabiegi SPA – np. Truskawkowa Księżniczka, czy Wiśniowy Książę. W tygodniu chętnie gościmy klientów biznesowych, a w weekendy

**Często zapomina się, co jest najważniejsze w hotelarstwie. Mówi się, że kuchnia, czystość, szeroka oferta. A przecież najważniejszy jest GOŚĆ! Trzeba o nim pomyśleć przy każdej decyzji, oferować mu wybrane produkty i usługi, specjalnie dopasowane do jego potrzeb**

oraz terapię manualną Kaltenborna. Inwestujemy też w ujęcie wody radoczynnej i pod koniec roku będziemy mogli zaofiarować lecznicze kąpiele w tym wyjątkowym tworzywie uzdrowiskowym.

**A rytuały SPA?**

– Mamy nowe Menu SPA, z autorскими zabiegami i rytuałami. Gabinet dla dwojga – w stylu hotelowego apartamentu, również przeszklony, ze wspaniałym widokiem. W filozofii wellness bardzo ważne jest poczucie łączności z naturą. U nas, w górach, i to tak urokliwych i energetycznych, jak Góry Izerskie, ta możliwość „dotknięcia natury” jest szczególnie cenna. Dlatego staramy się, by gość mógł doświadczyć jej na każdym kroku.

**Koncentrujecie się na zabiegach wybranej marki?**

– Często zapomina się, co jest najważniejsze w hotelarstwie. Mówi się, że kuchnia, czystość, szeroka oferta. A przecież najważniejszy jest GOŚĆ! Trzeba o nim pomyśleć przy każdej decyzji, oferować mu wybrane produkty i usługi, specjalnie dopasowane do jego potrzeb. Dlatego w Hotelu & Medi SPA Biały Kamień, Firma WellU umieściła pierwszy w Polsce specjalistyczny Insty-

– osoby nastawione na relaks bądź aktywny wypoczynek i zadbanie o swoje samopoczucie i wygląd.

**Nie zauważacie „oddechu konkurencji”? Inwestycje w branżę hotelarską wydają się nie mieć końca...**

– Myślę, że najlepsze lata ciągle przed nami. Usługi SPA będą zmierzały w kierunku nie tylko relaksu i przyjemności, ale także konkretów – poprawy samopoczucia i zdrowia. Szczególnie w miejscowościach uzdrowiskowych, a przypomnę, że Świeradów-Zdrój został uznany za numer jeden w destynacji Wellness według Holidaycheck, rozwijać się będzie Medical SPA. Zabiegi uzdrowiskowe – prewencja i rehabilitacja – w połączeniu z odpowiednim standardem usług już dzisiaj cieszą się wielkim zainteresowaniem.

Postrzegamy Gościa holistycznie dlatego prócz życzliwości, troski i zabiegów oferujemy mu ekologiczną kuchnię. Na miejscu wypiekamy chrupiący chleb, wędzimy swojskie kiełbasy, a codziennie na śniadanie serwujemy domowy dżem jagodowy z owoców zebranych w izerskich lasach oraz miód z własnej pasieki. Biały Kamień to slow food i SPA w najlepszym wydaniu. ■



# Możemy reaktywować modę na polskie wina jabłkowe wysokiej jakości

– rozmowa z Rafałem Pawlińskim, pierwszym producentem wina jabłkowego w Polsce



Historia wytwarzania wina jabłkowego w Polsce jest tak stara, jak stara jest historia przetwarzania owoców na alkohol. Prawdziwe wina jabłkowe przetrwało przede wszystkim jako produkt domowy, wytwarzany na własny użytek metodami amatorskimi. Niektórzy sadownicy dla własnej przyjemności produkują wina jabłkowe. Dopiero w 2014 roku powstało pierwsze na świecie markowe wina z polskich jabłek – Apple Papple.

ROZMAWIA KRZYSZTOF JOŃCZYK

**Jak powstał pomysł na produkcję wina?**

– Pomysł na produkcję wina z jabłek narodził się w Ameryce Środkowej.

Bedąc w Nikaragui kupiłem wina z bardzo popularnych tam owoców mango.

Było smaczne. Pomyślałem wtedy – dlaczego w Polsce nie ma markowego wina z jabłek?

Po powrocie do kraju spotkałem kolegę, Jarka Goławskiego, który tak jak ja



przez lata pracował w branży marketingowo-reklamowej. Ja przez wiele lat prowadziłem z kolegą agencję badawczą specjalizującą się w badaniach jakości obsługi (tzw. mystery shopping), a Jarek kierował agencją reklamową i wprowadzał z sukcesem na polski rynek produkty dużych koncernów. Obaj stwierdziliśmy, że pomysł na stworzenie markowego wina z jabłek i wprowadzenie go na rynek jako zupełnie nowego produktu klasy premium jest atrakcyjny. Fakt, że wino musi być premium, wziął się z potrzeby przeskokowania silnie zakorzenionej negatywnej opinii o winie z jabłek produkowanym jeszcze w czasach komuny i nazywanym „jabo!”, kiedy liczyła się ilość, a nie jakość. Musieliśmy stworzyć produkt o najwyższej jakości i z duszą.

**Apple Papple ma dobre recenzje wśród znawców wina – jak doszliście do takiej jakości?**

– Przystudiowałem ustawodawstwo dotyczące produkcji wina. Upewniłem się, jakie normy będzie musiał spełniać nasze wino, by zyskać miano markowego. Aby stworzyć unikatową recepturę i zaprojektować proces produkcyjny, konsultowaliśmy się z fachowcami z branży winiarskiej i profesjonalnymi sommelierami. Zadbaliśmy o to, aby Apple Papple było skalowane, co znaczy, aby wszystkie roczniki smakowały niemal identycznie z niewielkimi tylko różnicami wynikającymi np. z różnego nasłonecznienia.

Apple Papple jest produkowane z najwyższej jakości jabłek trzech odmian:

Delikates, Szampion i Gala. Powstaje w wyniku w pełni nowoczesnego procesu produkcji. Leżakuje przez okres sześciu miesięcy. Otrzymujemy wino, które może zadowolić najbardziej wymagające podniebienia – wiemy to dzięki pochlebnym ocenom, np. redaktora Bońkowskiego z portalu winicjatywa.pl.

**W przedwojennej Polsce produkowano wina owocowe. Czy mogliście czerpać z tamtych doświadczeń?**

– Na początku XX wieku w Polsce produkowano wina owocowe. Znane były wytwórnie z Kruszwicy i Jastkowa. Wina w nich wytwarzane miały renomę, zdobywały medale na targach i wystawach, również za granicą. W pierwszej połowie XX wieku wina te były bardzo popularne wśród klasy średniej, której nie było stać na wina importowane. Bardzo modny był wówczas „kruszon”, który robiło się na bazie wina głównie jabłkowego (przypominał nieco dzisiejszą Sangrię). Niestety po wojnie wytwórnie win zostały znacjonalizowane, a wina w nich produkowane nie było dobrej jakości. Państwo chciało produkować dużo, nie dbając o jakość. Proces psucia opinii jabłkowego wina trwa nieprzerwanie do dziś. Produkuje się napoje jabłkowe alkoholowe, ale nie są to wina. Od 2011 roku przepisy dokładnie określają, jakie normy należy spełnić, aby produkt mógł być nazwany winem. Produkty alkoholowe z jabłek od tego czasu nie mogą używać nazwy „wino”. Apple Papple spełnia

dział alkoholu żył własnym, nieskrępowanym życiem. Aby każdy miał świadomość, że może z nim zrobić wszystko i znaleźć własną, niepowtarzalną recepturę. Mieszamy z wermutami, syropami, likierami, sokami. Dodajmy owoce, lody, słomki i parasolki. Zimą Apple Papple nadaje się do przyrządzenia „grzańca”. Hasło, które ma się kojarzyć z Apple Papple, to: „PIJ JAK WINO, PIJ JAK CHCESZ”. **Jesteście jedynym producentem wina jabłkowego w Polsce – dlaczego nie widać konkurencji?**

– Wino jabłkowe to trudny temat. Winiarze zdobywają doświadczenie latami, powoli buduje się tradycja, a my jesteśmy na początku tej drogi. Problemem zapewne są też finanse. Trzeba kapitał „zamrozić” w beczkach na siedem miesięcy (tyle fermentuje i leżakuje wino). Kolejnym problemem jest konfrontacja z niechlubną historią „jabola”. A jeśli chodzi o rynki światowe, to wypromowanie nowej kategorii produktu zawsze jest dużym wyzwaniem.

**Jakie macie plany na przyszłość dla Apple Papple?**

– Apple Papple pojawiło się na rynku w czerwcu zeszłego roku. Na etapie testowym wprowadziliśmy wino na rynek warszawski do wybranych lokali, sklepów specjalistycznych, lokalnych dystrybutorów, a ostatnią partię rocznika 2014 sprzedaliśmy sieci Piotr i Paweł. Konsumenty poznali nas i oczekują dostępności naszego wina w całym kraju. Na 2016 rok

**Możemy napić się Apple Papple jak wybornego wina schłodzonego do temperatury 10–15°C i cieszyć się przy tym w pełni jego smakiem. Chcemy jednak, aby ten nowy rodzaj alkoholu żył własnym, nieskrępowanym życiem**

wszystkie normy markowego wina ale wymagało to i wciąż wymaga wiele trudu.

**Czy proponujecie jakiś specjalny sposób serwowania Apple Papple?**

– Apple Papple to wino wolności i słońca. Mamy niepowtarzalną szansę wykreowania uniwersalnego alkoholu, który znajdzie zastosowanie znacznie wykraczające poza ramy tego, co do tej pory określaliśmy słowem „wino”. Możemy napić się Apple Papple jak wybornego wina schłodzonego do temperatury 10–15°C i cieszyć się przy tym w pełni jego smakiem. Chcemy jednak, aby ten nowy ro-

mamy dwie propozycje rocznika 2015: wino „Semi Dry” i „Clasic Dry”. Dodatkowo jest wersja „Organic” – wino z ekologicznego polskiego surowca. Skupiamy się na budowie zasięgu dystrybucji krajowej oraz eksportu do USA, Anglii, Skandynawii, Azji. W związku z tym rynkiem w tym roku będziemy obecni na targach w Tajwanie i Szanghaju – a więc ekspansja na Chiny. Wierzymy, że możemy reaktywować modę na polskie wina jabłkowe wysokiej jakości. Chcemy, by Polska słynęła na całym świecie z win wytwarzanych z najlepszych odmian polskich jabłek. ■

# Czy Twoja marka należy do Ciebie?

Często prowokacyjnie pytam przedsiębiorców – dlaczego twoja marka nie jest twoja? Zazwyczaj spotykam się wtedy z oburzeniem ze strony rozmówcy. Padają odpowiedzi, że wręcz przeciwnie – marka do niego należy, bo jest właścicielem logo i domeny, bo on ją wymyślił i zaprojektował znak graficzny albo zapłacił za jego projekt... Tymczasem ja mam na myśli własność marki potwierdzoną stosownymi dokumentami – mówi Piotr Seges, specjalista z Kancelarii Brandingowej Good Name.

ROZMAWIA IZABELLA JARSKA

## Czym dla firmy i jej właścicieli jest marka?

– Marka to rozpoznawalność, renoma, rynek i klienci, którzy często podejmują decyzję o zakupie właśnie ze względu na nią. To identyfikacja, która jest bazą i swoistą trampoliną dla firmy, a także jej znak rozpoznawczy. To marka buduje firmę i zaufanie klientów, nie odwrotnie. Marka może też być cennym aktywem dla właścicieli biznesu.

## Czy ta zasada dotyczy każdej firmy, niezależnie od jej wielkości i branży?

– Zasady są takie same niezależnie od tego, czy dotyczy to biznesu małego, średniego czy dużego. Branża także jest tu bez znaczenia. Niestety polscy przedsiębiorcy ciągle jeszcze przykładają zbyt małą wagę do znaczenia swojej marki. Często także zaniedbują kwestie formalne związane z własnością marki.

## Co pan ma na myśli?

– Często prowokacyjnie pytam przedsiębiorców – dlaczego twoja marka nie jest twoja? Zazwyczaj spotykam się wtedy z oburzeniem ze strony rozmówcy. Padają odpowiedzi, że wręcz przeciwnie – marka do niego należy, bo jest właścicielem logo i domeny, bo on ją wymyślił i zaprojektował znak graficzny albo zapłacił za jego projekt... Tymczasem ja mam na myśli własność marki potwierdzoną stosownymi dokumentami. I tu zazwyczaj okazuje się, że takich dokumentów nie ma. A być powinny.

## Jakie to powinny być dokumenty?

– Po pierwsze mamy tu kwestię prawa autorskiego. Jeśli zamawiamy projekt graficzny logo marki, to samo wypłacenie honorarium nie daje nam prawa własności do niego. Należy zawrzeć z jego twórcą umowę o przeniesienie majątkowych praw autorskich na piśmie, pod rygorem nieważności. Drugą kwestią jest rozumienie marki jako znaku towarowego w obszarze prawa własności

przemysłowej. Należy ją uregulować w Urzędzie Patentowym, co daje prawną ochronę znaku przed możliwością bezkarnego posługiwania się nim przez kogoś innego. Liczą się tu zwłaszcza słowa. Słowa w biznesie mają znaczenie. Dopiero po załatwieniu obu tych kwestii możemy mówić o faktycznej własności marki.

## Czy należy uregulować jeszcze jakieś inne kwestie, aby zarządzać swoją marką?

– Tak. Znaczenie ma także to, kto jest faktycznym właścicielem marki. Czy jest nią właściciel firmy, czy jego przedsiębiorstwo, które marka reprezentuje. Innymi słowy, czy przedsiębiorca jako osoba fizyczna, czy przedsiębiorstwo, poprzez które realizuje on swoją przedsiębiorczość. Przemysłane cumowanie praw do marki otwiera szereg korzyści dla właścicieli biznesu. Chodzi tu m.in. o umowy licencyjne. Taką umowę mogą na przykład zawrzeć ze sobą członkowie rodziny, w wypadku gdy ktoś z nich prowadzi działalność gospodarczą, albo osoby fizyczne ze spółkami, w których mają udziały. Pierwsza licencja, czyli tak zwane pierwsze wdrożenie, daje podstawę do wysokiej ulgi podatkowej sięgającej połowy pierwszego progu podatkowego. Kolejna przydatna w zarządzaniu marką kwestia to jej wycena dla celów bilansowych. Dokonuje jej rzeczoznawca na podstawie analizy dokumentów dotyczących danych finansowych firmy reprezentowanej przez markę, ale także oceniając historię tej firmy, jej rozpoznawalność na rynku i zdolności licencyjne. Taka wycena przede wszystkim podnosi aktywa firmy lub jej kapitał zakładowy. Znak towarowy, czyli marka, przynosi przez pięć lat co roku możliwość skorzystania z dwudziestoprocentowego odpisu podatkowego w przypadku jej sprzedaży swojej firmie. Daje więc efekt wymiernej tarczy podatkowej. Tu należy jed-

nak pamiętać, że wycenioną markę można tak wykorzystać tylko jeżeli posiada ona czynną ochronę prawną nadaną przez polski lub europejski urząd patentowy. Czyli wracamy do tego, o czym mówiliśmy na wstępie.

## Co jeszcze można zyskać, gdy zadba się o prawną własność marki?

– Jest wiele korzyści wynikających z prawidłowego zarządzania własnością marki. Pokazujemy to w projekcie Kapitał Marki. Na przykład, gdy mamy do czynienia ze spółką, to współwłasność praw do marki jest znacznie mocniejszym zabezpieczeniem wspólników niż podział udziałów. Ewentualną nieojojalność wspólnika możemy egzekwować z tytułu naruszeń praw własności do utworu. Odszkodowanie może sięgać trzykrotnej wartości naruszeń lub osiągniętych w nieuprawniony sposób korzyści. Zabezpieczamy się też przed ewentualnymi roszczeniami finansowymi ze strony kogoś, kto prowadzi firmę pod nazwą identyczną lub podobną do naszej. W ten sposób chronimy firmę, jej wydatki marketingowe i domenę. To bardzo ważna i jedyna polisa ubezpieczająca biznes. Istotne są też konkretne korzyści podatkowe i finansowe. Należy do nich wysoka kwota – do 42.764 złotych – ulgi podatkowej z tytułu pierwszej licencji. Osoba fizyczna udzielająca licencji nie płaci składek ZUS. Należy pamiętać, że w spółkach licencja może zastąpić dywidendę, co jest podwójną korzyścią dla udziałowców. No i wreszcie bardzo ważna, zwłaszcza dla firm rodzinnych, kwestia sukcesji. To właśnie przekazanie praw własności do marki jest tak naprawdę jedynym sposobem gwarantującym przekazanie firmy w obrębie rodziny. Więcej korzyści finansowych i strategicznych wynikających z własności marki pokazujemy na stronie [www.goodname.pl](http://www.goodname.pl) w zakładce „Kapitał Marki”. ■



**Znak towarowy, czyli marka, przynosi przez pięć lat co roku możliwość skorzystania z dwudziestoprocentowego odpisu podatkowego w przypadku jej sprzedaży swojej firmie. Daje więc efekt wymiernej tarczy podatkowej**



# Polonia w obiektywie

Cztery lata temu stworzyliśmy własną telewizję internetową – PepeTV – która pokazuje życie Polonii w Niemczech, Holandii oraz Belgii. Ściśle współpracujemy także z TVP Polonia i jesteśmy korespondentami tej stacji w zachodnich Niemczech – mówi Sylwia Plonka, właścicielka studia fotograficznego oraz polonijnej telewizji internetowej w Niemczech.

ROZMAWIA IZABELLA JARSKA

## Wyemigrowała pani z Polski już wiele lat temu...

– Tak. Pochodzę z Wrocławia, ale od około 20 lat mieszkam wraz z mężem i dziećmi (dwudziestotrzyletnim synem i siedmioletnią córką, która urodziła się już poza Polską) w Niemczech.

## I właśnie w Niemczech rozwinęła państwo swoją własną firmę... Jest ona związana z fotografią i filmem. Czy ten rodzaj działalności to wynik pani wykształcenia?

– Nie, z wykształcenia i zawodu jestem renowatorem zabytków architektury, jednak nigdy nie pracowałam w swoim fachu. Ani w Polsce, ani w Niemczech. Jak pani wspomniała, swoje życie zawodowe związałam z inną dziedziną, ale równie interesującą, bowiem od dwunastu lat prowadzimy z mężem studio fotografii i filmu: Pepe Foto & Video Studio.

## W jakim rodzaju fotografii państwo się specjalizujecie?

– Zajmujemy się fotografią zarówno indywidualną, jak i marketingową. Specjalizujemy się w portretach, ale wykonujemy również zdjęcia i filmy ślubne oraz okolicznościowe, we wnętrzach i w plenerach. Mamy także w dorobku sesje reklamowe.

## Fotografia nie jest jedynym polem państwa działalności...

– To prawda. Cztery lata temu stworzyliśmy własną telewizję internetową – PepeTV – która pokazuje życie Polonii w Niemczech, Holandii oraz Belgii. Ściśle współpracujemy także z TVP Polonia i jesteśmy korespondentami tej stacji w zachodnie Niemcy. Można powiedzieć, że PepeTV powstała dość spontanicznie. Jej początki to głównie wywiady z Polakami mieszkającymi w Niemczech, ale z czasem rozwinęło się to w reportaże z organizowanych tu imprez kulturalnych. Współpracuje z nami około 50 osób z całych Niemiec, które przysyłają nam filmy i teksty ze swoich miast czy regionów. Mieszkamy w Essen w Nadrenii-Westfalii, ale nasze informacje dotyczą całego kraju, a tak

że Belgii oraz Holandii. Mamy także cotygodniowe wydania Pepe Info i tam na bieżąco można zobaczyć i usłyszeć, co się wydarzyło i co w najbliższym tygodniu będzie się jeszcze działo. Ponadto od września 2015 ruszyliśmy z Polonijną Listą Przebojów PepeTV. Są to cotygodniowe notowania piosenek i utworów muzycznych, które są śpiewane i wykonywane przez Polaków z całego świata. Warunkiem emisji na naszej antenie jest tylko to, aby artysta mieszkał poza Polską i przysłał nam swój teledysk. Mamy piosenki z Australii, USA, Niemiec, Holandii czy Francji. Ogółem na liście jest już przeszło 60 utworów.

## Od niedawna współpracują państwo także z fundacją Teraz Polska.

– Tak. W przyszłym roku po raz pierwszy organizujemy wspólnie z fundacją Teraz Polska wybory Wybitnego Polaka w Niemczech. Takie gale odbywają się na całym świecie, ale dopiero teraz po raz pierwszy będzie to miało miejsce w Niemczech i jesteśmy oficjalnymi oraz jedynymi przedstawicielami tej edycji wyborów

na terenie wspomnianego kraju. 30 maja byliśmy w Warszawie na gali fundacji Teraz Polska. Oczywiście do wyborów Wybitnego Polaka Roku w Niemczech jest jeszcze trochę czasu, jednak wiele przygotowań przed nami, a na miejscu mogliśmy nawiązać kontakty i poszerzyć naszą edycję o nowe pomysły. Dla nas jest to obecnie priorytetowe wyzwanie.

## Tych kilka pól działalności prowadzonych równoległe zapewne zabiera dużo czasu. Jak pani sobie z tym radzi? Co panią najlepiej motywuje do pracy?

– Jestem osobą spokojną, ale jednocześnie zaangażowaną w to, czym się zajmuję. Pracuję i to przynosi mi wiele satysfakcji. Każdy tydzień pracy jest wypełniony po brzegi. Jednak przede wszystkim zajęcia codzienne i terminy napędzają mnie do dalszej działalności i bycia aktywną. Ale tak to jest, że im więcej mamy obowiązków, tym łatwiej je można planować. Najważniejsze jest, aby lubić to, co się robi. I rodzina... Taka rodzina, w której wzajemnie się wspieramy i wspólnie działamy. ■

Już 19 lat jesteśmy papierkiem lakmusowym polskich firm...

**sprawdź swoje peHa=sukces:➔**

Dołącz do zwycięzców [www.nagrodawiktoria.pl](http://www.nagrodawiktoria.pl)

Do 15 lipca 2016 r. czekamy na Twoje zgłoszenie.



Celem ogólnopolskiego Konkursu WIKTORIA - Znak Jakości Przedsiębiorców jest upowszechnianie zasad etyki i rzetelnego wykonywania działalności gospodarczej oraz wspieranie przedsiębiorczości i inicjatyw gospodarczych.

ORGANIZATOR  
**WIP**  
Wspieranie Inicjatyw Przedsiębiorczych

# Trzeba pamiętać o swoich przodkach

– rozmowa z Andrzejem Tarkowskim-Kiliszewskim

Pochodzę z prastarego rodu Szamchałów Tarkowskich, którzy byli władcami Degestanu, Górnego Kaukazu oraz Czecheni. Z tego rodu wywodzą się m.in.: Arsenij Tarkowski (znany poeta), Andriej Tarkowski (światowej sławy reżyser filmowy) i wiele innych osobistości, m.in. Stanisław Tarkowski (syn kupca Władysława Tarkowskiego), bliski przyjaciel Henryka Sienkiewicza – mówi Andrzej Tarkowski-Kiliszewski, prawnik, dziennikarz oraz właściciel telewizji internetowej ATV.

Fot. Michał Buczek

ROZMAWIA IZABELLA JARSKA

**Co to znaczy mieć błękitną krew w obecnych czasach? Czy tzw. dobre pochodzenie ma pana zdaniem jeszcze znaczenie?**

– Oczywiście, jak najbardziej arystokratyczne pochodzenie w wyższych sferach ma znaczenie. Pochodzę z prastarego rodu Szamchałów Tarkowskich, którzy byli władcami Degestanu, Górnego Kaukazu oraz Czecheni. Z tego rodu wywodzą się m.in.: Arsenij Tarkowski (znany poeta), Andriej Tarkowski (światowej sławy reżyser filmowy) i wiele innych osobistości, m.in. Stanisław Tarkowski (syn kupca Władysława Tarkowskiego) – bliski przyjaciel Henryka Sienkiewicza. Staś, zafascynowany opowieściami o dalekich ładach, Afryce i Ameryce, przyłączył do autora „Trylogii” do tego stopnia, że Sienkiewicz uwiecznił go w ostatnim swym wielkim dziele – „W pustyni i w puszczy” – a Władysławowi Tarkowskiemu przekazał rękopis powieści. Tak przynajmniej wynika z relacji Eugeniusza Szermentowskiego zamieszczonej w książce Wiesława Kota „W pustyni i w puszczy – prawda i legenda”. Wnuk Władysława, Wojciech Tarkowski, wzbogacił tę historię informacją o dalszych losach rodziny i rękopisu, który po zburzeniu przez Niemców kamienicy pod numerem 68 przy ul. Marszałkowskiej i przeprowadzce jej mieszkańców, przechowywany był podobno w bliźniaczym domu numer 72. Tarkowscy herbu Klamry mieszkali przy Marszałkowskiej 68 przez cztery dekady. Jak podaje na stronach swojej fundacji Elżbieta Księżna Tarkowska-Chatila, już w 1906 r. Władysław Tarkowski i Matias Taubenhaus otworzyli pierwsze mieszkania dla samotnych matek z dziećmi i ubogich rodzin. W ostatniej wydanej przed II Wojną Światową książce telefonicznej Warszawy można odnaleźć abonenta Wła-



dysława Tarkowskiego, telefon 893 05, zarówno do sklepu, jak i mieszkania. Zachowała się również karta pocztowa przesłana przez ciotkę Marię Szummerową w czerwcu 1945 r. na Marszałkowską 72, dokąd Władysław wrócił po wyzwoleniu i gdzie zmarł 4 listopada tego samego roku w wieku 70 lat. Dla mnie rodzina i pochodzenie ma ogromne znaczenie. Z mojego jestem dumny i pielęgnuję tradycje rodzinne, w tym przekazuję następnym pokoleniom historię dziejów rodu.

**Ma pan korzenie polsko-ukraińskotatarskie – co daje taka mieszanka? Czy łatwiej jest wtedy odnaleźć się w różnych kulturowo środowiskach?**

– Jest łatwiej odnaleźć się w różnych kulturach i środowiskach. Mój ojciec Wiktor był Polakiem i częściowo Tatarem,

a mama częściowo jest Polką, Ukrainką i Tatarką (ale bardziej Ukrainką). Mieszanka kulturowa oraz krwi w wielu sprawach jest mi wręcz pomocna, ponieważ mam dwie ojczyzny, a nawet trzy. I każda z nich jest dla mnie jednakowo ważna, mając na uwadze to, że urodziłem się w Fastowie pod Kijowem na Ukrainie, a mieszkam na stałe od 17 lat w Warszawie. Historycznie moi pradziadkowie po stronie ojca, Wiktora Kiliszewskiego, byli powstańcami styczniowymi i listopadowymi. Mieszkali na stałe w Warszawie, lecz z powodów groźących represji carskich (ze strony zaborców), musieli emigrować z Polski na tereny obecnej Mołdawii i Ukrainy, a ostatecznie do Odessy. Część rodziny zdołała potem z Odessy przedostać się do USA – do stanu Pensylwania.

A ta część, która nie zdążyła uciec przed czerwoarmistami i bolszewikami, pozostała już na stałe na Ukrainie, ukrywając swoje szlacheckie i polskie pochodzenie, aby uratować życie, ale z dbałością o to, aby jednocześnie nie wykorzenić swego pochodzenia i tradycji rodzinnych. Losy mojej rodziny są bogate a zarazem bardzo tragiczne, ponieważ m.in. pracowała na dworze u hrabiów Branickich w Białej Cerkwi i była wierna dworowi aż do samego końca, tj. do roku 1917–1918, kiedy i sami Branicy musieli uciekać najpierw do Kijowa, a później do Polski.

**Z wykształcenia jest pan prawnikiem od jedenastu lat czynnie uprawiającym ten zawód. Skąd zatem zainteresowanie pracą w mediach i pomysł na własną telewizję?**

– Studia prawnicze skończyłem na Wydziale Prawa i Administracji Uniwersytetu Warszawskiego w grudniu 2004 r., będąc przez pięć lat stypendystą Rządu Polskiego w ramach tzw. pomocy Polakom na Wschodzie. Wspominam lata studiów wspaniale, był to niesamowity okres i przeżycia. Czasy zmieniają się i prócz wykonywania wyuczonego zawodu pragnęłam także realizować swoje pasje. Zanim zostałem polskim prawnikiem, przez wiele lat zajmowałem się malarstwem na skrupie oraz organizacją własnych wystaw. W swoim dorobku mam I Nagrodę uzyskaną od małżonki Prezydenta Ukrainy Ludmiły Kuczmy w czerwcu 1997 r. w ogólnoukraińskim konkursie pt.: „Zielony Świat Ukrainy”, w którym udział wzięło ponad 5000 osób. Ja reprezentowałem mniejszość polską na Ukrainie w kategorii wiekowej od 12 do 16 lat. Później, podczas studiów, nie miałem czasu na działalność artystyczną, którą zawiesiłem na okres kilku lat. Po skończeniu studiów prawniczych musiałem zająć się pracą w zawodzie, m.in. prowadząc własną kancelarię prawną „Skarabeusz”. W międzyczasie wydałem dwie książki filozoficzno-teologiczne „Opus Angelorum in Opere Salutari czyli Traktat o Aniołach” oraz „Traktat o demonach Demonia”. Jednak z upływem czasu bycie tylko prawnikiem i pisarzem mi nie wystarczało, zwłaszcza że w dwudziestym pierwszym wieku niewiele osób czyta książki. Wówczas wpadłem na pomysł, aby zamiast pracować w czyjejś redakcji jako reporter TV, otworzyć własną telewizję internetową. I tak się stało. Założyłem Telewizję ATV sp. z o.o. (ATV to skrót od ANDY.TV), która od czterech lat rozwija się prężnie i mamy już na swoim koncie setki wywiadów z polskimi i zagranicznymi gwiazdami, celebrytami i innymi postaciami życia publicznego. A wszystko zaczęło się tak niepozornie... Najpierw stworzyłem własnym program telewizyjny „Illuminati-

con”, którą to nazwę później skróciłem do „ICon”. A ponieważ sam program bez telewizji nie może istnieć, utworzyłem i zarejestrowałem w KRS telewizję ATV. Później powstały popularne programy „Warszawa w Obiektywie” oraz „Fashion Secrets”. Obecnie ATV ma na stałe trzech reporterów, czterech operatorów kamer, dwóch montażystów, fotografa i grafika. Telewizja utrzymuje się tylko i wyłącznie z własnych środków i dzięki wsparciu mojej drugiej firmy – Kancelarii Prawnej ATV. Nigdy nie korzystaliśmy z żadnych dofinansowań ani z pomocy ze strony instytucji państwowych lub prywatnych. Poza finansowaniem ATV przez mnie osobiście, dużo zawdzięczam Marianowi Sałkowskiemu, który dotował zakup własnego sprzętu nagraniowego. Obecnie ATV stoi przed kolejnym wyzwaniem, czyli tym, żeby świadczyć odpłatne usługi audiowizualne i dzięki temu pozyskiwać środki na własną działalność, bez których praktycznie nie jest możliwe funkcjonowanie telewizji, która zatrudnia całą ekipę profesjonalistów, a nie, jak inne telewizje internetowe, amatorów. Moim celem jest, aby telewizja ATV była unikalna w swojej formie i przede wszystkim w przekazie medialnym, a nie ślepo naśladowała innych.

**Co jest panu bliższe – środowisko prawnicze czy media?**

– Bliższe mi jest zarówno środowisko prawnicze, jak i środowisko filmowców, ponieważ czuję się jak ryba w wodzie w obu tych zawodach: prawnika i dziennikarza.

**Jest pan redaktorem naczelnym i zarazem prowadzącym program telewizyjny „Warszawa w Obiektywie” – o którym sam pan mówi, że jest rodzajem hołdu złożonego wybitnemu reżyserowi Andrijejowi Tarkowskiemu. Na czym ten hołd polega?**

– Moim zdaniem trzeba pamiętać o swoich przodkach oraz o wielkich osobistościach, które dla niektórych są mistrzami i mentorami duchowymi. Losy Andrieja Tarkowskiego oraz jego niesamowity dorobek artystyczny wywarły duży wpływ na mój rozwój osobisty, zwłaszcza że żył on i pracował w okresie największych represji i szerszącej się komunizmu na świecie. Podobnie jak i ja, urodził się na Ukrainie, realizował się jako filmowiec i też kontynuował tradycję prastarego rodu Tarkowskich, za co został uhonorowany dwukrotnie nagrodami filmowymi w Cannes. Każdy wie, kim był reżyser Andriej Tarkowski, który tęsknił za swoją ojczyzną, będąc na wygnaniu we Francji lub we Włoszech i ostatecznie został pochowany na cmentarzu w Paryżu, obok grobów carskich. Stało się tak, ponieważ Tarkowscy zawarli unię per-

sonalną, zgodnie z którą jeżeli zabrakłoby następcy tronu carskiego, to Tarkowscy mogliby być kandydatami do niego. Podobnie jak i ród Glebowych, z którymi Tarkowscy połączyli się małżeństwem w 1918 r. To właśnie księżna Lejla Tarkowska z Glebowych cudem ocalała dotarła do Warszawy z Degestanu, przekazując ciągłość władzy Szamchałów poprzez przekazanie insygniów Tarkowskich. Natomiast reszta rodziny Tarkowskich na terenach Degestanu, Kaukazu i Czeczeni została wymordowana, podobnie, jak i część Tarkowskich w okresie powojennym.

**Jakim biznesem jest telewizja internetowa? Łatwym czy trudnym?**

– Jest to biznes dość wyczerpujący, cieszący się jednak coraz większym zainteresowaniem u potencjalnych kontrahentów. ATV otrzymuje coraz więcej płatnych zleceń, które cały czas realizujemy. W dodatku telewizje internetowe w obecnym czasie zyskują na popularności, zwłaszcza nasza, która ma już wyrobioną markę.

**Czym pana telewizja różni się od innych kanałów telewizyjnych?**

– Telewizja ATV różni się od innych stacji telewizyjnych przede wszystkim tym, że nasza ekipa pojawia się z kamerami na wielu eventach w kraju. To my relacjonujemy większość gal w Warszawie i staramy się zawsze nagrać nie tylko krótką migawkę z danego wydarzenia, ale cały pełny reportaż, zawierający kilkanaście wywiadów. Jesteśmy jedną z nielicznych telewizji internetowych, które tak długo działają na rynku. Dość często ATV określamy jako telewizję „gwiazd i celebrytów”. Nasza siedziba mieści się przy ul. Wspólnej 41 lok. 48 w Warszawie i zapraszamy osoby zainteresowane współpracą z nami przy zleceniu lub realizacji poszczególnych projektów.

**Jakie ma pan plany związane z rozwojem ATV?**

– Najbliższe cele do zrealizowania to po pierwsze przyspieszyć emisję naszych produkcji filmowych i programowych, po drugie zwiększyć zasięg oglądalności, po trzecie położyć nacisk na stworzenie nowej witryny i po czwarte zdobyć jeszcze więcej potencjalnych kontrahentów i partnerów, aby pozyskać dodatkowe środki na utrzymanie obecnych programów telewizyjnych oraz stworzenie kolejnych.

**I zawód prawnika, i praca dla mediów zapewne generują stres – jak pan je odciąża? W jaki sposób najchętniej spędza pan wolny czas?**

– Powiem tak – największym odciążeniem po pracy jest dla mnie oglądanie filmów fabularnych i animowanych lub horrorów. Relaksują mnie także wyjazdy poza Warszawę, tam gdzie mogę się opalać nad morzem lub basenem. ■

# Każda rola jest osobnym wyzwaniem

– wywiad  
z Jolantą  
Mrotek

Dajemy cząstkę siebie innym, ale inni, chorzy, cierpiący, potrzebujący oddają nam tak duży pozytywny ładunek energii, nadzieji i chęci do życia, że przejmując od nich choćby ułamek tego, zyskujemy szczęście, radość i spełnienie – mówi Jolanta Mrotek, aktorka musicalowa, teatralna i telewizyjna.

ROZMAWIA NATALIA KAMIŃSKA

**Ukończyła pani liceum ogólnokształcące w Koszalinie, specjalizując się w genetyce i astronomii. Nie chciała pani zostać naukowcem? Kiedy nastąpił moment przełomowy, w którym zapadła decyzja, by zająć się pracą artystyczną?**

– Od dziecka ścierały się we mnie dwie pasje: nauka i sztuka. Jako mała dziewczynka często dopuszczałam się podobno karygodnych zachowań, tzn. sadzałam mniejsze od siebie dzieci na schodach, udając, że to widownia. Zamykałam drzwi od klatki schodowej, stwarzając wrażenie teatru i występowałam przed nimi, ile tylko się dało. Odgrywałam scenki, śpiewałam piosenki, nie zważając niestety na to, że niektóre maluchy, z racji wieku, w ogóle nie były tym zainteresowane. Na szczęście mamy wybaczały mi to za każdym razem i mogłam bezkarnie uprawiać swój „proceder”. Tak się zaczęło. Potrafiłam też godzinami ślęczeć w laboratorium, wykonując niezliczone doświadczenia z chemii i biologii. Uwielbiałam to. Białe fartuch, szkło laboratoryjne i zapach niezliczonych odczynników. Mój syn odziedziczył to po mnie w genach. Fascynowała mnie też astronomia. Miłość do science fiction towarzyszy mi całe życie. Pasjami czytałam książki o innych wymiarach, czarnych dziurach i zakrzywieniu czasoprzestrzeni. Życie zdecydowało za mnie, czym się zajmę na stałe. Kiedy ukończyłam szkoły muzyczne pierwszego i drugiego stopnia, moja profesor od śpiewu zabrała mnie do Gdyni na egzaminy do słynnej szkoły Baduszkowej. Było bardzo ciężko. Trzysta osób i tylko piętnaście miejsc. Udało się. Dalej to już ciężka praca. Setki spektakli, ról, seriale, filmy i koncerty. Los tak chciał. Ale... Warto było pracować!

**Która z granych przez panią ról stanowiła jak do tej pory największe wyzwanie?**

– Musicalowo chyba w spektaklu „Crazy for you” w Teatrze Roma. Jedną z głównych ról u boku Janusza Józefowicza i reżysera Wojciecha Kępczyńskiego. Śpiew, gra aktorska i ogromne sceny stepowane i tańczone wymagały olbrzymiej kondycji i sprawności fizycznej. Bardzo ciężka praca i miesiące przygotowań. Castingi i tysiące chętnych. Duży stres i samozaparcie. Rola trudna, ale fantastyczna. Owacje bezcenne! W filmie chyba rola Bieńkowej w „Instynkcie” Patryka Vegi. Dramatyczna postać kobiety zaniedbywanej przez męża i przeżywającej tragedię jako matka. Wyzwanie aktorskie, ale maksimum satysfakcji. Cudowni partnerzy: Danuta Stenka i Jarek Boberek. Rzadko mi się zdarza, że mogę zagrać bez make-upu i fryzury, tak po prostu, w „byłe

czym”, zwyczajnie „być”, a nie „wyglądać i być”. Kocham takie role. Trudną rolę wbrew pozorom jest też dla mnie Halszka z Klanu, którą gram od przeszło dwunastu lat. Podła, przebiegła, podstępna i wyrachowana. Kradnie i szantażuje. Najczarniejszy charakter w serialu. Lubię tę postać, bo w życiu jestem zupełnym jej zaprzeczeniem. Muszę się natrudzić, a nie grać „po warunkach”. Najlepszym komplementem jest dla mnie to, że ludzie wierzą w autentyczność tej postaci. To znaczy, że jestem przekonująca jako aktorka. A o to przecież chodzi w tym zawodzie. **Czy zdarza się pani czasem utożsamiać z graną przez siebie postacią?**

– Każda rola jest osobnym wyzwaniem. Wymyślam ją i pracuję nad nią. Najbardziej ukochałam sobie postać magister Mrotek w Dzienniku Telewizyjnym Jacka Fedorowicza. To chyba taka cała ja. Pan Jacek wymyślił tę postać po kilku latach wspólnej pracy ze mną i tak już zostało.

## Kiedy usiadłam na tym małym skrawku na szczycie, z którego rozpościera się niesamowity widok na Morskie Oko i Tatry, zdałam sobie sprawę, że mam przed sobą 500 metrów przepaści. Nic, tylko lita skała i przepaść

**Napisała pani kiedyś, że zawód aktora to „ciągła praca i wyrzeczenia. Diety, gorszy, suknie i pióra. Dbanie o głos, figurę i kondycję”. Jak w takim razie musi wyglądać pani dzień, by mogła pani spełnić te wszystkie wymagania?**

– Oczywiście, to prawda. Trzeba dbać o kondycję. Nie ćwiczę jakoś szczególnie, ale taka gimnastyka typu brzuszki czy przysiady albo rozciąganie to podstawa. Chodzę na długie spacery. Staram się ograniczać słodczyce i nie łączyć pokarmów. Dbam o gardło. Zimą zawsze golfy i szaliki. Unikam też bardzo zimnych napojów. Jem często, ale mało. W ten sposób unikam odkładania przez organizm zapasów „na później”. Niestety za dużo solę i muszę z tym powalczyć. Łykam suplementy diety: omega-3, magnez, luteinę, witaminę C, L-karnitynę, piję też wodę niegazowaną.

**Poza pracą zawodową podejmuje pani wiele aktywności (np. wspinaczka, nurkowanie, żeglowanie), które wymagają pokonywania własnych słabości. Jak te zajęcia zmieniły pani życie?**

– Szczególnie ważny w moim życiu był moment złożenia wypowiedzenia po wielu latach pracy w jednym teatrze i odcię-

cie się od toksycznej szefowej. To było jak ponowne narodzenie. Postanowiłam wtedy, że zrobię coś szalonego. Wyruszyłam na wspinaczkę wysokogórską na Mnicha. Piękna, skalista góra, 2400 m n.p.m. Było bardzo ciężko. Przewodnik narzucił mi takie tempo, że słyszałam bicie tętna w uszach i chwilami nie widziałam na oczy z wysiłku. Pot lał się strumieniami, ręce bolały od wczepiania się paznokciami w skałę. Stopy wyszukiwały najmniejszej rozpadliny, o którą można było się oprzeć. Kiedy usiadłam na tym małym skrawku na szczycie, z którego rozpościera się niesamowity widok na Morskie Oko i Tatry, zdałam sobie sprawę, że mam przed sobą 500 metrów przepaści. Nic, tylko lita skała i przepaść. Na szczycie nie ma żadnych barierek czy zabezpieczeń. Jest się jakby na czubku świata. Niesamowite. Człowiek zdaje sobie sprawę, że wszystko może. Chce żyć, spełniać marzenia, realizować cele. Nie będę przejmowała się ludźmi,

którzy na to nie zasługują. Pozbyłam się bzdurnych problemów. To było jak katharsis. Potem jeszcze moment, kiedy musisz stanąć na szczycie i dać krok za grań. W pustkę. Nie ma innego wyjścia, trzeba zjechać na linach dwadzieścia pięter w dół. Nie ma schodów ani pomocy. Niesamowite uczucie. Wolność.

**Pani syn również rozwija wiele pasji, m.in. jest zapalonym i utalentowanym chemikiem i fizykiem, gra na gitarze, nurkuje, lata na szybowcach. W jaki sposób, jako rodzicowi, udało się pani rozbudzić w nim tyle różnorodnych zainteresowań?**

– Śmiejemy się, że wiele rzeczy odziedziczył w genach, ale trzeba rozwijać w dzieciach pasje i pomóc je realizować. Od wczesnych lat wynajdywałam Oskarowi różne kolonie i obozy, aby szukał w sobie odpowiedzi. Aikidō, fotografia, konie, szybowce, narty, gitara, survival, strzelectwo, nurkowanie, robotyka. Skończyło się na tym, że nie ma czasu na nudę. W zeszłym roku zdobył złoto na Mistrzostwach Świata Młodych Fizyków w Bangkoku. Jest moją dumą i zawsze będę go wspierała.

**Od wielu lat tworzy pani udany związek ze swoim mężem. Nie da się ukryć, że w świecie show biznesu jest to ewene-**

mentem. Pani jednak udało się znaleźć na to receptę. Jaką?

– Jeśli się trafi na tę swoją „drugą połówkę”, to trzeba o to dbać. Mąż był scenografem w Teatrze Muzycznym w Gdyni, a ja grałam na scenie. Spotkałam go na portierni. Lał deszcz. Poprosiłam o podwiezienie do Domu Aktora. Białym maluchem. Nie było spotkań, randek, po prostu zostaliśmy już ze sobą na zawsze. Minęło 26 lat od dnia, kiedy się poznaliśmy. Myślimy podobnie, mamy wspólne cele, ukochanego syna Oskara, wspólne marzenia. Rozumiemy się bez słów. Czasem zdarza nam się wypowiadać nagle to samo zdanie jednocześnie. Śmiejemy się, że nasze aury są ze sobą złane. Nawet na odległość. Trzeba się ze sobą zaprzyjaźnić, umieć rozmawiać, znajdować wspólne rozwiązania, pozbyć się chorej zazdrości, która zabija każdy związek, nauczyć się przeproszać, przebaczać. W związku musi też być równouprawnienie. Chęć pomocy w codziennym życiu i obowiązkach. Nie ma tu podziału na pleć. Ważna jest rozmowa o wszystkim: o rzeczach trudnych, rozterkach, problemach, wątpliwościach, o tym, co nas boli, drażni i przeszkadza. Trzeba umieć słuchać, nauczyć się zapominać o różnych wpadkach i złych chwilach.

**Czy ma pani swoje ukochane miejsce na ziemi?**

– Na pewno jest to mój dom na Kabatach. Zamykam za sobą drzwi i otacza mnie spokój i poczucie bezpieczeństwa. Kocham moje bibeloty, obrazy na ścianach i całą masę pamiątek, którymi ten dom obrósł przez te wszystkie lata. To taka moja oaza. Jest jeszcze jedno ukochane przeze mnie miejsce. To Wenecja. Pojechaliśmy tam z mężem zaraz po tym, jak się poznaliśmy. Byliśmy tam już wiele razy, ale zawsze zdarza nam się znaleźć jakiś nowy, urokliwy zakątek. To cudowne miejsce.

**A jakie ma pani wspomnienia związane z Krakowem?**

– Niestety nigdy nie mam czasu, aby na spokojnie pokontemplować uroki tego miasta. Zawsze wyjazdy do pracy, występy na różnych scenach, eventy, szybka, obowiązkowa wizyta na Wawelu albo na Rynku, pakowanie się i powrót. Może w te wakacje zawitam tam na dłużej. Kocham Kazimierz, atmosfera jest tam bezcenna.

**Od wielu lat wspiera pani różne imprezy charytatywne. Teraz jest pani ambasadorką akcji „OnkoRejs – Wybieram życie”. Dlaczego zdecydowała się pani wesprzeć tę inicjatywę?**

– Mój tata kilka lat temu zachorował na raka. Życie uratowało mu to, że mama pilnowała regularności badań profilaktycznych. Skończyło się na operacji, wycięciu m.in. węzłów chłonnych, naświetleniach, stresie i bólu, ale tata przeżył. Pomyslałam, że jeśli mogę powalczyć o ży-

**Spotkałam go na portierni. Lał deszcz. Poprosiłam o podwiezienie do Domu Aktora. Białym maluchem. Nie było spotkań, randek, po prostu zostaliśmy już ze sobą na zawsze. Minęło 26 lat od dnia, kiedy się poznaliśmy**



Fot. Adek Koper

cie innych, to jest to bezcenne. A druga sprawa to pokazanie, że rak to nie wyrok. Że można z nim żyć, realizować marzenia i pasje. Dobro zawsze wraca, tak myślę. Jeżeli możemy obudzić się rano z uśmiechem na ustach i satysfakcją, że ktoś dzięki nam jest choć przez chwilę szczęśliwy, to warto pomagać. Tak jak to napisałam w ostatnim felietonie na blogu OnkoRejsu. Dajemy cząstkę siebie innym, ale inni, chorzy, cierpiący, potrzebujący, oddają nam tak duży pozytywny ładunek energii, nadziei i chęci do życia, że przejmując od nich choćby ułamek tego, zyskujemy szczęście, radość i spełnienie.

**W jaki sposób przekonuje pani innych, by regularnie wykonywali badania profilaktyczne?**

– Powtarzam do znudzenia: badajmy się. Rak wcześniej wykryty to duża szansa na wyleczenie. Jeśli nie zależy nam na swoim zdrowiu (w co wątpię), bo jesteśmy zbyt zabiegani, żeby zaprzętać sobie głowę badaniami, to zróbmy to dla bliskich, nie bądźmy egoistami! To rodzina cierpi z niemocy i wyrzutów sumienia, że nie zmusiła nas do badań i nie zapobiegła chorobie! Żyjemy pełnią życia, kształcimy się,

zakładamy rodziny, walczymy o pracę i realizację celów, powalczmy zatem o życie! Wiem, że wszyscy odkładają to na później, ale może się okazać, że nie będzie tego „później”. Zadałam sobie pytanie: jak sprawić, aby badania były naturalne? Ba! Wręcz trendy! Wtedy wpadłam na genialny pomysł: prezent! Piszę o tym w każdym wywiadzie i mówię w TV. Jest tyle okazji. Urodziny, imieniny, Dzień Matki, Kobiet czy Mężczyzn (nie zapominajmy, że rak nie rozróżnia płci). Kupmy prezent bliskiej osobie. Na pewno będzie oryginalny i świadczący o tym, jak bardzo nam zależy na czyimś życiu. Może to być zwykłe badanie krwi, które jest podstawą, czyli morfologia czy PSA, ale także mammografia, USG, cytologia.

I nie uważam, żeby to było mało romantyczne. Zgoda, oprócz tego kwiatek, niech będzie. Wierzcie mi, że każdy to doceni. Jest jeszcze jeden plus. Nie będzie mu wypadło odmówić. Albo robi to dla świętego spokoju, albo z szacunku dla nas. Wszystko jedno, ale robi! A o to nam chodzi. Może uratujemy czyjeś życie. Zastanówcie się nad tym. Myślę, że to świetny pomysł. ■





# Certyfikat Jakości Biznesu „Przedsiębiorstwo Fair Play” – mocna strona Twojej firmy

Anna Szcześniak to wieloletni pracownik Instytutu Badań nad Demokracją i Przedsiębiorstwem Prywatnym oraz członek Komisji Ogólnopolskiej programu „Przedsiębiorstwo Fair Play”. To również osoba współtworząca program i pracująca przy nim od jego początków w 1998 roku. Spotykam się z nią przy okazji kończącego się pierwszego etapu XIX już edycji programu „Przedsiębiorstwo Fair Play”, który od lat cieszy się dużym zainteresowaniem wśród przedsiębiorców. W ostatnich latach zgłasza się do niego około 400 firm z całej Polski. Są wśród nich przedsiębiorstwa, które tak bardzo utożsamiają się z ideą promowaną w programie, że uczestniczą w nim nieprzerwanie od wielu lat (nawet osiemnastu). Spróbujmy poznać tajemnicę sukcesu tego najstarszego w Polsce programu promującego etykę, CSR i, ogólnie mówiąc, zasady fair play w biznesie. Co takiego przyciąga do niego firmy?



ROZMAWIA BARBARA JOŃCZYK

**Pozwoli pani, że od razu przejdę do nurtującej mnie kwestii. Co takiego pani zdaniem powoduje, że od 19 lat tak wielu przedsiębiorców decyduje się na udział w programie „Przedsiębiorstwo Fair Play”?**

– Myślę, że tych powodów jest wiele, jednak wydaje mi się, że podstawowym

powodem, poza wypracowaną i zasłużoną renomą programu opartą na rzetelnej wieloaspektowej weryfikacji, jest chęć wyróżnienia swojej firmy spośród rzeszy przedsiębiorstw, których działania skupione są na istotnym, lecz przecież niejedynym aspekcie funkcjonowania firmy, jakim jest zarabianie pieniędzy.

**Czy nie jest to podstawowy powód skłaniający do założenia i prowadzenia firmy?**

– To prawda, ale nasi przedsiębiorcy prowadzenie firmy postrzegają jako coś o wiele bardziej złożonego i istotnego nie tylko dla jej właściciela, lecz także dla pozostałych interesariuszy, i właśnie to chcą podkreślić, biorąc udział w programie. Od początku istnienia programu mamy możliwość obserwowania przemian zachodzących w firmach i ich dostosowywania się do zmian mających miejsce w polskiej gospodarce, a co za tym idzie, poznawania wielu ciekawych działań skierowanych do ich klientów, kontrahentów, pracowników firmy czy też do społeczności, na terenie której firma prowadzi swoją działalność.

**Ma pani na myśli dobroczynność?**

– To jest najbardziej rozpowszechniony sposób postrzegania tego aspektu CSR. Owszem, „Przedsiębiorstwa Fair Play” angażują się w działania charytatywne i sponsoringowe i coraz częściej są to działania świadome, zaplanowane i konsekwentnie realizowane, a nie incydentalne

i skierowane do przypadkowego beneficjenta. Zakres tych działań najczęściej powiązany jest z pasją osób decydujących o polityce dobroczynności w firmie, wynika z ich światopoglądu lub ma związek z określonym etapem w ich życiu czy też istotnymi wydarzeniami, takimi jak na przykład ciężka choroba czy narodziny dziecka. Nietrudno sobie wyobrazić, że ojciec czy matka zechcą dofinansować drużynę piłkarską, w której gra ich pociecha, a człowiek po ciężkiej chorobie nowotworowej chętnie wspomocze oddział diagnozujący chorobę lub stowarzyszenie zrzeszające kobiety po mastektomii. Jednak nie należy patrzeć na dobroczynność tylko z tej perspektywy. Proszę pamiętać, że o zakresie i kierunkach dobroczynności oraz sponsoringu decydują właściciele i zarządy firm, czyli ludzie z ukształtowanym światopoglądem i świadomością, że dzięki posiadanym pieniądзом mogą zrobić wiele dobrego. Przedsiębiorcy realizują wiele aspektów CSR, m.in. angażują się w kampanie i inicjatywy międzynarodowe i ogólnopolskie, ale przede wszystkim działają lokalnie i inwestują w środowisko, na terenie którego prowadzą biznes, z którego pochodzą ich pracownicy, na które wywierają konkretny wpływ, na przykład poprzez stosowane środki transportu, generowany hałas czy też zanieczyszczenie powietrza. Dlatego dla wielu bliska jest problematyka ochro-

ny środowiska i propagowania wiedzy ekologicznej oraz współpraca z samorządem lokalnym i jego organami, np. szkołami, przedszkolami, ośrodkami pomocy społecznej. Przedsiębiorcy wspomagają lokalną policję, zespoły muzyczne i działania na rzecz osób potrzebujących itp. Inicjatywy w które się angażują mają także związek z branżą, którą reprezentują. Najprostszym przykładem jest przedsiębiorstwo transportowe używające swojego taboru lub przychodnia zdrowia prowadząca bezpłatne konsultacje dla dzieci czy seniorów. Przykładów jest bardzo wiele, staramy się je przedstawić w naszym nowym cyklu „Świeć dobrym przykładem”, w ramach którego pokazujemy konkretne inicjatywy naszych przedsiębiorców, którzy wykorzystują sukces swojej firmy, aby dać coś od siebie społeczeństwu i pokazują, co dla nich oznacza praktyczny wymiar społecznej odpowiedzialności biznesu na co dzień, a według naszych standardów oznacza on więcej niż działania charytatywne.

#### **Ma pani na myśli...**

– Mam na myśli fakt, że „Przedsiębiorstwa Fair Play” zasady etyki i CSR realizują w swojej działalności na co dzień, czyli w relacjach ze swoimi pracownikami, kontrahentami czy klientami, co jest o wiele trudniejsze niż nawet cykliczne działania prospołeczne, gdyż są to działania stałe, codzienne i bez przerwy weryfikowane. Pracownikom oferowane są dobre i godne warunki pracy, możliwość rozwoju zawodowego i awansu. Budowane są dobre relacje interpersonalne w firmie, tworzone są programy prozdrowotne dla pracowników i ich rodzin, wprowadzane są rozwiązania i udogodnienia pozwalające pracownikom łączyć efektywną pracę zawodową z życiem prywatnym, utrzymywane są bliskie kontakty z byłymi pracownikami firmy, czasami też starsi pracownicy mają możliwość przekazywania swojej wiedzy w ramach programów mentoringowych. W takich firmach praca przestaje kojarzyć się z koniecznością, a zaczyna z możliwościami, jednocześnie dając pracownikom coś, co dla wielu jest bardzo istotnym elementem – work-life balance. Tak zarządzane firmy mogą liczyć na zainteresowanie swoją ofertą najlepszych pracowników w branży czy też na nawiązanie współpracy z wyróżniającymi się absolwentami znaczących krajowych uczelni. Dla obu tych grup pracowników wiarygodna firma z zasadami to doskonale miejsce podjęcia pracy i realizacji własnych planów zawodowych. „Przedsiębiorstwa Fair Play” dbają także o klientów, oferując im usługi na wysokim poziomie, świetny kontakt z firmą, kompetentnych pracowników, przejrzyste zasady reklamacji i wiele innych inicjatyw i programów zwią-

zanych z oferowanymi usługami i towarami. Podobne działania podejmowane są w stosunku do kontrahentów, którzy mogą liczyć na jasne zasady współpracy, często oparte na wyższych wymaganiach niż z pozostałymi firmami. Wynika to między innymi z faktu, że „Przedsiębiorstwa Fair Play” chcą współpracować z firmami na podobnym poziomie, wyznającymi podobne zasady prowadzenia biznesu. Proszę pamiętać, że nasze firmy są sprawdzone pod względem terminowości płatności i mogą śmiało powiedzieć, że reprezentują wyższą kulturę płatniczą, a współpraca z nimi związana jest z niższym ryzykiem niż z innymi firmami.

#### **Kilkakrotnie w trakcie naszej rozmowy wspomniała pani o weryfikacji firm, która, jak dobrze poznałam, wyróżnia program na tle pozostałych?**

– Bez wątpliwości wieloaspektowa weryfikacja jest jedną z najmocniejszych stron naszego programu. Stanowi ona doskonałe narzędzie służące poznaniu firmy i jej relacji z interesariuszami. Informacje o udziale firmy w programie wysyłamy do gmin, na terenie których prowadzą swoją działalność, do mediów lokalnych i organizacji zrzeszających przedsiębiorców z prośbą o opinię. Jednak głównym elementem weryfikacji jest audyt, przeprowadzany w każdej firmie, która zostanie zakwalifikowana do II etapu, w ramach którego weryfikowane są wszystkie dane zawarte w ankiecie i zbierane dodatkowe informacje o firmie.

#### **Czy firmy chętnie wpuszczają audytorów i udostępniają informacje?**

– Przedsiębiorcy biorący udział w programie zdają sobie sprawę, że pozytywny efekt takiej weryfikacji, czyli uzyskanie Certyfikatu Jakości Biznesu „Przedsiębiorstwo Fair Play” pomaga budować silną markę pracodawcy i godnego zaufania partnera w biznesie, chętnie więc udostępniają dokumenty źródłowe. Proszę jednak pamiętać, że weryfikacja to nie tylko dokumenty źródłowe, to także rozmowy audytora z pracownikami odpowiedzialnymi za poszczególne zakresy działalności firmy, w tym także rozmowa z przedstawicielami związków zawodowych.

#### **Czy daje to już pełen obraz przedsiębiorstwa?**

– Nie, brakuje jeszcze jednego elementu, jakim jest badanie losowo wybranych klientów i kontrahentów, którzy na podstawie pytań zadawanych przez naszych pracowników oceniają jakość współpracy z firmą. Jak łatwo zauważyć, informacje o firmach zbierane są z kilku źródeł i przetwarzane oraz weryfikowane przez audytorów, członków: komisji regionalnych (dających rekomendacje dla firm do przejścia do II etapu), komisji ogólnopolskiej oraz Kapituły programu, dzięki czemu mamy pewność, że firmy nagrodzone certyfikatem na pewno na niego zasługują. Powinny jeszcze tylko zaznaczyć, że firmy, które decydują się na udział w programie, z reguły w procesie weryfikacji wypadają o wiele lepiej niż na kartkach ankiety. Cały czas bowiem pokutuje, nawet wśród przedsiębiorców, postawa, nazwijmy to, źle rozumianej skromności, która sprawia, że nie chcą chwalić się swoimi osiągnięciami i czasami musimy to z nich wyciągać, a proszę mi wierzyć, mamy się czym chwalić.

**Inne mocne strony programu?**

– To niewątpliwie logo programu, rozpoznawalne i czytelne nie tylko dla polskich przedsiębiorców i, jak wynika z relacji naszych laureatów, budzące żywe zainteresowanie u ich zagranicznych kontrahentów oraz klientów, dające świetny punkt wyjścia do rozmowy o zasadach panujących w firmie i niejednokrotnie wpływające na decyzję o rozpoczęciu współpracy. Mocna strona to także grupa osób zaangażowanych w program, tak audytorów, jak i administratorów regionalnych czy członków jego poszczególnych organów, takich jak: komisje regionalne, komisja ogólnopolska czy też kapituła programu, w prace których angażują się przedstawiciele organizacji okołobiznesowych, samorządu lokalnego, uczelni, banków, sejmu i senatu i wielu innych instytucji. Warto też wspomnieć o gali kończącej całoroczny program, podczas której spotykają się wszyscy laureaci danej edycji i która daje możliwość nawiązania bezpośrednich kontaktów biznesowych.

#### **Gdzie odbędzie się tegoroczna gala?**

– Podobnie jak w poprzednim roku gala odbędzie się w EXPO XXI w Warszawie, planowana jest na listopad. Z rozmów z przedsiębiorcami wynika, że podoba im się elegancki charakter zasiadanego bankietu połączonego z uroczystym wręczeniem certyfikatów, nagród głównych programu – statuetek odbieranych przez najlepsze firmy w danej edycji oraz z baletem.

#### **W tym roku możliwość zgłaszania się do programu dobiega jednak już końca.**

– Tak, na prośbę wielu firm przedłużyliśmy termin zgłoszeń do końca czerwca, jest więc jeszcze trochę czasu, żeby w listopadzie stanąć w szeregu firm nagrodzonych Certyfikatem Jakości Biznesu „Przedsiębiorstwo Fair Play”.

#### **Na zakończenie proszę powiedzieć, gdzie można znaleźć informacje na temat programu?**

– Wszystkich zainteresowanych zapraszamy na naszą stronę internetową: [www.fairplay.pl](http://www.fairplay.pl) i zachęcamy do kontaktu z nami mailem: [info@fairplay.pl](mailto:info@fairplay.pl) oraz pod numerami telefonów: 22 630 98 01-03. ■



# Crowdfunding mieszkaniowy

– czyli jak w trudnych czasach zarobić na nieruchomościach



Jesteśmy świadkami boomu inwestycyjnego, na rynku zrobiło się ciasno. W ostatnim czasie odnotowaliśmy rekord wydanych pozwoleń na budowę tzw. mieszkaniówki w Warszawie. W związku z tym jest duża konkurencja i nieco trudniej o klienta. Ale, jak się mówi: „kij ma dwa końce” – mówi Tomasz Kopiszka, dyrektor sprzedaży Pracowni Finansowej.

ROZMAWIA BARBARA JONCZYK

**To prawda, że to trudny okres dla branży deweloperskiej?**

– I tak, i nie. Tak, ponieważ jesteśmy świadkami boomu inwestycyjnego, na rynku zrobiło się ciasno. W ostatnim czasie odnotowaliśmy rekord wydanych pozwoleń na budowę tzw. mieszkaniówek w Warszawie. W związku z tym jest duża konkurencja i nieco trudniej o klienta. Ale, jak się mówi: „kij ma dwa końce”. Bo gdy jest nadpodaż, wiele nieruchomości wystawionych na sprzedaż nie może znaleźć nabywców, wydaje się, że rynek stoi, a tymczasem jest to doskonały moment do tego, aby kupić działkę inwestycyjną po atrakcyjnej cenie, zdarza się, że nawet o 40 proc. tańszą niż średnia rynkowa. Ponadto rynek dużych miast jest wciąż rynkiem rosnącym, każdego roku tysiące ludzi decydują się na zamieszkanie w dużej aglomeracji.

**Jak w takim razie radzicie sobie na rynku, na którym jest tak duża konkurencja?**

– Po pierwsze odwracają się trendy w sprzedaży. Metody stosowane pięć, dziesięć lat temu, dziś już nie działają. Teraz proces pozyskania klienta trzeba za-

czyć komfortowo. Przenoszą się zatem z tradycyjnych, monottonnych bloków do segmentów i mieszkań przenoszących ich o poziom wyżej. Ponadto staramy się nie wydawać pieniędzy na pośredników. Mamy własną, sprawdzoną ekipę fachowców i zarządzającego z blisko dwudziestoletnim doświadczeniem w branży. To pozwala zaoszczędzić naprawdę dużo pieniędzy.

**No tak, ale nie każdy może sobie pozwolić na stworzenie własnej firmy deweloperskiej. To wymaga środków, wiedzy i wiąże się z ryzykiem.**

– Oczywiście że tak. Nie jest to łatwy kawałek chleba i nie dla każdego. Dlatego właśnie stwarzamy możliwość przyłączenia się do naszych projektów inwestorom bez doświadczenia i z mniejszym kapitałem.

**Ma pan na myśli crowdfunding?**

– Tak, dokładnie. Teraz to bardzo popularne słowo i coraz częściej wykorzystywany mechanizm pozyskiwania kapitału.

**Na czym on polega?**

Najprościej będzie, gdy wyjaśnię to na przykładzie. Budujemy blok mieszkalny albo osiedle domów szeregowych na warszawskim Targówku. Każda z tych inwe-

**rzy na funduszu nieruchomościowym stracili 99 proc.**

– Do tej pory nie mogę się nadziwić, jak znany bank mógł sobie na to pozwolić. Zresztą podobna historia przydarzyła się wcześniej klientom innego dużego banku. Moim zdaniem powiedzenie „pewne jak w banku” już dawno straciło swoje pierwotne znaczenie. Jeżeli inwestycja opiera się na akcjach, funduszach i innych instrumentach giełdowych, zawsze należy się liczyć z dużym ryzykiem. My od takich rozwiązań odeszliśmy już kilka lat temu. Wszystkie nasze inwestycje (budujemy też elektrownie wiatrowe) opierają się na realnej wartości, tzn. że każdy wiatrak czy dom ma swoją wartość odtworzeniową, realnie istnieje, można go zobaczyć, dotknąć, a w przypadku jakiegos nieprzewidzianego kryzysu, spieniężyć.

**Ostatni rok to pasmo sukcesów Pracowni Finansowej. Czyżbyście z małej, rodzinnej firmy, przekształcali się w korporację deweloperską?**

– Nie, nadal jesteśmy niewielką firmą zatrudniającą kilkunastu specjalistów, choć faktycznie realizujemy coraz poważniejsze projekty i dołącza do nas coraz więcej prywatnych inwestorów. Pod koniec 2015 roku uruchomiliśmy pierwszy w Polsce Obywatelski Park Wiatrowy niedaleko Łodzi, zrealizowaliśmy też niewielkie osiedle domów jednorodzinnych i otrzymaliśmy nagrodę z rąk Ministra Gospodarki.

**Jaka będzie zatem najbliższa przyszłość branży deweloperskiej i waszej firmy?**

– Na pewno wymagająca. Trzeba wchodzić na inne tory, mieć pomysł na to, jak wyróżnić się na rynku, a także, co bardzo ważne, robić to rzetelnie i uczciwie. Kompetencje i dobra opinia są w tej dziedzinie niezwykle istotne. Jedną z nadrzędnych zasad, jakie nam przyświecają, to działać profesjonalnie i inwestować w to, co dobre. Nie skierujemy nigdy naszego kapitału np. w branżę tytoniową czy alkoholową. Wspieramy ochronę środowiska, budujemy domy, by ludzie mieli gdzie mieszkać. W przyszłości planujemy budowanie dróg i szpitali, aby służyły ludziom. Chcemy poprawić wizerunek branży deweloperskiej. Nastawiamy się na zrównoważony rozwój, krok po kroku realizacja następnych inwestycji i pozyskanie kolejnych setek inwestorów zainteresowanych bezpiecznym pomnażaniem kapitału. W ostatnich dniach naszymi projektami budowlanymi mocno zainteresował się jeden ze szwajcarskich banków świadczący usługi private banking dla swoich kluczowych klientów. To dla nas kolejne potwierdzenie, że idziemy w dobrym kierunku. ■

**Odwracają się trendy w sprzedaży. Metody stosowane pięć, dziesięć lat temu, dziś już nie działają. Teraz proces pozyskania klienta trzeba zaczynać od dokładnego przyjrzenia się jego potrzebom, a następnie wyjść im naprzeciw. Rozwiązanie, które mu dajemy, powinno uczynić jego życie lepszym, zdjąć mu z głowy niektóre troski**

czynać od dokładnego przyjrzenia się jego potrzebom, a następnie wyjść im naprzeciw. Rozwiązanie, które mu dajemy, powinno uczynić jego życie lepszym, zdjąć mu z głowy niektóre troski itd. Dlatego ważna jest lokalizacja nieruchomości, podwyższony standard, lepsze materiały, innowacyjne rozwiązania zwiększającego oszczędność podczas użytkowania czy niepowtarzalność architektury pozwalająca na wyróżnienie się z tłumem. Nasi klienci to zwykle osoby, którym poprawiła się sytuacja finansowa i chcieliby mieszkać w tej samej okolicy co dotychczas, ale w wyższym standardzie i bar-

stycji to koszt rzędu kilku milionów złotych. Niewiele osób stać na taki wydatek, więc zapraszamy do projektu grupę osób z mniejszym kapitałem, nawet od 20 tys. złotych, które przyłączają się do inwestycji i zarabiają na tym od 7 do 13 proc. w skali roku. Oczywiście my te inwestycje prowadzimy i bierzemy za nie odpowiedzialność. Dla inwestora jest to rozwiązanie całkowicie pasywne, tzn. nie wymaga żadnej pracy i przypomina lokatę w banku zarówno pod względem prostoty, jak i bezpieczeństwa.

**Nieruchomości nie zawsze są bezpieczne. Ostatnio było głośno o klientach BPH, któ-**

# Nowa perspektywa finansowa – nowe możliwości realizacji inwestycji



**Nabory w ramach funduszy na lata 2014–2020 ruszyły! W ubiegłym roku konkursy dla przedsiębiorstw przeprowadziło Narodowe Centrum Badań i Rozwoju, Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości oraz Ministerstwo Rozwoju. W roku 2016 zostanie otwartych kilkanaście konkursów ze środków regionalnych programów operacyjnych oraz kolejne nabory krajowe, co oznacza, że polskie firmy będą mogły uzyskać milionowe wsparcie z różnych działań.**

AGNIESZKA JANKOWSKA

**P**rzedsiębiocy z niecierpliwością czekają na rozpoczęcie naborów w ramach nowej perspektywy finansowej 2014–2020. Do 2020 roku Polska będzie miała do dyspozycji 82,5 mln euro (10 mld więcej niż w perspektywie 2007–2013), które zostaną rozdysponowane w ramach następujących programów:

- Inteligentny rozwój (POIR) – 8,6 mld €,
- Polska Cyfrowa (POPC) – 2,3 mld €,
- Infrastruktura i Środowisko (POIŚ) – 27,5 mld €,
- Polska Wschodnia (POPW) – 2,1 mld €,
- Wiedza Edukacja Rozwój (POPW) – 4,4 mld €,
- 16 Regionalnych Programów Operacyjnych (RPO) – 31,3 mld €.

### **Badania i rozwój szczególnie wspierane**

Poziom innowacyjności w Polsce Komisja Europejska szacuje na 56 proc. średniej unijnej, dlatego bardzo intensywnie wspomagane będą projekty badawczo-rozwojowe wspierające wzrost innowacyjności polskiej gospodarki. Firmy posiadające wyjątkowo nowoczesny pomysł stoją przed ogromną szansą zdobycia środków na rozwój niezależnie od tego, w jakiej fazie badań znajduje się ich projekt.

Aż miliard złotych został przeznaczony na konkurs dotyczący wsparcia procesów powstawania lub rozwijania ośrodków badawczo-rozwojowych w przedsiębiorstwach. Nabór w ramach PO Inteligentny Rozwój Działanie 2.1 „Wsparcie inwestycji w infrastrukturę B+R przedsiębiorstw” trwał do 13 maja 2016 r. i kolejna jego edycja pojawi się za niespełna rok. Przedsiębiorcy będą mogli w ramach tego konkursu zakupić aparaturę umożliwiającą prowadzenie prac B+R zgodnie z załączoną do wniosku o dofinansowanie agendą badawczą. Działanie promuje współpracę z jednostkami naukowymi oraz zatrudnianie pracowników w działach badawczo-rozwojowych. Jest

to bardzo korzystny sposób na sfinansowanie infrastruktury niezbędnej do przeprowadzania badań i stworzenia w swojej firmie centrum badawczo-rozwojowego na wysokim poziomie.

Jeśli natomiast firmie zależy na pozyskaniu środków na bieżące funkcjonowanie zespołu badawczego, powinna zainteresować się działaniami 1.1.1 oraz 1.1.2, czyli tzw. szybka ścieżka i demonstrator. W ramach poddziałania 1.1.1 dofinansowanie przeznaczone jest na realizację projektów, które obejmują badania przemysłowe i prace rozwojowe albo same prace rozwojowe. Projekty, w których nie przewidziano prac rozwojowych, nie mogą uzyskać dofinansowania. Minimalna wartość kosztów kwalifikowalnych projektu dofinansowanego w ramach konkursu wynosi 2 mln zł. Można otrzymać refundację takich wydatków jak wynagrodzenia, koszty podwykonawstwa, koszty ogólne czy też amortyzacja sprzętu wykorzystywanego w projekcie. Należy pamiętać, że bardzo ważną kwestią jest uzasadnienie zapotrzebowania rynkowego na rezultaty projektu, a produkt/usługa/technologia którą będziemy wdrażać musi być nowością co najmniej na skalę kraju. Poddziałanie 1.1.2 natomiast wspiera firmy w zakresie prac rozwojowych, które zwińczone zostaną stworzeniem demonstracyjnych wersji nowych produktów. Wsparcie otrzymują projekty obejmujące prace rozwojowe polegające na wytworzeniu linii pilotażowych i demonstracyjnych w przedsiębiorstwach. Konkurs jest przeznaczony dla wszystkich przedsiębiorców niezależnie od wielkości. Dla „szybkiej ścieżki” w roku 2016 roku odbędą się 3 konkursy: dla MSP w kwietniu, dla MSP w regionach słabiej rozwiniętych w III kwartale oraz dla dużych przedsiębiorstw w III kwartale. Nabór na „demonstratora” odbędzie się w IV kwartale 2016 r.

Przedsiębiorstwa, które chcą zlecić jednostce naukowej lub we współpracy z nią wykonać prace związane z opracowaniem lub rozwojem nowego/ulepszonego produktu, usługi bądź zmian procesowych,

➔ mogą skorzystać z działania 2.3.2 „Bon na innowacje dla MSP” z PO IR. Ponadto jeśli projekt będzie zlokalizowany na terenie województwa mazowieckiego, można wziąć udział w aktualnie uruchomionym konkursie 1.2 „Bon na innowacje”, w którym dofinansowanie wynosić może aż 80%. Obydwa wymienione działania pozwalają rozpocząć współpracę z jednostką naukową i stworzyć wspólnie nowoczesny produkt lub usługę. Bony na innowacje dotyczą jednak małych projektów: w RPO Mazowsze dofinansowanie nie przekroczy 100 tys. zł, natomiast w ramach POIR całkowita wartość projektu nie może przekroczyć 400 tys. zł.

### Wprowadzamy produkt na rynek

Jeśli natomiast istnieje już gotowy produkt lub tylko wymaga on drobnych prac rozwojowych, po których można wprowadzić go na rynek, idealnym działaniem będą „Badania na rynek” (3.2.1 POIR). Jak sama nazwa wskazuje, polega to na wprowadzeniu do sprzedaży produktów/usług powstałych w wyniku przeprowadzanych wcześniej prac badawczych. Należy jednak pamiętać, że badania te powinny być przeprowadzone bezpośrednio przez wnioskodawcę lub na jego zlecenie, co trzeba udowodnić przy ubieganiu się o dofinansowanie. Minimalna wartość kosztów kwalifikowanych musi wynosić 10 mln zł. Konkurs ruszył 1 czerwca 2016 roku, a pula środków na ten nabór wynosi miliard złotych.

Trochę inną formą wsparcia jest premia technologiczna udzielana w ramach 3.2.2 „Kredyt na innowacje technologiczne” (POIR). Wsparcie finansowe przeznaczone jest na realizację inwestycji technologicznych mających na celu wdrożenie własnej technologii oraz uruchomienie produkcji nowych bądź znacząco ulepszonych produktów/usług/procesów. Można taką technologię również zakupić, jednak ważne jest, aby powstały produkt był jak najbardziej innowacyjny. Im nowocześniejszy jest również sam proces produkcji, tym większe szanse na dofinansowanie. Przedsiębiorca najpierw musi ubiegać się o kredyt w banku komercyjnym, a następnie składa wniosek o wsparcie projektu. Premię technologiczną może uzyskać do wysokości 6 mln zł.

### Zdobądź rynki zagraniczne dzięki dotacji

Firmy, które chcą rozpocząć sprzedaż swoich produktów/usług poza granicami Polski, mają możliwość skorzystania w czerwcu oraz w listopadzie 2016 r. z działania 3.3.3 „Go to brand.pl” w ramach PO IR. Wnioskodawcy wprowadzający innowację produktową lub procesową, którzy ponoszą znaczne wydatki na badania i rozwój, będą traktowani

w tym działaniu priorytetowo. Projekty, których wartość powinna wynosić maksymalnie milion złotych, mogą ubiegać się o dofinansowanie od 50 do 85 proc. dofinansowania. Refundacji podlegać będą koszty wynajmu i zabudowy stoiska targowego, delegacji, zakwaterowania, transportu, ubezpieczenia, udział w seminariach i konferencjach itp. Co ważne, nie jest wymagane posiadanie Planu Rozwoju Eksportu.

Firmy z Mazowsza mogą również ubiegać się o dofinansowanie wejścia na rynki zagraniczne ze środków działania 3.2.2 „Internacjonalizacja przedsiębiorstw”. Należy stworzyć dokument

m.in. na budowę/przebudowę jednostek wytwarzania energii elektrycznej wykorzystujących energię słoneczną, wiatru, wody, biomasy czy biogaz. Finansowane może być również przyłączenie do sieci przesyłowej.

### Dobrze przygotowany projekt to podstawa

Powyżej przedstawiono jedynie kilka najciekawszych działań dla przedsiębiorców, jednak do roku 2020 polskie firmy mogą skorzystać z wielu atrakcyjnych możliwości realizacji różnego rodzaju projektów. Część z nich (jak np. działanie 3.2.1 „Badania na rynek”) na pewno będzie cieszyć

## Firmy posiadające wyjątkowo nowoczesny pomysł stoją przed ogromną szansą zdobycia środków na rozwój niezależnie od tego, w jakiej fazie badań znajduje się ich projekt

o charakterze strategicznym (jego koszt może podlegać refundacji) zawierający analizę oraz uzasadnienie dla nowych rynków docelowych działalności eksportowej firmy oraz wskazujący zmianę modelu biznesowego w zakresie umiędzynarodowienia. Następnie firma może brać udział w targach (także międzynarodowych na terenie kraju), misjach czy też wyjazdach w poszukiwaniu partnerów zagranicznych. Konkursy dotyczące internacjonalizacji można znaleźć praktycznie w każdym programie regionalnym.

### Alternatywne źródła energii

W obecnym okresie programowania duża pula środków przeznaczona jest na działania dotyczące zmniejszenia emisji zanieczyszczeń oraz zwiększania udziału OZE w bilansie energetycznym. Przedsiębiorstwa, które chcą na własne potrzeby produkować energię z instalacji wykorzystujących OZE, mogą uzyskać dofinansowanie w formie pożyczki aż do 85 proc. kosztów kwalifikowanych inwestycji w ramach programu BOCIAN. Dzięki temu firma może czerpać energię np. z ogniw fotowoltaicznych, wód geotermalnych czy biomasy lub też instalacji hybrydowych, czyli połączenia różnych systemów wytwarzania energii. Duże środki przeznaczone są również na infrastrukturę do produkcji i dystrybucji energii ze źródeł odnawialnych. W województwie mazowieckim dla przykładu stworzono działanie 4.1 „Odnawialne źródła energii”. Jest ono ukierunkowane

się większym powodzeniem, co oznacza, że ich alokacja wyczerpie się szybciej. Firmy nie powinny zatem zwlekać z przygotowaniem się do aplikowania o fundusze UE, nawet jeśli interesujące konkursy zapowiedziane są na kilka miesięcy do przodu. Zwłaszcza w przypadku inwestycji zakładających prace budowlane zgromadzenie wszystkich niezbędnych dokumentów ma kluczowe znaczenie w przygotowaniu projektu. Warto zatem już teraz rozpocząć planowanie harmonogramu projektu oraz wysokości wydatków, tak aby inwestycja była jak najlepiej zaplanowana i gotowa do realizacji. ■

### Agnieszka Jankowska

specjalistka z firmy Projekt Ekspert Sp. z o.o. Od 8 lat pracuje w firmach oraz instytucjach związanych z udzielaniem/pozyskiwaniem dofinansowania z UE. Zna proces pozyskiwania dofinansowania, rozliczania oraz kontroli prawidłowego wydatkowania środków zarówno od strony Beneficjenta jak i Instytucji Pośredniczącej. Projekt Ekspert Sp. z o.o. świadczy kompleksowe usługi w zakresie doradztwa, opracowywania i rozliczania wniosków o dotacje z różnych źródeł. Specjaliści Projekt Ekspert Sp. z o.o. mają wieloletnie doświadczenie w pozyskiwaniu środków zarówno dla przedsiębiorstw, samorządów jak i organizacji pozarządowych i mogą pochwalić się pozyskaniem dotacji na łączną wartość ponad 100 mln zł.



# ULAN promuje mocne firmy, piękne budowle i zdrową żywność

Od wielu lat ULAN głosi, że przedsiębiorcy są bohaterami naszych czasów, bo od ich działania najbardziej zależy los naszych rodzin, samorządów i państwa. Od kilku miesięcy wskazuje, która żywność jest zdrowa, bo zdrowie to klucz do szczęśliwego życia.

ULAN sp. z o.o. działa od grudnia 1989 r. Zajmuje się głównie wydawaniem prasy, prowadzeniem serwisów internetowych, marketingiem i reklamą.

Od grudnia 2005 r. jej oddziałem jest Instytut Europejskiego Biznesu, który wydaje Magazyn Przedsiębiorców „Europejska Firma”, serwisy internetowe BusinessNow.pl, GepardyBiznesu.pl i IBS.edu.pl oraz prowadzi kilka konkursów dla firm i banków.

## Konkursy oparte na wiarygodnych danych

Informacje do konkursów pozyskuje głównie z Krajowego Rejestru Sądowego za pośrednictwem wywiadowni handlowych. W ten sposób Instytut Europejskiego Biznesu w ciągu dziesięciu lat szczegółowo zbadał kondycję finansową 70 tysięcy polskich firm.

Najbardziej znany jest konkurs Gepardy Biznesu prowadzony od 2006 r. Na początku 2016 r. Instytut zdecydował, że będzie go przeprowadzał dla firm z całej Europy (pod nazwą Business Gepar). Zarejestrował znak towarowy Business Gepar w 28 krajach Unii Europejskiej.

W Konkursie Gepardy Biznesu liczona jest wartość rynkowa firm, gdyby notowane były na giełdzie papierów wartościowych, i analizowana jest dynamika wartości rynkowej. Tytuł Geparda Biznesu przysługuje firmom, których wartość w ciągu roku wzrosła o więcej niż 10 proc.

Inne konkursy to:

- Efektywna Firma – firmy, w których stosunek zysku netto do przychodów jest wyższy niż 5 proc.,
- Mocna Firma Godna Zaufania – firmy wyróżnione w tym samym roku zarówno w konkursie Gepardy Biznesu, jak i Efektywna Firma,
- Potęga Biznesu – firmy o wartości rynkowej wyższej niż 100 mln zł,
- Światowa Firma – firmy eksportujące do minimum trzech krajów z eksportem w ciągu roku wyższym niż 4 mln zł,



- Wielki Modernizator Europy – firmy z amortyzacją w ciągu dwóch lat wyższą niż 5 mln zł.

W konkursach Instytut Europejskiego Biznesu mogą brać udział również firmy, które same przekażą mu swoje dane finansowe.

Udział w konkursach jest bezpłatny, podobnie jak wyliczenie wartości rynkowej. Tytuły w nich przyznawane są również bezpłatnie. Płatne są logo, dyplomy i statuetki.

Dbamy o wiarygodność naszych konkursów. Nigdy nie przyznaliśmy i nie przyznamy tytułów, jeżeli firma nie spełni ustalonych kryteriów.

Dlatego nasze konkursy cieszą się renomą i prestiżem. Wiele firm z własnej inicjatywy wysłało swoje dane finansowe, by poddać je ocenie w naszych konkursach i by móc pochwalić się publicznie w Internecie i na papierze firmowym, że mają np. tytuł Geparda Biznesu 2016. Niektóre firmy kupują logo, dyplomy i statuetki z kilku konkursów, w których zostały wyróżnione.

Logo wysyłamy mailem. Statuetki i dyplomy można odebrać na jednym z naszych kongresów albo otrzymać pocztą. Zachęcam do udziału w naszych konkursach.

## Piękno i zdrowie

Instytut Europejskiego Biznesu prowadzi też konkurs związany z pięknym budownictwem. Inspiracją były wyjątkowe banki spółdzielcze, z którymi współpracujemy od dwunastu lat. W 2008 r. zorganizowaliśmy konkurs Najpiękniejszy Bank Spółdzielczy. W 2015 r. po sugestii, że Polska jest w ruinie, przeprowadziliśmy konkurs Najpiękniejsza Fa-

bryka, bo z kontaktów z naszymi klientami wiedzieliśmy, że postawili ładne fabryki. Od 2016 r. organizujemy jeden konkurs – Najpiękniejsze Budowle. Oceniamy w nim również sklepy, markety, centra handlowe, biurowce, mosty, domy i budynki mieszkalne, osiedla mieszkaniowe, dworce, filharmonie. Chcemy w nim pokazać, jak wypiękniała Polska w ostatnich latach.

W marcu 2016 r. ULAN powołała jako swój oddział Instytut Zdrowej Żywności, którego celem jest promowanie zdrowych produktów i sposobów odżywiania wśród ludzi.

W wielu krajach świata, w tym również w Polsce, coraz więcej ludzi cierpi na nadwagę i choroby cywilizacyjne. Jednym z powodów tego zjawiska jest złe odżywianie się.

Instytut Zdrowej Żywności będzie przyznawał Certyfikat Zdrowa Żywność na podstawie badań składu artykułów spożywczych i pochodzenia ich składników.

O tym, jakie produkty są jedzone przez ludzi, często decydują żony, dlatego ULAN próbuje dotrzeć do nich, promując Dzień Żony (Wife Day) 27 sierpnia na portalach społecznościowych, głównie na Facebooku.

Badania naukowe wskazują, że mężczyźni, którzy mają żony, są w stabilnych związkach małżeńskich, mają większą szansę na dłuższe i szczęśliwsze życie.

**Uwaga: Członkowie Klubu Integracji Europejskiej otrzymują 20 proc. rabatu, jeżeli zostaną wyróżnieni w naszych konkursach i zdecydują się wykupić nasze produkty.**

Jerzy Krajewski, założyciel i prezes ULAN Sp. z o.o od 1989 r.

# Kierunek: Azja – cztery miliardy konsumentów

Już po raz drugi w Polsce w jednym miejscu i czasie będzie można spotkać się z przedstawicielami krajów z każdego regionu Azji.

OlGIERD STAŃCZAK

patronat magazynu

przedsiębiorcy@eu

W dniach 22–24 września 2016 roku odbywać się będzie II edycja Asia Trade Know-How. Miejsce tego wydarzenia jest nieprzypadkowe, gdyż będzie nim jedno z najnowocześniejszych centrów targowo-konferencyjnych w Europie – Expo Mazury w Ostródzie. Jest to unikalne w skali kraju wydarzenie targowo-kongresowe o charakterze biznesowym. Uczestnicy będą również mogli lepiej poznać kulturę i obyczaje panujące w krajach azjatyckich.

Wydarzenie po raz kolejny odbędzie się pod patronatem licznych ambasad azjatyckich w Polsce i polskich w Azji, kilkunastu izb gospodarczych (polskich, bilateralnych i zagranicznych) z Krajową Izbą Gospodarczą, Polską Agencją Rozwoju Przedsiębiorczości oraz Polską Agencją Informacji i Inwestycji Zagranicznych na czele. Imprezę wspierają także jednostki samorządu terytorialnego i ich komórki, organizacje pozarządowe oraz prestiżowe stowarzyszenia biznesowe. Misją przyświecającą organizatorom Asia Trade Know-How jest wskazanie nowych możliwości rozwoju dla polskich przedsiębiorstw.

## Know-How

Wydarzenie umożliwi uczestnikom uzyskanie kompleksowej wiedzy i sprawdzonych rozwiązań w zakresie nawiązywania kontaktów handlowych z krajami azjatyckimi. Wystawcy będą mieli okazję, by wziąć udział w dedykowanych spotkaniach z właścicielami firm z rynków azjatyckich, a także by zaprezentować swoją ofertę produktową szerokiemu gronu potencjalnych kontrahentów z zagranicy. Wśród odwiedzających znajdą się producenci, importerzy i eksporterzy czy pośrednicy handlowi działający w Azji oraz w Polsce. Asia Trade to też jedyne tego typu wydarzenie w Polsce, na którym spotkać będzie można ambasadorów i przed-

stawicieli ambasad oraz Izb Gospodarczych z kilkunastu krajów Azji, m.in. z Afganistanu, Filipin, Indii, Indonezji, Iranu, Kazachstanu, Tajlandii, Tajwanu czy Wietnamu.

Uzupełnieniem kompleksowego podejścia do tematu relacji biznesowych na linii Polska-Azja będą liczne panele dyskusyjne, bezpośrednie spotkania z przedstawicielami ambasad oraz obecność szerokiej gamy ekspertów i specjalistów w dziedzinie rynków wschodnich. Jak prowadzić biznes z kontrahentem z Azji? Od czego zacząć? Kto może nas wesprzeć? Na co należy uważać? Odpowiedzi na te i wiele innych pytań będzie można uzyskać, odwiedzając we wrześniu Asia Trade Know-How.

## Polska marka

Część wystawiennicza wydarzenia będzie pokazem możliwości polskich przedsiębiorców. W ich gronie znajdują się zarówno firmy od lat znane i wiodące prym w swoich branżach na światowej arenie, firmy debiutujące lub planujące rozszerzyć swoją międzynarodową ekspansję, a także firmy zupełnie nowe, które przebojem wchodzi na rynek. Taka różnorodność pozwoli pokazać, jak ogromny potencjał drzemie w polskiej gospodarce i podkreśli, jak bardzo jest ona konkurencyjna w stosunku do gospodarek pozostałych krajów.

## Kolejna edycja

Popularność pierwszej edycji Asia Trade Know-How wskazuje na duże zapotrzebowanie polskiego rynku na tego typu przedsięwzięcia. Wydarzenie cieszyło się wieloma pozytywnymi opiniami uczestników:

– *Asia Trade to kamień milowy i przełomowe wydarzenie w relacjach pomiędzy Polską a krajami, które wchodzi w skład ASEAN. Wszystkie te kraje są wdzięczne*



Prezes Expo Mazury wraz z Ambasadorami i uczestnikami pierwszej edycji Asia Trade Know-How.

za stworzenie pierwszego w Polsce takiego kongresu. Wydarzenie to otworzyło dla nas wiele możliwości (...) biznesowych z potencjalnymi kontrahentami – Jej Ekscelencja Ambasador Filipin Patricia V. Paez.

– *Chciałbym wyrazić swoje podziękowanie za zaproszenie Ambasady Republiki Indonezji do udziału w Kongresie Asia Trade Know-How w Ostródzie i okazaną przez Państwa gościnność. Byłem zaszczyczony, iż otrzymałem szansę podzielenia się z uczestnikami kongresu swoją opinią i prognozami związanymi z przyszłością krajów ASEAN i całej Azji. Nasze kraje łączą wspólne interesy i dążą do wspólnego celu, który mam nadzieję osiągnieemy w nadchodzących latach. Uważam, że podzielenie się moją opinią nie byłoby możliwe bez wsparcia Expo Areny, która zainicjowała Kongres Asia Trade Know-How. Jestem przekonany, że dało to możliwość krajom ASEAN, aby być bardziej rozpoznawalnymi gospodarczo w Polsce – Jego Ekscelencja Ambasador Indonezji Peter F. Gontha.*

Liczni eksperci, dziesiątki przedstawicieli azjatyckiego biznesu i doskonała atmosfera do nawiązywania wzajemnej współpracy. Asia Trade Know-How to wyjątkowa okazja do nawiązania relacji biznesowych z nowymi rynkami i wsparcia rozwoju swojej firmy. Więcej szczegółów dotyczących wydarzenia można znaleźć na stronie: [www.asia-trade.pl](http://www.asia-trade.pl).

Asia Trade Know-How odbywać się będzie w Expo Mazury ([www.expomazury.pl](http://www.expomazury.pl)), czyli w drugim co do wielkości obiekcie targowo-konferencyjnym w Polsce: 50 000 m<sup>2</sup> całkowitej powierzchni, 40 798 m<sup>2</sup> powierzchni wystawienniczej. Obiekt zlokalizowany jest w pełnej uroku, kameralnej Ostródzie (35-tysięcznym mieście położonym w otoczeniu piętnastu jezior i lasów), zwanej Perłą Mazur i Letnią Stolicą Warmii i Mazur. ■

# WSPARCIE WIELKOPOLSKICH PRZEDSIĘBIORCÓW TO NASZA MISJA

Niewielki na starcie, lokalny Fundusz, nie tracąc swych samorządowych korzeni, stał się jedną z najprężniejszych instytucji finansowych tego typu w Polsce!



SAMORZĄDOWY  
FUNDUSZ  
PORĘCZEŃ  
KREDYTOWYCH  
Spółka z o.o.

SFPK z siedzibą w Gostyniu od 14 lat zajmuje się wspieraniem przedsiębiorców sektora MŚP z terenu województwa wielkopolskiego, zapewniając im zabezpieczenie transakcji finansowych. Dzięki stałej współpracy z instytucjami finansowymi przedsiębiorca, ubiegając się o kredyt, pożyczkę bądź leasing, otrzymuje produkt z zabezpieczeniem.

Dzięki wniesionym przez udziałowców środkom finansowym Fundusz w sposób aktywny i efektywny wspiera sektor MŚP, kierując się rozwojem lokalnej przedsiębiorczości i innowacyjnej Wielkopolski.



**PRZEDSIĘBIORCO!**  
**JESTEŚMY DO TWOJEJ DYSPOZYCJI**  
**65 / 572 36 33**

Momentem przełomowym dla działalności Funduszu było pozyskanie środków w ramach unijnego projektu JEREMIE. Projekt ten pozwala na szybkie i niedrogie zabezpieczenie kredytu, pożyczki i leasingu.

JEREMIE

[www.jeremie.pl](http://www.jeremie.pl)

**PRZEDSIĘBIORCY POZYSKALI JUŻ  
500 MLN ZŁ NA ROZWÓJ**

*Projekt JEREMIE i jego założenia to odzwierciedlenie celu naszej działalności. Dlatego też nie wahał się ani chwili z przystąpieniem do tego projektu! Mogę śmiało powiedzieć, że od 6 lat realizujemy go z sukcesem. Tak duże zainteresowanie naszymi poręczeniami udzielanymi w ramach inicjatywy JEREMIE bardzo nas cieszy, gdyż jest potwierdzeniem sensu naszej działalności – wyjaśnia Aneta Karkosz Prezes Zarządu SFPK Sp. z o.o.*



**NIE WIEDZIAŁEŚ ŻE MASZ  
TAKĄ MOŻLIWOŚĆ?**

**SPRAWDŹ:**



**/SFPK.GOSTYN**



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego oraz budżetu państwa w ramach Wielkopolskiego Regionalnego Programu Operacyjnego na lata 2007-2013

Inicjatywa JEREMIE  
dla rozwoju innowacyjnej Wielkopolski

Dział pod redakcją Notabene  
– magazynu akademickiego  
Uniwersytetu Warszawskiego

Przegląd Spraw Międzynarodowych  
**NOTABENE**

# Grønland bez norweskiego komentarza – a co powie Europa?



Jesienią ubiegłego roku do norweskich polityków trafił list z żądaniem utworzenia islamskiego państwa na ziemi norweskiej – Grønland. Dążenia do powołania niezależnej dzielnicy w centrum Oslo to tylko wierzchołek góry lodowej. Polityka multikulti w Norwegii, a także innych krajach Europy, odnotowuje coraz więcej problemów, a prowadzone programy asymilacji kulturowej nie przynoszą zamierzonych efektów.

Agnieszka Wojciechowska

**W** ciągu ostatnich kilkunastu lat dzielnica Grønland rozwijała swój wielokulturowy charakter. Odrębność tego miejsca oznacza się różnorodnością etniczną, meczetami i restauracjami z kuchnią z całego świata. Przy tym dzielnica ma największy komisariat policji, co zdaje się przekładać na liczbę rejestrowanych przestępstw. Łatwy dostęp do narkotyków, rosnąca liczba gwałtów, a także

szerząca się działalność rabusiów wpływa na poziom bezpieczeństwa na tym obszarze. Nawet proislamska i promująca wielokulturowość gazeta „Aftenposten” już w 2010 r. stwierdziła, że nad tą dzielnicą kontrolę przejęły tzw. bojówki szariackie, a pary homoseksualne są atakowane i przepędzane.

Radykalni islamiści swoje roszczenia argumentują tym, że jako urodzeni w Norwegii chcą uzyskać na terytorium państwa

swoje miejsce, gdzie będą mogli rządzić według swoich zasad, a nie być częścią norweskiego społeczeństwa, z którym się nie utożsamiają. Nie przewidują przy tym możliwości opuszczenia Norwegii, gdyż urodzili się tam i dorastali. Jeden z imigrantów, Fatima Tetouani komentuje, że „Grønland jest bardziej muzułmańskie niż Maroko”.

Fragment listu: „A ziemia Allaha jest własnością wszystkich. Ale niech Grønland

stanie się nasz” można natomiast uznać za parafrazę zdania Józefa Stalina, który twierdził, że „tam, gdzie stanie żołnierz sowiecki, tam już jest Związek Radziecki”. To właśnie przeciwko marksizmowi i islamowi wystąpił Anders Behring Breivik, dokonując zamachu na siedzibę premiera Norwegii, a następnie na uczestników obozu młodzieżówki norweskiej Partii Pracy. Po zamachu z 22 lipca 2011 r. społeczna aprobata dla antyislamskich aktywistów, m.in. z norweskiej Ligii Obrony (NDL) i Stop Islamizacji Norwegii (SIAN), zmalała. Jednak wyrażana przez Breivika islamofobia znów dotyka coraz szerszej rzeszy ludzi i niewykluczone, że będzie przejawiać się kolejnymi aktami agresji.

Radykalni islamiści wysłali swoje postulaty do norweskich polityków oraz do redakcji różnych gazet. Żądania dotyczyły przede wszystkim suwerenności dzielnicy Oslo i wprowadzenia tam prawa szariatu. Dodatkowo list przybrał charakter groźby, która w razie zaniechania realizacji wysnutych żądań może przeobrazić się w ma-

## Radykalni islamiści wysłali swoje postulaty do norweskich polityków oraz do redakcji różnych gazet. Żądania dotyczyły przede wszystkim suwerenności dzielnicy Oslo i wprowadzenia tam prawa szariatu

sakrę na skalę ataku na World Trade Center czy też zamachu na wyspie Utøya. Sami zainteresowani nie traktują tego ostrzeżenia jako groźby, a raczej jako „słowa prawdy”. Ani Ministerstwo Spraw Zagranicznych, ani Ministerstwo Obrony nie przedstawiło żadnego stanowiska w tej kwestii. Do tej pory sprawa nie przybrała poważnych rozmiarów, a politycy ów problem oddali w ręce norweskiej policyjnej służby specjalnej. Wystosowany list należy traktować poważnie, a fakt, że PST wszczęło śledztwo w tym kierunku wynika ze standardowych procedur, które powinny być w takim przypadku uruchomione. Wszakże nie można bagatelizować aktów przemocy ani groźby jej użycia.

Jak się okazuje, rozprzestrzenianie się terroryzmu jest nieuniknionym wynikiem masowej imigracji muzułmanów do Europy. Shoaib Sultan, z pochodzenia Pakistańczyk, działacz organizacji Antiracistisk Senter z Oslo, członek partii Zielonych, niejednokrotnie ostrzegał przed radykalnymi organizacjami islam-

skimi w Norwegii. Z drugiej strony zwraca on też uwagę na grupy prawicowo-ekstremistyczne, które głoszą hasła antyislamskie.

Próba odgródnienia dzielnicy w centrum Oslo zakrawa o absurd. Jednak bezwzględność ataków terrorystycznych, które są wysoce prawdopodobne wraz z napływem coraz większej fali imigrantów nie tylko do Norwegii, ale także innych krajów Europy sprawia, że to zjawisko należy gruntownie zbadać, wyciągnąć wnioski i przemyśleć dalszą politykę migracyjną. Do tej pory rząd norweski hojnie obdarowywał pomocą muzułmańskich imigrantów. Domaganie się eksterytorialności jednej z dzielnic w mieście stołecznym to tylko jedna z wad systemu migracyjnego, której nikt nie przewidział.

W kontekście rosnącej liczby gwałtów norweskie władze podjęły działania na rzecz edukacji muzułmańskich imigrantów. Utworzony program obejmuje szeroką dyskusję na temat systemu wartości i tradycji w krajach zachodnich. Przewodnim

tematem jest to, jak należy traktować kobiety, a także jakie gesty mogą być mylnie odbierane przez mężczyzn z krajów muzułmańskich. Obawą prowadzenia takiego szkolenia jest stygmatyzacja imigrantów i wywołanie kolejnych zamieszek na tle kulturowym. To ukazuje, że świadczona pomoc i próba utworzenia tolerancyjnego społeczeństwa w tym wypadku się nie sprawdzają albo że Europa zbyt szybko oczekuje efektów polityki wielokulturowej.

Organizacja Stop Islamizacji Norwegii przewiduje natomiast, że jeżeli obecny trend migracyjny się utrzyma, to w dłuższej perspektywie muzułmanie staną się większością. Jak podaje Arne Tumyr z SIAN: „w 1970 r. w Norwegii było nieco ponad 2 tys. muzułmanów. Dziś jest ich ponad 260 tys., czyli sto razy więcej. Załóżmy, że nastąpi nawet dziesięciokrotne ich liczby przez najbliższe 50 lat. Będzie wtedy 2,6 mln muzułmanów”. Islam niewątpliwie rośnie w siłę.

Niektórzy traktują dzisiejszy napływ azylantów z Bliskiego Wschodu jako hi-

dżę, która może przynieść znaczące zmiany dla cywilizacji zachodniej, a aktualnie tworzone tzw. „no go zone”, czyli strefy szariackie, za początek rozszerzania swoich praw przez muzułmanów w Europie. Jednak idąc przykładem Kanady, która w związku ze swoją sytuacją demograficzną potraktowała wielokulturowość jako inwestycję skłania do refleksji, jak Europa może skorzystać z kanadyjskiego doświadczenia. Przede wszystkim należy umiejętnie dostosowywać się do siebie nawzajem. Wielokulturowość to bowiem dynamiczna interakcja, która podlega ciągłym zmianom. Jak twierdzi Daniel Hays, kanadyjski polityk i liberał: „wielokulturowość działa wówczas, gdy chcą tego ludzie”.

Kanada jest typowym przykładem kraju wielu kultur, ale przy tym nie jest wolna od terrorystów i tak jak większość państw zachodnich stoi przed dylematem, na ile można zmniejszyć swobody obywatelskie na rzecz walki z tym zjawiskiem. Inną sprawą jest też to, czy jeśli rzeczywiście udałoby się zahamować masowy napływ ludności do Europy z krajów takich jak Syria i Afganistan, to zagrożenie terroryzmem byłoby mniejsze. Co prawda próba rozgraniczenia mudżahedinów od wiernych muzułmanów jest niewykonalna, ale marginalizacja wszystkich wyznawców Islamu nie powinna stać się przypadłością Europy.

Aktualnie rząd norweski podjął się programu pomocowego dla powracających do swoich krajów. International Organisation of Migration (IOM) oferuje porady i doradztwo w tym zakresie. Rzecznik organizacji podał, że liczba korzystających z tej oferty pod koniec 2015 r. gwałtownie wzrosła. Głównym powodem, dla którego utworzono taki proceder jest to, że wyobrażenia azylantów były nieco inne. Byli oni nastawieni na to, że dostaną pracę, możliwość edukacji i będą mogli sprowadzić swoje rodziny w krótkim czasie. System azylowy nie działa jednak tak sprawnie, aby wszystkie oczekiwania były spełnione od razu. IOM twierdzi, że program pomocowy jest bezpieczny i godny. Pytanie, czy nie kryje się za tym próba przerzucenia problemu imigrantów poza granice swojego kraju.

Obecnie w Europie azylu szukają ludzie z Bliskiego Wschodu, Azji Środkowej, a także Afryki. Problem, z którym zetknęła się Norwegia, może okazać się jeszcze nieodrobioną lekcją dla innych państw Europy. Nie sposób jednak dziś jednoznacznie określić, czy jakiegokolwiek państwo na świecie rozwiązało kwestię wielokulturowości na tyle, by uznać je za wzór. Kolejną sprawą jest to, jak taki wzór przenieść na rzeczywistość poszczególnych państw europejskich. ■

# Nowy rozdział starego konfliktu



**Stosunki między Królestwem Arabii Saudyjskiej i Islamską Republiką Iranu są nieprzyjazne i napięte od kilku dekad. Obydwa państwa dążą do zdobycia politycznej dominacji na Bliskim Wschodzie i zabezpieczenia swoich interesów kosztem rywala. Zerwanie stosunków dyplomatycznych między tymi krajami rozpoczęło kolejny etap konfliktu, którego dalszy rozwój jest trudny do przewidzenia.**

PATRYK ZAJĄC

**W**yrok śmierci wykonany 2 stycznia w Arabii Saudyjskiej na szyickim liderze znanym jako szejk Nimr an-Nimr odbił się szerokim echem w świecie muzułmańskim. Liczne protesty szyitów miały miejsce w krajach Azji, Europy i Afryki. Najsilniejszą reakcją wywołała jednak w Iranie, jedynym oficjalnie szy-

ickim państwie. Doszło tam do ataków na saudyjskie placówki, co stało się pretekstem do zrewidowania przez oba państwa wzajemnych relacji, a w konsekwencji zerwania stosunków dyplomatycznych. Arabię Saudyjską i Iran różni niemal wszystko, łączy zaś tylko jedno: pragnienie, by zostać najważniejszym mocarstwem Bliskiego Wschodu. Spór między tymi państwami jest złożony i wieloaspektowy. Rywalizacja na polu gospodarczym i politycznym stanowi jego kluczowy element. Jednakże nie może być poddawana analizie w oderwaniu od kontekstu historycznego, kulturowego, a przede wszystkim religijnego. Przeszłość Bliskiego Wschodu, mentalność jego mieszkańców oraz wzajemne postrzeganie się różnych grup etniczno-religijnych stanowią klucz do pełniejszego zrozumienia istoty tego sporu.

## Odwieczny konflikt

Islam od swego zarania rozwijał się w postaci dwóch skrajnie różnych nurtów: sunnizmu i szyizmu. Zwolennicy pierwszego z nich, których można by określić tradycjonalistami („sunna” po arabsku znaczy „tradycja [Proroka Mahometa]”) od czasu założenia religii muzułmańskiej

w VII w. rościli sobie prawo do sprawowania władzy nad wszystkimi muzułmanami, w odróżnieniu od „schizmatyków” – szyitów (arab. *szii* to „stronictwo [Alego]”). Przyczyną tego wczesnego podziału miały naturę raczej polityczną niż doktrynalną. Dotyczyły sporu o objęcie przywództwa nad gminą muzułmańską (arab. *umma*) po śmierci Proroka Mahometa, który to spór przerodził się w zbrojny konflikt. Szyizm znalazł wielu zwolenników wśród niearabskich muzułmanów, głównie Persów. Reprezentowali oni starszą, bardziej wyrafinowaną kulturę i cywilizację niż ludzie pustyni, głównie Beduini, którzy ich podbili. Z czasem różnice doktrynalne zaczęły narastać do tego stopnia, że dzisiejsi szyici i sunnici wypracowali odmienne ideologie, wierzenia i obrzędy. Nie dziwi zatem fakt, że szyicki Iran, który uważa się za spadkobiercę starożytnej Persji, pozostaje w permanentnym sporze religijno-kulturowym z sunnicką Arabią Saudyjską. Zaszłości historyczne, które dla ludzi z Zachodu mogą wydawać się niejasne lub mało istotne, odgrywają na Bliskim Wschodzie znaczącą rolę i są stale obecne w pamięci oraz widoczne w mentalności zamieszkujących go ludzi. Na stosunki irańsko-saudyjskie rzutują również

scysje i wypadki mające miejsce w ostatnich dekadach. Należą do nich dwa tragiczne stratowania pielgrzymów w Mekce, w 1987 i 2015 r., w których zginęło kilkuset Irańczyków. Kolejną kwestią było saudyjskie wsparcie dla Saddama Husajna, którego obalenie w 2003 r. doprowadziło do ustanowienia w Iraku niekorzystnego dla Królestwa szyickiego rządu. Arabska Wiosna znów obróciła oba państwa przeciwko sobie. W Bahrajnie, zamieszkiwanym głównie przez szyitów, Saudyjczycy wsparli sunnickie władze w tłumieniu protestów. Innym zarzewiem konfliktu stała się Syria. Iran wsparł Al-Asada – Saudowie natomiast protestującą opozycję. Z podobną polaryzacją mamy do czynienia w Jemenie.

### Zglądony tygrys

Bezpośrednią przyczyną obecnej eskalacji napięć na linii Teheran-Rijad było zerwanie przez Arabię Saudyjską stosunków dyplomatycznych z Iranem po atakach na jej ambasady w Meszhedzie i stolicy. 2 stycznia tłumy agresywnych protestujących usiłowały wdrzeć się do placówek saudyjskich i obrzuciły je koktajlami Mołotowa. Minister Spraw Zagranicznych Arabii Saudyjskiej Adil al-Dżubajr podkreślił, że irańskie władze nie reagowały na prośby o uspokojenie ulicy i zapewnienie ochrony ambasad. Stwierdził ponadto, że ataki na przedstawicielstwa skonfliktowanych z Iranem państw są jego „tradycją”. Nawiązał przy tym do spalania ambasady Stanów Zjednoczonych w Teheranie w 1979 r. oraz podobnego in-

ją wiarę i praktycznie nie mają udziału w rządach Królestwa. Szyickiemu przywódcy, który był jednym z liderów antyrządowych protestów w 2011 r., zarzucano podżeganie ludzi do buntu i nieposłuszeństwa wobec władz, a także posiadanie broni. An-Nimr nie wyparł się swojej politycznej działalności, ale zaprzeczył jakoby kiedykolwiek posiadał broń i nawoływał do przemocy.

### Wojna dwóch ideologii

Posiadanie przez Arabię Saudyjską i Iran swoich oficjalnych religijnych ideologii nie ogranicza się do utrzymywania ich statusu we własnych granicach. Obydwa państwa aktywnie wspierają promocję i rozwój reprezentowanych przez siebie nurtów islamu na całym świecie. Przejawia się to w postaci działalności takiej jak m.in. fundowanie meczetów, centrów kultury, organizacja spotkań, wykładów itp. Ich rola polega na głoszeniu i popularyzacji wcześniej wspomnianych ideologii zgodnie z przekonaniem sponsora. Za granicę wysyłani są odpowiednio wyszkoleni imamowie, którzy starają się pozyskać nowych zwolenników wśród miejscowych muzułmanów, a niekiedy nawet nawrócić wyznawców innych religii. Ponadto Iran, od czasu rewolucji w 1979 r., wspiera szyicke organizacje militarne w państwach regionu, np. w Bahrajnie, jak również Hezbollah w Libanie czy Hamas w Izraelu (Autonomii Palestyńskiej) oraz innych częściach świata, np. w Indiach i Kenii. Na Bliskim Wschodzie obydwa państwa realizują zadanie wzmocnienia

się po zakończeniu konfliktów, był dla nich korzystny.

### Globalna perspektywa

Stany Zjednoczone są najsilniejszym sprzymierzeńcem Rijadu. Przyjaźń ta różnie od wielu lat, podlewana obficie saudyjską ropą. Amerykański sekretarz stanu John Kerry zapewnił w ostatnim czasie o „trwałych relacjach” łączących ich z Saudami, pomimo faktu zniesienia wieloletnich sankcji na Iran. Oba państwa mają długą historię współpracy w przemyśle naftowym, czego wyrazem był istniejący do 1980 r. koncern ARAMCO (Arab American Oil Company). Obecnie znacjonalizowany i występujący pod nazwą Saudi Aramco największy wydobywca ropy na świecie, który pozostaje nadal jednym z czołowych dostawców tego surowca do Stanów Zjednoczonych. Nie bez znaczenia dla relacji z Iranem jest także zaangażowanie Arabii Saudyjskiej w naloty prowadzone przez koalicję w Syrii, podczas gdy Iran opowiedział się po stronie Baszara al-Asada wspieranego przez Rosję. Na odbiór sporu irańsko-saudyjskiego na arenie międzynarodowej wywarło wpływ oficjalne potępienie przez większość krajów członkowskich Organizacji Współpracy Islamskiej ataków na saudyjskie ambasady w Iranie oraz jego ingerencji w Jemenie, Syrii, Somalii i Bahrajnie, a także wspieranie przez niego terroryzmu w regionie.

### Stosunki napięte, ale stabilne

Krótko po zerwaniu stosunków dyplomatycznych między Iranem a Arabią Saudyjską pojawiły się spekulacje ekspertów o możliwości wybuchu wojny. Z czasem głosy te ucichły, a strony konfliktu jasno dały do zrozumienia, że takie posunięcie nie leży w interesie żadnej z nich. Społeczność międzynarodowa ze Stanami Zjednoczonymi na czele wezwała do deeskalacji konfliktu. Pakistan i rzekomo kilka innych państw miało zaoferować chęć zostania mediatorami. Mimo różnic szyicko-sunnickich, w świętych miejscach islamu w Mekce zawsze tolerowano wszystkich pielgrzymów. Aktualna sytuacja sprawiła, że Iran zabronił swoim obywatelom odbywać hadżdż (obowiązkową pielgrzymkę, którą każdy muzułmanin w miarę możliwości musi odbyć chociaż raz w życiu). Saudyjczycy poprosili jednak, aby na terenie Iranu reprezentowała ich ambasada Szwajcarii. Ma to na celu umożliwienie przyjazdu pielgrzymom z tego kraju mimo braku oficjalnych stosunków. Wydaje się, że ten gest oraz deklaracja o braku dążenia do wojny ze strony Iranu stanowią wyraz szczerzej intencji obu państw do zmniejszenia wzajemnych napięć. ■

**Z czasem różnice doktrynalne zaczęły narastać do tego stopnia, że dzisiejsi szyici i sunnici wypracowali odmienne ideologie, wierzenia i obrzędy. Nie dziwi zatem fakt, że szyicki Iran, który uważa się za spadkobiercę starożytnej Persji, pozostaje w permanentnym sporze religijno-kulturowym z sunnicką Arabią Saudyjską**

cydentu związanego z placówką brytyjską, który miał miejsce w 2011 r. Zglądzenie Nimra an-Nimra (arab. tygrys) wraz z 46 innymi osobami oskarżonymi o szeroko pojętą działalność terrorystyczną stanowiło powód tegorocznych zamieszek.

Arabia Saudyjska oficjalnie promuje skrajnie fundamentalistyczną ideologię sunnicką zwaną wahhabizmem. 10 proc. jej rdzennych mieszkańców to szyici, którzy są dyskryminowani ze względu na swo-

własnej ideologii, sojuszków i pozycji również poprzez finansowanie i dostarczanie broni grupom zaangażowanym po przeciwnych stronach konfliktu w Syrii, Iraku i Jemenie. W perspektywie jest do prowadzenie do przejęcia władzy przez frakcje, które będą współpracowały z jedną ze stron, a pały niechęcią do drugiej. W ten sposób Iran i Arabia Saudyjska starają się sprawić, aby obraz Bliskiego Wschodu (a raczej układ sił), który wyłoni

# PGNiG a Gazprom – czy arbitraż przyniesie zmianę ceny gazu?

**PGNiG po raz kolejny podjęło próbę zmiany formuły cenowej traktatu jamalskiego za pomocą strategii opartej na arbitrażu. Wszczęcie postępowania oraz złożenie oficjalnego pozwu w sztokholmskim Trybunale Arbitrażowym jest następstwem braku porozumienia w ramach tzw. okna negocjacyjnego. Czy polskiej spółce uda się powtórzyć sukces z 2012 r., kiedy zaangażowanie międzynarodowej instytucji rozwiązywania sporów dało oczekiwany efekt?**

MAŁGORZATA PAZURA

1 lutego PGNiG po raz kolejny złożyło oficjalny pozew przeciwko Gazpromowi i Gazpromowi Export przed szwedzkim Trybunałem Arbitrażowym. Poprzednim razem taki krok został podjęty w 2012 roku, kiedy po próbie sześciomiesięcznych negocjacji nie udało się porozumieć w kwestii zmiany formuły cenowej opartej na traktacie jamalskim. W tym roku obserwujemy realizowanie podobnej strategii negocjacyjnej, jednak biorąc pod uwagę sytuację na europejskim rynku energetycznym, strona polska może mieć utrudnione zadanie.

## Trzeci krok podjęty przez PGNiG

Złożenie oficjalnego pozwu nie jest pierwszą próbą podjętą w celu renegotjowania kontraktu. Oficjalny pozew złożony 1 lutego jest trzecim krokiem, jaki podjęło Polskie Górnictwo Naftowe i Gazowe, aby Gazprom i Gazprom Export spełniły żądania spółki dotyczące zmiany formuły cenowej. Pierwszym krokiem nie angażował zewnętrznych instytucji. PGNiG zwróciło się bezpośrednio do rosyjskiego monopolisty z wezwaniem do zmiany warunków cenowych kontraktu długoterminowego na zakup gazu ziemnego z dnia 25 września 1996 r. Żądania argumentowano koniecznością dostosowania dokumentu do sytuacji na europejskim rynku energetycznym. Trwająca pół roku próba rozmów z rosyjskim partnerem handlowym w formie tzw. okna negocjacyjnego nie przyniosła oczekiwanych efektów, więc pomimo zaawansowania rozmów 13 maja 2015 r. strona polska zdecydowała się wezwać Gazprom do arbitrażu przed Trybunałem w Sztokholmie. Podjęcia działań angażujących międzynarodowe instytucje rozwiązywania sporów nie należy łączyć z ograniczaniem rozmów między przedstawicielami spółek.

Zaangażowanie Trybunału Arbitrażowego może stanowić atut PGNiG, być wsparciem argumentów skupiających się na rynku gazu ziemnego, jednak zgodnie z oficjalnym komunikatem PGNiG „postępowanie arbitrażowe nie wyklucza możliwości prowadzenia rozmów na poziomie handlowym (...) i osiągnięcia porozumienia”.

## Włoski koncern Edison

Rok 2012 był rokiem przełomowym dla współpracy między PGNiG a Gazpromem. Po nieudanej próbie renegotjacji kontraktu długoterminowego polska spółka wzięła przykład z najstarszej firmy energetycznej w Europie i zdecydowała się zrealizować swoje żądania angażując Trybunał Arbitrażowy. Prekursorem takiego sposobu renegotjacji był włoski Edison, jeden z mniejszych podmiotów na rynku, który w 2010 r. pozwał spółkę Promgas, działającą w formie joint venture rosyjskiego Gazpromu i włoskiego koncernu energetycznego ENI. Pionierskie działanie przyniosło oczekiwane efekty – Trybunał Arbitrażowy poparł żądania włoskiego koncernu. Decyzję argumentowano przede wszystkim spadkiem cen na rynku, a Gazprom musiał wprowadzić zmiany warunków cenowych. Postanowienie Trybunału w Sztokholmie z lipca 2011 roku otworzyło nowy rozdział we współpracy europejskich spółek energetycznych z rosyjskim monopolistą. W trakcie kolejnych miesięcy, idąc za przykładem Edisona, postępowanie wszczęły przedsiębiorstwa z Niemiec, Grecji, Chorwacji czy Polski. Niewłaściwe byłoby stwierdzenie, że szereg postępowań arbitrażowych znacznie pogorszył pozycję Gazpromu jako czołowego dostawcy gazu ziemnego do europejskich państw. Niemniej jego położenie stało się mniej korzystne niż europejskich klientów.

## Różnica czy podobieństwo?

Renegocjacja za pomocą pozwu w Trybunale Arbitrażowym w 2012 roku opierała się na podobnych argumentach, jednak różniła się etapem przemian na rynku energetycznym i międzynarodową sytuacją finansową. Pierwsze pozwu przeciwko Gazpromowi były składane w czasie, gdy dokonywała się gruntowna przemiana struktury rynku gazu ziemnego w Europie i na świecie. Dotyczyła ona zwłaszcza upowszechnienia technologii skraplania gazu ziemnego w celu transportu oraz eksploatacji złóż gazu łupkowego. Taka kluczowa zmiana była wystarczająca, by doprowadzić do renegotjacji kontraktu, a w kolejnym kroku do wszczęcia postępowania arbitrażowego. Jednak sytuacja na rynku nie była jedyną istotną przesłanką do zaangażowania w spór sztokholmskiego Trybunału. We wrześniu 2012 r. Komisja Europejska wszczęła dochodzenie przeciwko Gazpromowi w sprawie domniemyanych praktyk monopolistycznych w państwach Europy Środkowo-Wschodniej. Istniało podejrzenie, że rosyjski gigant energetyczny segmentuje rynek gazowy m.in. poprzez utrudnianie klientom reeksportu gazu. Jeśli takie działania są oceniane przez KE jako łamanie unijnych przepisów antymonopolowych, to można uznać, że przemawiają za wyborem arbitrażu do ugodowego rozwiązania sporu.

## UE a koncepcje bezpieczeństwa energetycznego państw

Nie należy jednak utożsamiać działań podejmowanych przez KE z realizowaniem koncepcji bezpieczeństwa energetycznego jednakowej dla wszystkich krajów Unii Europejskiej. Dochodzenie przeciwko Gazpromowi jest formą wdrażania i kontroli przestrzegania przepisów prawnych obowiązujących na obszarze





państw członkowskich. Jednak w zakresie polityki bezpieczeństwa energetycznego większość kompetencji pozostaje po stronie państw członkowskich. Główne cele w koncepcjach poszczególnych krajów różnią się od wizji unijnej i siebie nawzajem. Można jedynie wskazać grupy państw, w których różnice są najmniejsze. Po pierwsze, kraje aktywne w skali świata, gdzie działają silne koncerny o ugruntowanej pozycji – Niemcy, Francja, Włochy. Z jednej strony utrzymują relacje z Rosją, a z drugiej angażują się w projekty dywersyfikacyjne, budowę infrastruktury dla LNG i poszukują bezpośredniego dostępu do złóż dla swoich koncernów. Po drugie, państwa takie jak Austria czy Węgry, które leżą na trasie przesyłania surowców i akceptując budowę rurociągów zapewniają sobie zaplecze energetyczne. Ostatnią grupą są państwa zależne od dostaw z Rosji. Kraje bałtyckie, państwa Europy Południowo-Wschodniej oraz Polska, które koncepcje bezpieczeństwa chcą realizować przez stworzenie mechanizmów solidarności zapewniających dostawę surowców w razie ich odcięcia przez rosyjskiego monopolistę.

### Podwójne standardy Gazpromu

Różnic pomiędzy koncepcjami zapewnienia bezpieczeństwa energetycznego państw członkowskich UE jest wiele. Jednak działania podejmowane przez Komisję Europejską w zakresie tworzenia prawa wspólnotowego, chociaż nie wytyczają jednej słusznej drogi, są szansą na stosowanie zbliżonych standardów wobec partnerów handlowych przez Gazprom. Wyraźny sprzeciw KE wobec stosowania praktyk monopolistycznych oraz sukces

włoskiego koncernu Edison w sporze z rosyjskim eksporterem pokazują, że Gazprom nie może stosować zupełnie innych standardów wobec każdego z europejskich odbiorców.

### Sukces renegocjacji opartych na arbitrażu

PGNiG podjęło próbę sprzeciwienia się dyskryminacji w postaci zastosowanej formuły cenowej w 2012 roku i już złożenie oficjalnego pozwu do sztokholmskiego Trybunału sprawiło, że Gazprom porozumiał się z polską spółką. Postępowanie miało zakończyć się do końca I kwartału 2013 r., jednak w oficjalnych komunikatach przedstawiciele PGNiG nie wykluczali porozumienia między stronami równoległe do toczącego się postępowania. W tym czasie rozmowy dały efekt w postaci wypracowania aneksu, gdzie zastosowano nowe warunki cenowe, zawierające zarówno elementy oparte na notowaniach ropy i produktów ropopochodnych, jak i na notowaniach rynkowych gazu. Zmiana weszła w życie, kiedy PGNiG zwróciło się z odwołaniem pozwu do Trybunału Arbitrażowego w Sztokholmie.

### Trudniejsza sytuacja Gazpromu

W 2012 r. strategia negocjacyjna opierająca się na arbitrażu przyniosła zamierzone efekty. Jednak w obecnej rundzie rozmów atut PGNiG w postaci pozwu wobec Gazpromu może nie zadziałać. Rosyjski monopolista ma problemy nie tylko z powodu radykalnych zmian na rynkach paliwowych, ale także przez globalne restrykcje. Podjęcie decyzji o obniżeniu ceny dla jednego z odbiorców może udeżyć w strategię firmy, która w ostatnich

latach i tak odnotowuje kurczenie się zysków. Co prawda kontrakt Gazpromu z PGNiG nie jest bardzo duży, jednak zgoda na zmianę formuły cenowej w tym trudnym okresie byłaby sygnałem dla rynków, że ustępstwa są możliwe.

### Atut PGNiG

Początek 2016 r. stawia polską stronę w dość korzystnej sytuacji. PGNiG sprzyja załamanie cen ropy naftowej, która jest podstawą określania ceny dla części dostaw błękitnego paliwa do Polski. Drugim mocnym punktem jest otwarcie terminalu LNG w Świnoujściu. Gazoport został oficjalnie oddany do użytku 12 października 2015 r., co można uznać za kluczową datę, a samą inwestycję za sztandarową z punktu bezpieczeństwa energetycznego kraju. Stworzenie takiej infrastruktury pozwala na dywersyfikowanie źródeł pozyskiwania surowców energetycznych, a przede wszystkim na uniezależnienie się od rosyjskiego giganta. Przesłanką do przewagi strony polskiej może być przyjęcie pierwszej dostawy gazu, która wprawdzie zostanie wykorzystana tylko na obszarze gazoportu, ale pokazuje, że projekt zbliża się do momentu komercyjnego wykorzystania obiektu. Handlowa eksploatacja terminalu LNG rozpocznie się w drugiej połowie roku, czyli prawdopodobnie w momencie odbywania kluczowych rozmów na temat renegocjowania kontraktu z września 1996 r. Każda ze stron ma silne argumenty, jednak wydaje się, że to zmiany na rynku produktów energetycznych zdecydują, czy Gazprom porozumie się z PGNiG i czy będzie odwlekał obniżenie stawek przez przedłużające się postępowanie arbitrażowe. ■

# Co ma kajak do utworu

Stronami sporu, toczącego się w latach 50. ubiegłego wieku, byli dwaj pasjonaci kajakarstwa – Marian N. i Waclaw T. Książka, która wyszła spod ich piór – „Zasady kajakowania” – stała się jednak kością niezgody. Sprawa trafiła do sądu.



JOANNA HETMAN

Adwokat, radca prawny  
KANCELARIA PRAWNICZA PATRIMONIUM

## Jak kajakować

Wszystko zaczęło się od Rady Trenerów Sportu Kajakowego odbywającej się w 1951 roku, podczas której wskazano potrzebę wydania książki o kajakarstwie. Miesiąc później Waclaw T. wręczył niektórym kolegom rękopis projektowanej książki zatytułowanej „Zasady kajakowania”. Uznano, że praca nie nadaje się do druku bez dodatkowego opracowania przez fachowca. Wskazywano osobę Mariana N. Pan Waclaw wkrótce skontaktował się z panem Marianem – obaj doszli do porozumienia co do wspólnego opracowania książki, wydania jej pod obydwoma nazwiskami i podziału wynagrodzenia. Prace postępowyły – obydwaj autorzy byli ze sobą w stałym kontakcie, Sekcja Sportu Kajakowego G.K.K.F. uwzględniła w planie wydawniczym na 1952 rok publikację „Zasady kajakowania”, podając jako współautorów obydwu panów. Wreszcie w kwietniu 1952 roku w Wydziale Wydawnictw G.K.K.F. został złożony rękopis, na co pokwitowanie wystawiono na Mariana N. Wydział Wydawnictw zlecił Antoniemu M. opracowanie recenzji książki. W lipcu 1952 roku Waclaw T. w liście do Mariana N. pi-

sał, że książka będzie wkrótce wydana i mogą spodziewać się gotówki.

## Plagiat o kajakowaniu

Sielanka nie trwała jednak długo, bo już w sierpniu 1952 roku w czasopiśmie „K.” ukazał się artykuł Waclawa T. zatytułowany „Metodyka szkolenia w zakresie kajakarstwa”. Zdaniem Mariana N. tekst był jego pracą. Pomiędzy panami doszło do nieporozumienia, którego uwięzieniem stało się odebranie rękopisu przez Waclawa T., uzupełnienie go o rozdział poświęcony turystyce oraz zawarcie umowy wydawniczej ze Spółdzielnią Wydawniczą „Sport i Turystyka”, w której to umowie podawał się za wyłącznego autora książki. Książka została wydana. Po jej przeczytaniu Marian N. oraz jego koledzy uznali, że niektóre jej rozdziały zostały żywcem przepisane z pracy przygotowanej przez pana Mariana, inne poddano nieznamym przeróbkom. Pan Waclaw uznał w części roszczenia pana Mariana, oferując mu wypłacenie 25 proc. uzyskanego honorarium. Dla tego ostatniego nie było to jednak satysfakcjonujące rozwiązanie. Sprawa trafiła do sądu.

## Sądy o plagiatach i kajakowaniu

W pierwszej instancji orzekł Sąd Wojewódzki dla m. st. Warszawy, który stwierdził, że w sprawie doszło do naruszenia przez Waclawa T. autorskich dóbr osobistych Mariana N. poprzez przywłaszczenie sobie przez Waclawa T. w 40 proc. autorstwa książki tego pierwszego oraz w całości autorstwa wspomnianego wyżej artykułu. Sąd zasądził na rzecz powoda wynagrodzenie oraz zezwolił powodowi na ogłoszenie treści wyroku w czasopiśmie sportowym. Od tego wyroku pozwany wniósł rewizję do Sądu Najwyższego.

Sąd Najwyższy przychylił się do ustaleń sądu pierwszej instancji i oddalił rewizję pozwanego. Nie przychyłono się do twierdzenia pozwanego, że części książki, których autorstwo przypisuje sobie powód, nie pochodzą od powoda, ale są zaczerpnięte z zupełnie innych utworów, uznając, że takie twierdzenie po pięciu latach procesu i wyraźnych deklaracjach ze

strony pozwanego co do współautorstwa książki z Marianem N. jest gołosłowne. Przypomniano pozwanemu, że w rewizji stwierdził, iż korzystał z innych źródeł „poprzez maszynopis powoda”. Nie uznano twierdzeń pozwanego, że jego praca już we wstępnej fazie nadawała się do druku uznając, że „wystąpienie z projektem książki nie stanowi jeszcze żadnego utworu, tym bardziej że samodzielne opracowanie pierwszego projektu opracowanego przez samego pozwanego nie nadawało się do wydania i konieczna była współpraca powoda”.

Pozwany zarzucał ponadto w rewizji, że współautorstwo powoda zostało mu narzucone. Sąd Najwyższy nie doszukał się w zebranych materiale dowodowym dostatecznego uzasadnienia tej tezy, zwłaszcza w świetle pism pozwanego, w których określał on sporne dzieło jako wspólne, a także wobec faktu skorzystania przez pozwanego z wyników pracy autorskiej powoda, czym pozwany naruszył art. 10 ówczesnie obowiązującej ustawy z 1952 r. o prawie autorskim, zgodnie z którą prawo autorskie do poszczególnych części dzieła zbiorowego przysługuje ich twórcom. Sąd Najwyższy przypomniał w uzasadnieniu, że strony zawarły umowę co do współautorstwa książki, zgodnie zaś z art. 11 ustawy z 1952 r. współtwórcom przysługuje prawo autorskie łącznie. Zgodnie z tezą omawianego orzeczenia „stanowi naruszenie prawa autorskiego podanie w wydanej książce swojego wyłącznie nazwiska jako nazwiska autora, chociaż była zawarta z drugą osobą umowa co do współautorstwa książki i chociaż pewne partie książki niemal w całości stanowią tekst przez nią opracowany; nie można przy tym uważać, że praca tego drugiego autora nie ma cech samodzielnej twórczości z powodu korzystania przez niego z pewnych źródeł, nie polegającego jednak na mechanicznym przepisaniu treści, jeżeli opracował on w swojej partii nowe materiały, a poza tym przejrzał i poprawił resztę pracy”.

Wyrok Sądu Najwyższego z dnia 18 listopada 1960 r., I CR 234/60, OSNCK 1961/4/124 ■



# Mediacje w sprawach rodzinnych



**W ostatnich latach, w związku ze zdecydowanie szybszym i bardziej chaotycznym trybem funkcjonowania społeczeństwa, brakiem stabilizacji zawodowej i finansowej rodzin, a także rozluźnieniem więzi międzyludzkich, nastąpił wzrost liczby konfliktów rodzinnych i rozwodów.**



**BEATA I BOGDAN JANOWSCY**

FUNDACJA MIĘDZYPOKOLENIOWA AKADEMIA ROZWOJU

OŚRODEK MEDIACJI I DIALOGU KANCELARII PRAWNICZEJ PATRIMONIUM



## **Konflikt może być twórczy**

Konflikt może być także siłą twórczą, dającą możliwość rozwoju i głębszego, bardziej świadomego porozumienia. Podkreślenie tego faktu wydaje się bardzo istotne, gdyż wiele osób wstydy się ujawnienia sytuacji konfliktowej, mylnie sądząc, że nie należy poszukiwać fachowej pomocy poza związkiem. Tymczasem mediacja to spotkania z profesjonalnie przygotowaną parą mediatorów, ludzi tolerancyjnych, dyskretnych i otwartych, szanujących wolność wyznawania osobistych wartości. Ludzi bezstronnych i nieoceniających postaw moralnych uczestników.

Mediacja jest procesem, który poza oczywistym celem, jakim jest wypracowanie satysfakcjonującego obie strony konfliktu porozumienia, umożliwia także odnoszenie innych, nie mniej istotnych korzyści. Spotkanie mediacyjne uczy strony konfliktu wyrażania własnych uczuć, emocji oraz potrzeb. Podczas wspólnych spotkań strony przyswajają zasady uważnego słuchania swojego rozmówcy, wsłu-

**D**o niedawna skonfliktowani ludzie nie mieli możliwości zwrócenia się do bezstronnych i kompetentnych osób z prośbą o towarzyszenie im w narastającej często przez lata sytuacji konfliktu. Praktyka mediacyjna pokazuje wyraźnie, że stworzenie bezpiecznej przestrzeni i fa-

chowa pomoc doświadczonych mediatorów umożliwia skonfliktowanym i skupionym na przeżywaniu poczucia krzywdy stronom otworzenie się na emocje, uczucia i potrzeby drugiego człowieka. Mediacja zakłada bowiem, że konflikt jest zjawiskiem naturalnym, występującym w każdym związku i relacji międzyludzkiej.

chiwania się w jego potrzeby, emocje, obawy i oczekiwania. Dzięki temu mediacja umożliwia zrozumienie odmiennego punktu widzenia, pokazuje konstruktywny sposób rozwiązywania konfliktów, kieruje myśli uczestników mediacji ku przyszłości i rozwiązaniu sporu. Osoby, które uczestniczą w sesjach mediacyjnych, uczą się brania odpowiedzialności za podejmowane przez siebie decyzje, jak również za losy swoich najbliższych. Wypracowane wspólnie porozumienia pozwalają na polepszenie relacji, zachowanie wzajemnego szacunku i poszanowanie granic.

Uczestnicy dowiadują się, że miarą dobrego związku nie jest brak konfliktów, tylko to, jak te konflikty rozwiązujemy. Po każdym dobrze rozwiązany konflikt

spokojonych potrzeb, które są źródłem frustracji. Dotarcie do nich jest zazwyczaj kluczowym i trudnym momentem, gdyż większość ludzi zaprzecza ich istnieniu. Uświadomienie i wypowiedzenie potrzeb jest jednak momentem przełomowym, ponieważ umożliwia stronom zrozumienie siebie i motywów działań partnera. Mediacja pozwala na poszukiwanie przez strony nowych, akceptowalnych obustronnie rozwiązań. Często uczestnicy mówią o tym, że boją się kompromisu, bo to oznacza, że będą musieli z czegoś zrezygnować. Dlatego w mediacji najczęściej poszukuje się trzeciej drogi. Rozwiązania, które spowoduje zadowolenie obu stron. Przykładowo, jeśli tematem sporu jest to, czy jechać na wakacje w góry, czy nad morze, roz-

## Mediacja jest procesem, który poza oczywistym celem, jakim jest wypracowanie satysfakcjonującego obie strony konfliktu porozumienia, umożliwia także odnoszenie innych, nie mniej istotnych korzyści

wzrasta wzajemne zaufanie. Jest nawet takie poczucie, że jeśli się pokłóciliśmy, a nawet powiedzieliśmy sobie coś przykrego i małżonek jest niezadowolony, to wiemy, że jemu to minie – za chwilę lub jutro, że o tym porozmawiamy, wyjaśnimy i będzie znowu dobrze. Nie ma takiego poczucia, że dno się urwało, lecimy w dół i nie wiadomo, co będzie.

W każdej relacji międzyludzkiej, kiedy mamy bliski kontakt z drugim człowiekiem i występuje między nami zależność, wcześniej czy później pojawiają się odmienne pomysły, poglądy czy widzenie jakiejś sfery rzeczywistości. Ludzie uważają, że trzeba udawać, że nie ma konfliktów, bo „konflikt” to okropne słowo. Nie, ono nie jest okropne – pod warunkiem, że wiemy, iż ten drugi człowiek nie jest śmiertelnym wrogiem, tylko ma inne potrzeby, inne widzenie świata. A to, że się różnimy, ubogaca nas, a nie oznacza, że powinniśmy się zwalczać. W języku chińskim słowo „konflikt” zapisywane jest dwoma znakami, z których jeden oznacza „niebezpieczeństwo”, a drugi „ukryte możliwości”.

### Dotarcie do potrzeb

Celem mediacji jest uświadomienie sobie przez jej uczestników przeżywanym w relacji emocji i nazwanie niez-

wiązaniem kompromisowym są wakacje w Łodzi. A tak zwaną trzecią drogą mogą być na przykład wakacje w Chorwacji czy Portugalii, gdzie góry i morze występują razem...

### Dobrowolność mediacji

Mediacja jest procesem dobrowolnym. Każda ze stron bez żadnych konsekwencji może odstąpić od mediacji. Jednak osoby biorące w niej udział szybko dostrzegają, że sesja mediacyjna jest miejscem, gdzie emocje i potrzeby mogą zostać ujawnione w bezpiecznej, pełnej zrozumienia i szacunku atmosferze, a mediacja daje szansę na utrzymanie lub wznowienie zakłóconej relacji w dawnym lub nowo wypracowanym przez strony kształcie.

### Dla kogo są mediacje

W drodze mediacji możliwe jest rozwiązywanie wszystkich sporów, w których strony dobrowolnie chcą poszukiwać porozumienia. Mediacja jest pomocna w rozwiązywaniu konfliktów rodzinnych, konfliktów związanych z rozwodem, sytuacji konfliktowych z udziałem dzieci, sporów i nieporozumień sąsiedzkich, lokalnych, w społecznościach i wspólnotach, ale także w sporach biznesowych czy pracowniczych. ■

### Beata Janowska

#### WYKSZTAŁCENIE:

Wyższe magisterskie (pedagog specjalny), absolwentka Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej.

W latach 2003–2010 ukończyła wiele szkoleń z zakresu wychowania dzieci i młodzieży, komunikacji interpersonalnej oraz rozwiązywania konfliktów.

W 2007 r. w Centrum Psychoedukacji i Mediacji odbyła 80-godzinne szkolenie z zakresu mediacji rodzinnej oraz staż mediacyjny (pięć samodzielnie przeprowadzonych mediacji, w tym dwie zakończone spisaniem ugody oraz superwizje z doświadczonym mediatorem).

#### DOŚWIADCZENIE MEDIACYJNE:

Od 2007 roku pracuje jak mediator przy rozwiązywaniu konfliktów rodzinnych, społecznych i biznesowych. Obecnie jest mediatorem w Ośrodku Mediacji i Dialogu przy Kancelarii Prawniczej PATRIMONIUM.

#### WSPÓŁPRACA, ASOCJACJE:

Członek Rady Fundacji Międzypokoleniowa Akademia Rozwoju  
Współpracuje jako ekspert z Mistrzowską Akademią Miłości  
Częsty gość audycji radiowych

### Bogdan Janowski

#### WYKSZTAŁCENIE:

Wyższe magisterskie (artysta grafik), absolwent Wydziału Grafiki na Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie. W latach 2003–2010 ukończył szereg szkoleń i warsztatów z zakresu wychowania dzieci i młodzieży, komunikacji interpersonalnej oraz rozwiązywania konfliktów. W 2007 r. w Centrum Psychoedukacji i Mediacji odbył 80-godzinne szkolenie z zakresu mediacji rodzinnej oraz staż mediacyjny (pięć samodzielnie przeprowadzonych mediacji, w tym dwie zakończone spisaniem ugody oraz superwizje z doświadczonym mediatorem).

#### DOŚWIADCZENIE MEDIACYJNE:

Od 2007 roku pracuje jak mediator przy rozwiązywaniu konfliktów rodzinnych, społecznych i biznesowych. Obecnie jest mediatorem w Ośrodku Mediacji i Dialogu przy Kancelarii Prawniczej PATRIMONIUM.

#### WSPÓŁPRACA, ASOCJACJE:

Prezes zarządu Fundacji Międzypokoleniowa Akademia Rozwoju  
Współpracuje jako ekspert z Mistrzowską Akademią Miłości  
Częsty gość audycji radiowych

# Nowelizacja Kodeksu pracy



**Od dnia 22 lutego 2016 r. na podstawie ustawy z dnia 24 lipca 2015 r. o zmianie ustawy – Kodeks pracy oraz niektórych innych ustaw zaczęła obowiązywać znowelizowana wersja Kodeksu pracy. Jest to odpowiedź ustawodawcy na postulaty walki z tzw. umowami śmieciowymi. Głównym celem nowelizacji jest ograniczenie nieuzasadnionego stosowania umów o pracę na czas określony.**

MARCIN Wika

RADCA PRAWNY, KANCELARIA CSW WIĘC-KOWSKA I PARTNERZY RADCY PRAWNI

## **Redukcja katalogu umów o pracę**

Znowelizowany art. 25 § 1 kodeksu pracy reguluje obecnie trzy podstawowe typy umów – umowę o pracę na okres próbny, umowę o pracę na czas określony i umowę o pracę na czas nieokreślony. Tym samym usunięte zostały umowy o pracę na czas wykonywania określonej pracy oraz zawierane umowy o pracę na czas zastępstwa nieobecnego pracownika. W obu przypadkach zamiennikami staną się umowy na czas określony.

## **Ograniczenie czasu trwania i liczby umów zawieranych na czas określony**

Dotychczasowe przepisy wprowadzały wyłącznie ograniczenie ilościowe umów o pracę na czas określony. Trzecia umowa na czas określony z mocy prawa stawała się umową na czas nieokreślony, jednak pod warunkiem, że odstępy czasowe pomiędzy następującymi po sobie umowami nie przekraczały 1 miesiąca. Po nowelizacji wprowadzono dodatkowo ograniczenia dotyczące czasu trwania umowy o pracę na czas określony. I tak, obecnie, zgodnie z art. 25(1) kodeksu pracy, maksymalny czas zatrudnienia na podstawie umów na czas określony, niezależnie od ich liczby i czasu, jaki upłynie po-

między zawieraniem kolejnych umów, wynosić będzie 33 miesiące, a łączna liczba tych umów nie może przekroczyć trzech.

Warto dodać, że do limitu nie wlicza się umów na okres próbny, a więc de facto okres zatrudnienia pracownika w ramach umowy na czas określony może trwać 3 lata (3 miesiące umowy na okres próbny i 33 miesiące umowy na czas określony).

Zgodnie ze znowelizowanym art. 25(1) § 4 kodeksu pracy odstępstwa od powyższej zasady przewiduje się w przypadku:

- zastępstwa pracownika w czasie jego nieusprawiedliwionej nieobecności w pracy,



## W nowym brzmieniu przepisów art. 25 § 2 i § 3 Kodeksu pracy doprecyzowano, że umowa na okres próbny zawierana jest w celu sprawdzenia kwalifikacji pracownika i możliwości jego zatrudnienia w celu wykonywania określonego rodzaju pracy. Pracodawca będzie mógł zawrzeć taką umowę co do zasady tylko jeden raz

Zrównanie okresów wypowiedzenia dla umowy na czas określony i nieokreślony

Na podstawie dotychczas obowiązujących przepisów, umowę o pracę na czas określony można było wypowiedzieć tylko wtedy, gdy była zawarta na więcej niż 6 miesięcy, a w jej treści uwzględniono odpowiednie postanowienia. Wówczas okres wypowiedzenia wynosił 2 tygodnie, niezależnie od okresu zatrudnienia. Obecnie, zgodnie z art. 32 § 1 Kodeksu pracy, każda ze stron może rozwiązać umowę o pracę za wypowiedzeniem. W przypadku obu rodzajów umów, tj. umowy na czas określony i umowy na czas nieokreślony, przy liczeniu okresu wypowiedzenia liczy się staż pracy u danego pracodawcy i będzie on wynosił:

- 2 tygodnie, jeżeli pracownik był zatrudniony krócej niż 6 miesięcy,
- 1 miesiąc, jeżeli pracownik był zatrudniony co najmniej 6 miesięcy,
- 3 miesiące, jeżeli pracownik był zatrudniony co najmniej 3 lata.

Także roszczenia pracownika zatrudnionego na podstawie umowy o pracę na czas określony związane z odszkodowaniem za rozwiązanie umowy bez wypowiedzenia z winy pracodawcy oraz w przypadku wygaśnięcia stosunku pracy z uwagi na śmierć pracodawcy zbliżono bądź zrównano całkowicie z rozwiązaniami zastosowanymi w przypadku umów zawieranych na czas nieokreślony. W razie wadliwego rozwiązania umowy o pracę na czas określony bez wypowiedzenia lub w razie naruszenia przepisów o wypowiedzeniu takich umów pracodawca będzie musiał zapłacić pracownikowi odszkodowanie. Co do zasady odszkodowanie to będzie wynosiło równowartość wynagrodzenia pracownika za okres wypowiedzenia. Okres ten będzie wynosił odpowiednio 2 tygodnie, 1 miesiąc albo 3 miesiące.

### Doprecyzowanie przepisów dotyczących umów na okres próbny

W nowym brzmieniu przepisów art. 25 § 2 i § 3 Kodeksu pracy doprecyzowano, że umowa na okres próbny zawierana jest w celu sprawdzenia kwalifikacji pracownika i możliwości jego zatrudnienia w celu wykonywania określonego rodzaju pracy. Pracodawca będzie mógł zawrzeć taką umowę co do zasady tylko jeden raz. Kolejna umowa na okres próbny z tym samym pracownikiem możliwa będzie tylko pod warunkiem, że jego zadania będą inne niż dotychczas. Do tych samych zadań i na to samo stanowisko nie będzie można ponownie zatrudnić tego samego pracownika na okres próbny, chyba że minęły trzy lata od rozwiązania poprzedniej umowy o pracę.

Zwolnienie pracownika z obowiązku wykonywania pracy w czasie okresu wypowiedzenia

Nowelizacja Kodeksu pracy dotyczyła także kwestii zwolnienia pracownika z obowiązku świadczenia pracy w okresie wypowiedzenia z zachowaniem prawa do wynagrodzenia. Obecnie jest ona usankcjonowana przepisami prawa i tak, zgodnie z nowo dodanym art. 36(2) Kodeksu pracy, pracodawca może zwolnić pracownika z obowiązku świadczenia pracy do upływu okresu wypowiedzenia, przy czym pracownik zachowa prawo do wynagrodzenia w tym czasie i to niezależnie od rodzaju umowy.

Należy zaznaczyć, że przedstawione zmiany dotyczą wyłącznie umów zawieranych na podstawie Kodeksu pracy. Umowy o pracę tymczasową regulowane są przepisami ustawy z dnia 9 lipca 2003 roku o zatrudnianiu pracowników tymczasowych i pozostają bez zmiany. Podobnie w przypadku umów cywilnoprawnych, które są regulowane przez Kodeks cywilny i nowelizacja Kodeksu pracy ich nie dotyczy. ■

- wykonywania pracy o charakterze dorywczym lub sezonowym,
- wykonywania pracy przez okres kadencji, a także
- w przypadku gdy pracodawca wskaże obiektywne przyczyny leżące po jego stronie, jeżeli jej zawarcie w danym przypadku służy zaspokojeniu rzeczywistego okresowego zapotrzebowania i jest niezbędne w tym zakresie w świetle wszystkich okoliczności zawarcia umowy.

Cel ten lub okoliczności przypadku, zgodnie z art. 29 §1(1) Kodeksu pracy, muszą być określone w umowie poprzez zamieszczenie informacji o obiektywnych przyczynach uzasadniających zawarcie takiej umowy. Ponadto, zgodnie z dodanym art. 25(1)§5 kodeksu pracy, pracodawca jest zobowiązany zawiadomić właściwego okręgowego inspektora pracy, w formie pisemnej lub elektronicznej, o zawarciu takiej umowy wraz ze wskazaniem przyczyn jej zawarcia, w terminie 5 dni roboczych od dnia jej zawarcia. Jeśli tego nie zrobi, może zapłacić karę – nawet 30.000 złotych.

# Odsetki po 1 stycznia 2016 roku w praktyce

Dnia 1 stycznia 2016 roku na mocy ustawy o zmianie ustawy o terminach zapłaty w transakcjach handlowych, ustawy – Kodeks cywilny oraz niektórych innych ustaw z dnia 9 października 2015 roku znowelizowane zostały przepisy Kodeksu cywilnego w zakresie odsetek (m.in. art. 359 i art. 481) oraz ustawa o terminach zapłaty w transakcjach handlowych. Nowelizacje te dokonały dość znacznych zmian w zakresie naliczania odsetek, o czym poniżej.

MARCIN Wika

RADCA PRAWNY, KANCELARIA CSW WIĘC-KOWSKA I PARTNERZY RADCY PRAWNI

## I. Odsetki wynikające z Kodeksu cywilnego

### 1. Odsetki ustawowe

Występują w przypadku braku ustaleń umownych pomiędzy stronami. Obecnie na podstawie znowelizowanego art. 359 Kodeksu cywilnego odsetki ustawowe wynoszą sumę stopy referencyjnej NBP powiększoną o 3,5 pkt procentowego. Aktualna stopa referencyjna NBP od dnia 5 marca 2015 roku wynosi 1,5 proc., zatem odsetki ustawowe wynoszą 1,5 proc. + 3,5 proc. = 5 proc. Aktualną wysokość stopy referencyjnej NBP można na bieżąco sprawdzać na stronie internetowej Narodowego Banku Polskiego pod następującym adresem: <http://www.nbp.pl/home.aspx?f=/dzienne/stopy.htm>

### 2. Odsetki ustawowe za opóźnienie

Natomiast na podstawie znowelizowanego art. 481 Kodeksu cywilnego odsetki ustawowe za opóźnienie wynoszą sumę stopy referencyjnej NBP powiększoną o 5,5 punktu procentowego. Skoro aktualna stopa referencyjna NBP od dnia 05 marca 2015 roku wynosi 1,5 proc., to odsetki ustawowe za opóźnienie wynoszą 1,5 proc. + 5,5 proc. = 7 proc.

### 3. Odsetki maksymalne

Strony mogą umówić się na zapłatę odsetek umownych w przypadku zwłoki dłużnika. Jeżeli jednak wysokość odsetek przekraczałaby wysokość odsetek maksymalnych, wynoszących, zgodnie z art. 359 § 2(1) kodeksu cywilnego, dwukrotność wysokości odsetek ustawowych, to wtedy należą się na podstawie art. 359 § 2(2) kodeksu cywilnego tylko odsetki maksymalne. Obecnie odsetki ustawowe wynoszą 5 proc., zatem maksymalne odsetki umowne wynoszą 10 proc.



### 4. Odsetki maksymalne za opóźnienie

Zgodnie z art. 481 § 2 Kodeksu cywilnego, jeżeli stopa odsetek za opóźnienie nie była oznaczona, należą się odsetki ustawowe za opóźnienie w wysokości równej sumie stopy referencyjnej Narodowego Banku Polskiego i 5,5 punktów procentowych. Jednakże gdy wierzytelność jest oprocentowana według stopy wyższej, wierzyciel może żądać odsetek za opóźnienie według tej wyższej stopy.

Na podstawie art. 481 § 2(1) Kodeksu cywilnego, maksymalna wysokość odsetek za opóźnienie nie może w stosunku rocznym przekraczać dwukrotności wysokości odsetek ustawowych za opóźnienie. Jeżeli wysokość odsetek za opóźnienie przekracza wysokość odsetek maksymalnych za opóźnienie, należą się odsetki maksymalne za opóźnienie [art. 481 § 2(2) Kodeksu cywilnego].

Odsetki umowne za opóźnienie są zatem równe maksymalnie dwukrotności odsetek ustawowych, obecnie odsetki maksymalne za opóźnienie wynoszą 14 proc.

Postanowienia umowne nie mogą wyłączać ani ograniczać przepisów o odsetkach maksymalnych, także w razie dokonania wyboru prawa obcego. W takim przypadku stosuje się przepisy kodeksu cywilnego.

## II. Odsetki wynikające z ustawy o terminach zapłaty w transakcjach handlowych z dnia 8 marca 2013 roku

### 1. Odsetki ustawowe za opóźnienie w transakcjach handlowych

W przypadku transakcji handlowych, tzn. gdy przedsiębiorcy zawierają umowę w związku z wykonywaną działalnością gospodarczą, której przedmiotem jest odpłatna dostawa towaru lub odpłatne



świadczenie usługi, możliwe jest naliczenie odsetek za opóźnienie uregulowane na podstawie ustawy z dnia 8 marca 2013 roku o terminach zapłaty w transakcjach handlowych. Do dnia 31 grudnia 2015 roku odsetki ustawowe dochodzone na podstawie art. 7 ustawy o terminach zapłaty w transakcjach handlowych były równe odsetkom podatkowym zgodnie z art. 56 Ordynacji Podatkowej, czyli 8 proc. Aktualnie do ich ustalenia stosuje się stopę referencyjną NBP, do której dodaje się 8 punktów procentowych (jak wyżej wspomniano stopy referencyjne NBP wynoszą obecnie 1,5 proc., zatem odsetki ustawowe za opóźnienie pomiędzy przedsiębiorcami wynoszą 1,5 proc.+8 proc.=9,5 proc.). Wysokość odsetek ogłasza Minister właściwy do spraw gospodarki w Dzienniku Urzędowym Rzeczypospolitej Polskiej „Monitor Polski”.

Celem zmiany ustawy o terminie zapłaty w transakcjach handlowych ma być zmniejszenie problemu zatorów płatniczych. Należy zwrócić uwagę na fakt, iż do transakcji handlowych (w rozumieniu ustawy o terminach zapłaty w transakcjach handlowych) zawartych przed dniem 1 stycznia 2016 roku stosuje się przepisy dotychczasowe.

## 2. Zryczałtowana rekompensata za dochodzenie zaległości – 40 euro

Zgodnie z art. 10 ust. 1 ustawy o terminie zapłaty w transakcjach handlowych wierzycielowi przysługuje zryczałtowana rekompensata za koszty windykacji w kwocie 40 euro (przeliczone na złotówki według kursu NBP), bez wezwania, od dnia, od którego naliczane są odsetki od zaległości.

W związku z wyżej wskazanym przepisem zrodziło się praktyczne pytanie, czy wierzyciel rzeczywiście musi ponieść jakieś koszty dochodzenia należności, żeby móc zażądać owych 40 euro. Problem rozważył Sąd Najwyższy w sprawie o sygnaturze akt III CZP 94/15. Zgodnie z uchwałą Sądu Najwyższego z dnia 11 grudnia 2015 roku rekompensata za koszty odzyskiwania należności w wysokości 40 euro, przewidziana w art. 10 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 2013 roku o terminach zapłaty w transakcjach handlowych, przysługuje wierzycielowi bez konieczności wykazania, że koszty te zostały poniesione. Roszczenie o rekompensatę w wysokości 40 euro powstaje po upływie terminów zapłaty ustalonych w umowie lub ustalonych zgodnie z art. 7 ust. 3 i art. 8 ust. 4 tej ustawy, przy czym jest to jednorazowe roszczenie, a nie

za każdy dzień pozostawania dłużnika w zwłoce.

## III. Uwagi praktyczne

Biorąc powyższe pod uwagę należy zaznaczyć, że wyżej wymienione zmiany powodują, iż w inny sposób należy formułować roszczenie w pozwie w zakresie odsetek, aby nie narazić się na ujemne skutki procesowe. Przykładowo w zakresie odsetek ustawowych, w sprawach sprzed 1 stycznia 2016 roku roszczenie w zakresie zasądzenia odsetek formułowało się w następujący sposób:

Wnoszę o zasądzenie od ..... na rzecz ..... kwoty ..... wraz z ustawowymi odsetkami od dnia ..... 2014 roku do dnia zapłaty.

Natomiast w zakresie roszczeń wymagalnych przed 2016 rokiem a jeszcze po 1 stycznia 2016 roku niezapłaconych, należy je formułować w pozwie (w zakresie odsetek), aby nie narazić się na ujemne skutki procesowe, w następujący sposób:

Wnoszę o zasądzenie od ..... na rzecz ..... kwoty ..... wraz z odsetkami ustawowymi od dnia ..... 2014 roku do 31 grudnia 2015 roku oraz odsetkami ustawowymi za opóźnienie od dnia 01 stycznia 2016 roku do dnia zapłaty. ■

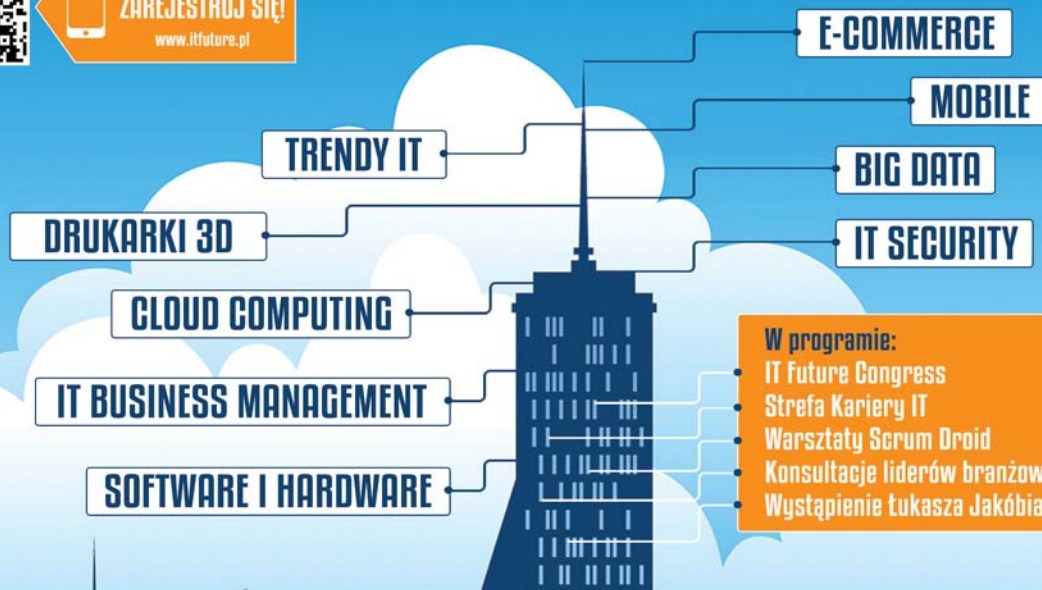


TARGI INFORMATYCZNE B2B, 8 WRZEŚNIA 2016, STADION PGE NARODOWY

# TARGI IT FUTURE EXPO

Jak zarabiać więcej dzięki technologiom?

Dowiedz się jak usprawnić funkcjonowanie firmy!



**W programie:**  
 IT Future Congress  
 Strefa Kariery IT  
 Warsztaty Scrum Droid  
 Konsultacje liderów branżowych  
 Wystąpienie Łukasza Jakóbiaka

GŁÓWNI PATRONI MEDIALNI

# Czekają nas istotne zmiany w przepisach o Ochronie Danych Osobowych

Za daną osobową uważa się każdą informację, na podstawie której możliwe jest zidentyfikowanie osoby. Dana osobowa, obok najbardziej nam znanych, jak imię, nazwisko, adres e-mail, nr telefonu czy adres, to także wizerunek, stan zdrowia, poglądy polityczne, nr IP, nr IMEI oraz wiele innych.



ANNA BUCZYŃSKA-BOROWY

## Czym jest przetwarzanie danych osobowych?

Przetwarzanie danych osobowych to jakakolwiek operacja wykonana na nich, od zbierania po archiwizowanie, powierzenie, udostępnianie, usuwanie, niszczenie czy animizację informacji o osobie, której dane dotyczą. Dane osobowe stanowią własność osoby i ich bezpieczeństwo gwarantuje Konstytucja RP. Obecna Ustawa o ochronie danych osobowych, pomimo wielu nowelizacji, nie odzwierciedla obecnych procesów zachodzących w otoczeniu biznesu, a mających ogromny wpływ na ochronę naszych danych. Dlatego też, w odpowiedzi na poziom otaczających nas zagrożeń, w zakresie regulacji dotyczących Ochrony Danych Osobowych, we wszystkich krajach członkowskich Unii Europejskiej, w drodze Rozporządzenia i dyrektyw unijnych,

25 maja tego roku wprowadzone zostały bardzo istotne zmiany. Zmiany, o których mowa będą miały ogromny wpływ na realizację procesów biznesowych we wszystkich obszarach działalności firm, zarówno w relacjach B2B, jak i B2C, bez względu na obszar działalności organizacji.

## Poważne zmiany

Rozporządzenie, obok zmian w obecnych definicjach w zakresie przetwarzania danych, wprowadza również kary finansowe w wysokości do 20 mln EUR lub 4 proc. globalnych obrotów za rok poprzedni. Zmiany będą dotyczyły również obowiązku powołania Inspektora Ochrony Danych (dawniej ABI) oraz zgłaszania naruszeń do odpowiednich organów ochrony danych osobowych w ciągu 24 lub 72 godzin, zmianę treści obowiązku informacyjnego, a także nowych pojęć, jak Privacy by Design, Privacy by Default, profilowanie. Dla podmiotów mających swoją siedzibę za granicą zostanie wprowadzona zasada terytorialności. Rozporządzenie zawiera, obok już obligatoryjnego sprawdzenia zgodności przetwarzania danych osobowych z wymogami prawa przynajmniej raz w roku, konieczność szacowania ryzyka w obszarach przetwarzania danych oraz zaostroża wymogi w zabezpieczeniach środowiska IT i w systemach informatycznych.

## Jak się do tego przygotować?

Ze względu na istotę wprowadzanych w prawie wymogów ważne jest, aby organizacje stosownie przygotowały się do implementacji nadchodzących zmian w procesach biznesowych. To ogromna, wręcz historyczna zmiana, w której, obok zaostrożenia regulacji, wsparcie w ochronie ich danych oraz egzekwowaniu naruszonych praw otrzymają dzieci oraz tzw. osoby fizyczne. Przypominamy, iż obecnie Ustawa o ochronie danych osobowych wymaga od firm: identyfikacji i rejestracji

w GIODO zbiorów danych osobowych, posiadania w organizacji Polityki Bezpieczeństwa i Instrukcji Zarządzania Systemem Informatycznym, nadania upoważnień do przetwarzania danych, tworzenia wykazu osób upoważnionych, umowy powierzenia danych, zgody i podstawy prawnej na przekazywanie danych do państw trzecich, szkoleń, właściwych klauzul zgody na przetwarzanie danych i treści obowiązku informacyjnego oraz wiele innych. Nie można też zapomnieć o zasadach celowości, czasowości, adekwatności, merytorycznej poprawności, rozliczalności, integralności. Prawidłowe zarządzanie ochroną danych osobowych to budowanie zaufania Klientów, Kontrahentów, to bezpieczeństwo firmy i Zespołów, stanowi i podnosi wymierną wartość dla organizacji. Warto zatem zweryfikować, czy spełniamy wymogi w zakresie ochrony danych osobowych w naszych firmach. ■

## Anna Buczyńska Borowy

Dyrektor Operacyjny/Administrator Bezpieczeństwa Informacji DPAG Data Protection Advisory Group. Absolwentka Akademii Leona Koźmińskiego na kierunku Marketing, Zarządzanie Zasobami Ludzkimi oraz Studiów podyplomowych Uniwersytetu Warszawskiego na Wydziale Psychologii. Uczestniczka Studiów podyplomowych na kierunku Ochrona Danych Osobowych i Informacji Najważnych Akademii Leona Koźmińskiego w Warszawie. W październiku 2016 planuje dalszą edukację na Wydziale Prawa Uniwersytetu Warszawskiego. Autorka i realizatorka Projektu przeznaczonego dla dzieci i młodzieży „Chronię swoje dane”, którego celem jest podnoszenie edukacji oraz świadomości najmłodszych na temat bezpieczeństwa i ochrony danych osobowych.

expo  
MAZURY



Asia Trade  
KNOW-HOW



# Zostań Tygrysem Biznesu!

## ZAKRES TEMATYCZNY

### TARGI

Ambasady i Izby Gospodarcze



Producenci z Azji i Polski



Firmy usługowe



Eksport/import



Spotkania matchmakingowe



### KONGRES



Know-how



Panele dyskusyjne



Prelekcje



Case study



Wykłady

**22-24.09.2016**

Polska, Mazury, Ostróda

www.**Asia-Trade**.pl

# Fundusze unijne – najważniejsze fakty

W odpowiedzi na najczęściej zadawane przez przedsiębiorców pytania przez przedstawię Państwu podstawowe informacje dotyczące programów i działań dotacyjnych w ramach nowej perspektywy budżetowej 2014–2020. Postaram się jedynie przybliżyć najważniejsze zasady i najistotniejsze kwestie dotyczące ubiegania się o dofinansowanie unijne z punktu widzenia aplikującego przedsiębiorstwa.

ANNA JARQUĆ

**P**o pierwsze, jak dotychczas, tak i teraz, zachowany został podział na programy ogólnokrajowe i regionalne.

## Programy Operacyjne

- Program Operacyjny Inteligentny Rozwój (POIR) – program skierowany przede wszystkim na działania związane z tworzeniem innowacyjnych produktów i technologii, wdrażaniem ich oraz rozwojem.
- PO Infrastruktura i Środowisko (POIS) – program będzie dofinansowywać inwestycje prośrodowiskowe, np. budowę oczyszczalni, biogazowni, instalacji do wytwarzania energii ze źródeł odnawialnych itp.

- PO Wiedza Edukacja i Rozwój (PO-WER) – program koncentruje się na działaniach prospołecznych i proedukacyjnych.
- PO Polska Wschodnia (POPW) – z tego programu mogą skorzystać jedynie przedsiębiorstwa działające i/lub inwestujące na terenach wschodnich. Program wspiera działania zmierzające do podniesienia gospodarczego znaczenia tych obszarów.
- PO Polska Cyfrowa (POPC) – działania z tego programu są przede wszystkim kierowane do podmiotów publicznych i będą dofinansowywać inicjatywy związane z cyfryzacją naszego kraju od strony publicznej.

- PO Rozwój Obszarów Wiejskich (PO-ROW) – to działania i programy adresowane do rolników i producentów rolnych.
- PO Ryby – program dla obszarów i działalności związanych z rybactwem.

Każdy program regionalny (tzw. „RPO”, czyli Regionalny Program Operacyjny, odrębny dla każdego województwa) ma swoje działania niezależne, ale zawsze koncentrują się one zarówno na obszarach gospodarczych, jak i społecznych regionu.

Każde działanie – identycznie jak dotychczas – ma swoje zasady i regulaminy, które trzeba dokładnie przeanalizować, decydując się na aplikowanie. Z tego też powodu nie mam zamiaru ani możliwości na-

z wysoką innowacją mają szansę na dotację bezzwrotną, o czym piszę poniżej. W poprzednich programach wystarczyło, że firma rozpoczynała produkcję czegoś, czego dotychczas nie produkowała lub świadczenie usługi dla niej nowej, aby można było mówić o innowacji. Czasami wystarczyło kupić i uruchomić urządzenie z zastosowanym w nim innowacyjnym rozwiązaniem. Teraz to już nie wystarczy. Innowacja rozumiana jest jako produkt, usługa lub procesy całkowicie nowe, opracowane przez aplikujące przedsiębiorstwo lub przez nie kupione. Ale technologia ta musi być całkowitą nowością na świecie, aby zaistniały realne szanse na dofinansowanie. Na wdrażanie i rozwój takich innowacyjnych technologii są przewidziane programy dotacyjne dość podobne do poprzednich. Pojawia się jednak pytanie: skąd wziąć tak innowacyjną technologię? Można zlecić jej wykonanie jednostce naukowej, można ją opracować we własnym przedsiębiorstwie samodzielnie lub z pomocą jednostki naukowej, można ją też kupić. I na to także są dotacje.

Należy też wspomnieć o tzw. „inteligentnych specjalizacjach”. Mamy Krajowe Inteligentne Specjalizacje (KIS) oraz regionalne, inne dla każdego województwa. Aby można było aplikować do programu POIR, przedmiot projektu powinien wpisywać się w co najmniej jedną Krajową Inteligentną Specjalizację, przy aplikowaniu do regionalnych – w regionalną. W niektórych działaniach jest to traktowane jako warunek możliwości ubiegania się o do-

życzki. Co do zasady mają być znacznie tańsze niż kredyty i pożyczki komercyjne, niemniej jednak trzeba będzie je oddać. Nie znamy jeszcze wszystkich zasad, jakie będą kierowały tymi działaniami (zostaną one ostatecznie określone po zakończeniu analizy ex-ante).

Teraz, w jeszcze większym niż dotychczas zakresie, preferowane są przedsiębiorstwa z grupy mikro, małych i średnich. Dla dużych podmiotów dostępnych jest znacznie mniej działań i są one często ograniczone budżetowo. Zmieniła się odrobinę (przeciętnie –5 proc.) mapa pomocy, czyli możliwy do uzyskania procent dotacji w zależności od lokalizacji przedsięwzięcia.

Na koniec chciałabym jeszcze przestrzec przed nawiązywaniem współpracy z firmami doradczymi, które tylko przygotowują aplikację i rozliczane są jedynie na podstawie procentu od dotacji przyznanej. Takie rozwiązanie jest potencjalnie niebezpieczne, bo od dotacji przyznanej do wypłaconej i rozliczonej daleka droga. Papier jest cierpliwy i w aplikacji przyjmie każdą deklarację i każde zobowiązanie, nawet takie, z którego przedsiębiorca nie ma szans się wywiązać. Zobowiązanie wysoko punktowane powoduje wzrost szans na przyznanie dotacji. Ale co z tego, skoro tych pieniędzy beneficjent raczej nigdy nie zobaczy? Uczciwa firma consultingowa, obok doradzenia, jaka ścieżka dotacyjna jest dla klienta optymalna, a także przygotowania dokumentów aplikacyjnych, prowadzi klienta przez cały proces realizacji jego projektu i – co jest kluczowe – rozliczania. I to jest najuczciwsze i przede wszystkim najbardziej odpowiedzialne. Bo nie należy zapominać, że niezrealizowane wskaźniki, które determinowały uzyskanie dotacji, w konsekwencji mogą zdeterminować konieczność jej zwrotu wraz z odsetkami. A przecież nie aplikujemy po to, aby dopłacać odsetki, ale aby uzyskać dofinansowanie.

Szanowni Państwo, pomimo tego, że zagadnienia, z którymi mamy do czynienia, nie są najprostszymi i najbardziej banalnymi, serdecznie zachęcam jednak do aplikowania. Proszę nie zniechęcać się wymaganiami i wysoko postawionymi kryteriami ani potencjalnymi niebezpieczeństwami. W myśl starej polskiej zasady „nie święci garnki lepią”, wszystko można oswoić, jeśli się do tego odpowiednio podejrze. ■

### Anna Jargut

Senior Partner w Range Capital Sp. z o.o., która specjalizuje się w kompleksowym doradztwie unijnym dla przedsiębiorstw oraz pozyskiwaniu zewnętrznych źródeł finansowania inwestycji.

## W nowych programach dotacyjnych – zarówno w ogólnokrajowych, jak i regionalnych – położono duży nacisk na innowacje i działania badawczo-rozwojowe. Praktycznie tylko przedsięwzięcia związane z wysoką innowacją mają szansę na dotację bezzwrotną

pisania o wszystkim. Chciałabym jednak wskazać kilka podstawowych różnic względem poprzednich okresów budżetowych. Najważniejsze to: działania B+R (badania i rozwój), poziom wymaganej innowacji, inteligentne specjalizacje i instrumenty zwrotne.

### Dotacje

W nowych programach dotacyjnych – zarówno w ogólnokrajowych, jak i regionalnych – położono duży nacisk na innowacje i działania badawczo-rozwojowe. Praktycznie tylko przedsięwzięcia związane

finansowanie, w innych daje dodatkowe punkty, ale nie jest to „kryterium wejścia”. Warto jednak zapoznać się bliżej z tymi kwestiami przy planowaniu swoich inwestycji i przedsięwzięć.

### Środki zwrotne

I jeszcze jedna, najmniej atrakcyjna dla przedsiębiorców nowość: „instrumenty zwrotne”. Na wszelkiego rodzaju działania inwestycyjne niezwiązane z wysoką innowacją czy z działaniami badawczo-rozwojowymi nie będzie już dotacji bezzwrotnych, będą jedynie kredyty i po-

# Where leaders are made

„Wolałbym umrzeć” – te słowa czasami można usłyszeć od człowieka, który otrzymał szansę wygłoszenia przemówienia publicznego. Przesada? Otóż według Rogera Dunbara z kanadyjskiego portalu Ancestry.ca, bardziej niż wystąpień publicznych ludzie boją się tylko terrorystów na pokładzie samolotu, którym lecą oraz węży. Śmierć okazała się fraszką w porównaniu z tą trójką.



ARTUR SÓJKA

**O**czywiście można twierdzić, że badania przeprowadzone przez kanadyjski portal nie uprawniają do wysuwania podobnych wniosków. Zbyt mała grupa ankietowanych, tylko Kanadyjczycy, specyfika regionu. Wszystko się zgadza, ale... Odpowiedz sobie na pytanie, co ty czujesz, gdy masz wystąpić publicznie?

## Urodzeni mówcy

Mówi się o niektórych ludziach, że mają dar oratorski, że się z umiejętnością przemawiania urodzili. Nic bardziej mylnego. Zauważ, że rodząc się, nikt z nas nie miał nawet umiejętności mówienia, a co dopiero przemawiania. Nasze narodziny były prawdopodobnie jednym z bardziej traumatycznych momentów życia. Takiej zmiany nie doświadczymy pewnie aż do nieuniknionej śmierci. A jednak komunikowaliśmy się bez przeszkód. Każdy noworodek krzyczy w niebogłose, nie przejmując się obserwowaną go grupą całkiem obcych ludzi. Mamy swoje pierwsze wystąpienie publiczne! Potem jednak następuje okres socjalizacji.

## Oduczanie

„Dzieci i ryby głosu nie mają”, „Nie odzywaj się, gdy dorośli rozmawiają”, „Nie rozmawiaj z obcymi”, „Idź do swojego pokoju, po co będziesz siedział (rozmawiał) z dorosłymi”. Czy usłyszałeś kiedykolwiek któreś z tych zdań lub podobne? Właśnie w taki sposób nasze przyrodzone chęci do komunikacji są zabijane. Całe dzieciństwo dowiadujemy się, że ko-

munikowanie jest nie dla nas. A potem jesteśmy jak ten słoń, który gdy był jeszcze słończkiem, przywiązywany był do wbitego w ziemię palika. Szarpał, żeby się uwolnić, ale był jeszcze zbyt słaby. Gdy urósł i mógłby to zrobić, nawet nie próbował, przecież pamiętał z dzieciństwa, że to niemożliwe.

## Po co przemawiać, czy coś straciłem?

Człowiek jest zwierzęciem społecznym, to niezaprzeczalny fakt. Komunikacja jest więc podstawą wszystkiego, a najwyższą jej formą to wystąpienia publiczne. Najwyższą w tym sensie (bo przecież komunikacja „face to face” jest szalenie istotna), że gdy potrafisz dobrze przemawiać publicznie, będziesz też potrafił komunikować się w mniejszych grupach czy w cztery oczy. I nie działa to w dwie strony. Dobre komunikowanie się z jedną osobą nie daje gwarancji dobrej komunikacji z mniejszymi i większymi grupami.

Będąc podstawą w relacjach międzyludzkich, komunikacja decyduje o twoim sukcesie lub porażce. O tym, czy jesteś dobrym przywódcą (liderem, menedżerem), czy nie. Nie jest jedynym kryterium, ale zdecydowanie bazowym. Dlatego warto wrócić do podstaw, odczarować przemawianie publiczne, nauczyć się na nowo odwagi wyrażania swojego zdania, przekonania ludzi czy inspirowania ich.

## Co z tym stresem?

Stres pojawia się zawsze, gdy obawiamy się, jak zostaniemy ocenieni. Szukamy akceptacji, o którą może być trudno, gdy występujemy przed ludźmi. Dlatego się boimy. Po co więc narażać się na potencjalną porażkę? Odpowiedź jest prosta: żeby odnieść sukces. Jak statki, które najbezpieczniejsze są w porcie, ale to dla bezkresnego oceanu zostały zbudowane i jemu są przeznaczone.

Stres można zminimalizować. Niektórzy twierdzą, że wyeliminować. Moim zdaniem to już niebezpieczne. Jeśli nie stresujesz się przed wystąpieniem, to najzwyczajniej w świecie ci nie zależy. A nie o to chodzi. Myślę, że prędzej czy później

## Artur Sójka

([artur@sojkaconsulting.pl](mailto:artur@sojkaconsulting.pl))

Trener biznesu (uczy sprzedaży przez relacje) i pasjonat Toastmasters, które traktuje jak hobby, ale i poważną szkołę najważniejszych umiejętności. Zaangażowany w życie organizacji od 2007 roku. Współtworzył kluby w Bydgoszczy, Lublinie oraz Warszawie. Obecnie jest Wiceprezesem ds. PR w Klubie Vistula Toastmasters Leaders, który spotyka się w każdy poniedziałek o godzinie 18.15 w gmachu Akademii Finansów i Biznesu Vistula przy ul. Stokłosa 3 w Warszawie.

każdy z nas dochodzi do wniosku, że pewien poziom stresu jest potrzebny, wprost pożądanym. Ważne, żeby nami nie zawładną, żeby nie zagrał pierwszych skrzypiec i dlatego warto...

### Where leaders are made

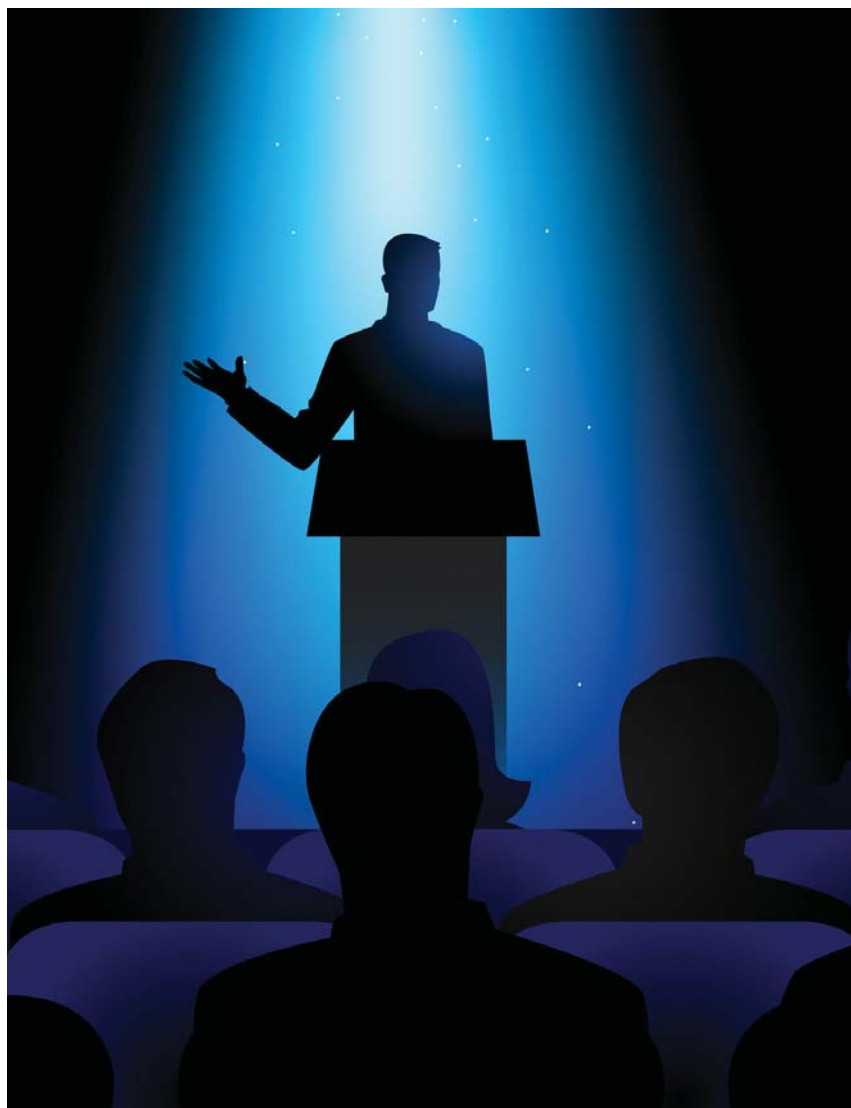
Są takie miejsca, w których możesz ujarzmić stres poprzez regularny trening w przyjaznej atmosferze sprzyjającej rozwojowi osobistemu. Spotkasz tam ludzi takich jak ty, a jednocześnie bardzo różnych. Informatyk, inżynier specjalizacji klimatyzacja-wentylacja, nauczycielka wychowania fizycznego, prawnik, dziennikarz, sprzedawca, konsultant biznesowy, studentka, doktorant... itp., itd. Wszyscy połączeni wspólnym celem: stać się lepszym liderem i mówcą.

Miejsca te to Kluby Toastmasters. Pierwszy powstał ponad 90 lat temu w Stanach Zjednoczonych. Dziś jednak organizacja obecna jest w 135 krajach świata. W więcej niż 15 tys. klubów zrzesza ponad 332 tys. członków. W Europie jest jeszcze młoda i mniej znana niż w Ameryce Północnej. Tam do klubów należy ponad 62 proc. wszystkich członków, w Europie jest to zaledwie 6,4 proc. ogółu. To pokazuje, jaki potencjał jeszcze w nas drzemie. Siłą rzeczy w Polsce Toastmasters jest jeszcze młodsze (pierwszy klub powstał 20 lat temu) i stosunkowo nieznane. Rozwija się jednak bardzo prężnie. Nasze kluby są jedynymi z najlepszych w tej części świata.

Z badań przeprowadzonych przez Toastmasters International wynika, że trzy najczęstsze przyczyny wstępowania w szeregi organizacji to poprawa komunikacji, zapanowanie nad strachem i podniesienie pewności siebie. Kobiet w organizacji jest ok. 4 proc. więcej niż mężczyzn, a średnia wieku to 46 lat.

### Recepta na sukces

Co sprawia, że Toastmasters International rozwija się z roku na rok? Gdzie tkwi sekret sukcesu członków? Tak jak jazdy na rowerze nie nauczysz się z wykładu, tak przemawiania i przywództwa nie nauczysz się z książki. Toastmasters stawia na praktykę. Kluby spotykają się zazwyczaj raz w tygodniu (niektóre raz na dwa tygodnie), ale obowiązku obecności na każdym spotkaniu nie ma. Każde spotkanie ma swojego prowadzącego, gospodarza. On je wcześniej przygotowuje. Dobiera zespół funkcyjnych, którzy pomogą mu w przeprowadzeniu spotkania na przypisanych sobie odcinkach, organizuje mówców. Każdy z członków ma prawo i jest zachęcany do tego, aby przygotowywać przemówienia i wygłaszać je podczas spotkań. Ma również przywilej otrzymania informacji zwrotnej zarówno



**Mówi się o niektórych ludziach, że mają dar oratorski, że się z umiejętnością przemawiania urodzili. Nic bardziej mylnego. Zauważ, że rodzając się, nikt z nas nie miał nawet umiejętności mówienia, a co dopiero przemawiania**

od funkcyjnego przygotowanego do tej roli, jak i całej publiczności.

Każda z osób sprawujących jakąkolwiek rolę podczas spotkania, czy to mówca, jego ewaluator, gospodarz spotkania czy jego oceniający (każdy dostaje informację zwrotną) otrzymują kryteria, którymi mają się posłużyć. Zapisane są one w szeregu podręczników, które otrzymuje każdy z członków. To właśnie ten program edukacyjny jest kluczem do sukcesu. Jeśli zrealizujesz go zgodnie ze wska-

zówkami w ciągu kilku, kilkunastu miesięcy możesz stać się kimś, kim zawsze chciałeś być, ale się bałeś.

### Co dalej?

Jeżeli nadal czytasz, to ewidentnie jesteś zainteresowany tematem i powinieneś pojawić się na jednym z naszych spotkań. Wpisz więc w swoją wyszukiwarkę internetową „Toastmasters” i znajdź najbliższy klub. Lub skontaktuj się ze mną. Chętnie ci pomogę. ■



## Work-Life Balance

Jesteś przemęczony i zniechęcony? Nic dziwnego, Polska jest w czołówce krajów Europy pod względem liczby dni i godzin przepracowanych w ciągu roku. Statystyczny Kowalski pracuje więcej i w dużo gorszych warunkach niż np. Japończycy. Dlaczego? Dlatego, że nadal w szaleńczym tempie gonimy Zachód, płacąc niebanalną cenę za namiastkę luksusu.

JOANNA KOLEND  
AGNIESZKA GRZELIŃSKA  
INSTYTUT DIAGNOZY  
[www.institutdiagnozy.com](http://www.institutdiagnozy.com)

**W**yścig szczurów nie dotyczy już tylko wielkich korporacji. Rynek jest coraz bardziej wymagający na skutek ogromnie szerokiej oferty towarów i usług, a lęk przed wypadnięciem z obiegu zakrada się do każdej firmy. Skutkiem ostrej walki o klienta jest bardzo często szereg niezwykle niebezpiecznych zjawisk, które zachodzą zarówno na poziomie poszczególnych pracowników, jak i całych zespołów, aż do firm jako takich. Rzadko mówi się o patologii. Niechętnie wspomina się też o kosztach, jakie ponosi gospodarka z tytułu wypalonych zawodowo pracowników, pracoholików, ofiar skraj-

**Czy wiecie, że co czwarty Polak ma depresję? O tej chorobie mówi się coraz więcej. Wzrósł zarówno poziom edukacji, jak i profilaktyki, diagnozy oraz leczenia. Na szczęście coraz mniej jest miejsc, gdzie depresja jest tematem tabu**

nego stresu czy regularnie chorujących na depresję. Tymczasem te choroby kosztują naszą gospodarkę miliony złotych.

Zakłada się, że 25 proc. pracowników jest wypalonych zawodowo – kiedyś bogowie areny, a dziś sfrustrowani, zmęczeni wyrobownicy. Wypaleni fundują szefom niespodziewane absencje, zwolnienia cho-

robowe, a spadek wydajności pracy jest widoczny gołym okiem.

Czy wiecie, że co czwarty Polak ma depresję? O tej chorobie mówi się coraz więcej. Wzrósł zarówno poziom edukacji, jak i profilaktyki, diagnozy oraz leczenia. Na szczęście coraz mniej jest miejsc, gdzie depresja jest tematem tabu.



Ale wciąż się zdarza. Z przeprowadzonych przez nas badań ankietowych wynika, że jedynie 12 proc. pracowników otwarcie przyznaje się swoim przełożonym, na co rzeczywiście chorują. Pozostali ukrywają prawdziwe przyczyny nieobecności w pracy czy długich okresów spadku efektywności.

Dużo rzadziej mówi się o pracoholizmie, a najrzadziej o stresie. Przyjmuje się bowiem, że pracoholizm jest uzależnieniem nie doś, że społecznie akceptowalnym, to jeszcze fałszywie się zakłada, że przynosi on pracodawcom korzyści. O stresie z kolei nie wspomina się z prostego, stereotypowego założenia – stres

harmonia życia osobistego i zawodowego, która w praktyce nie oznacza wcale totalnego odcięcia tego, co w pracy od tego, co poza nią. Istotą WLB jest wprowadzenie umysłu w stan tej równowagi.

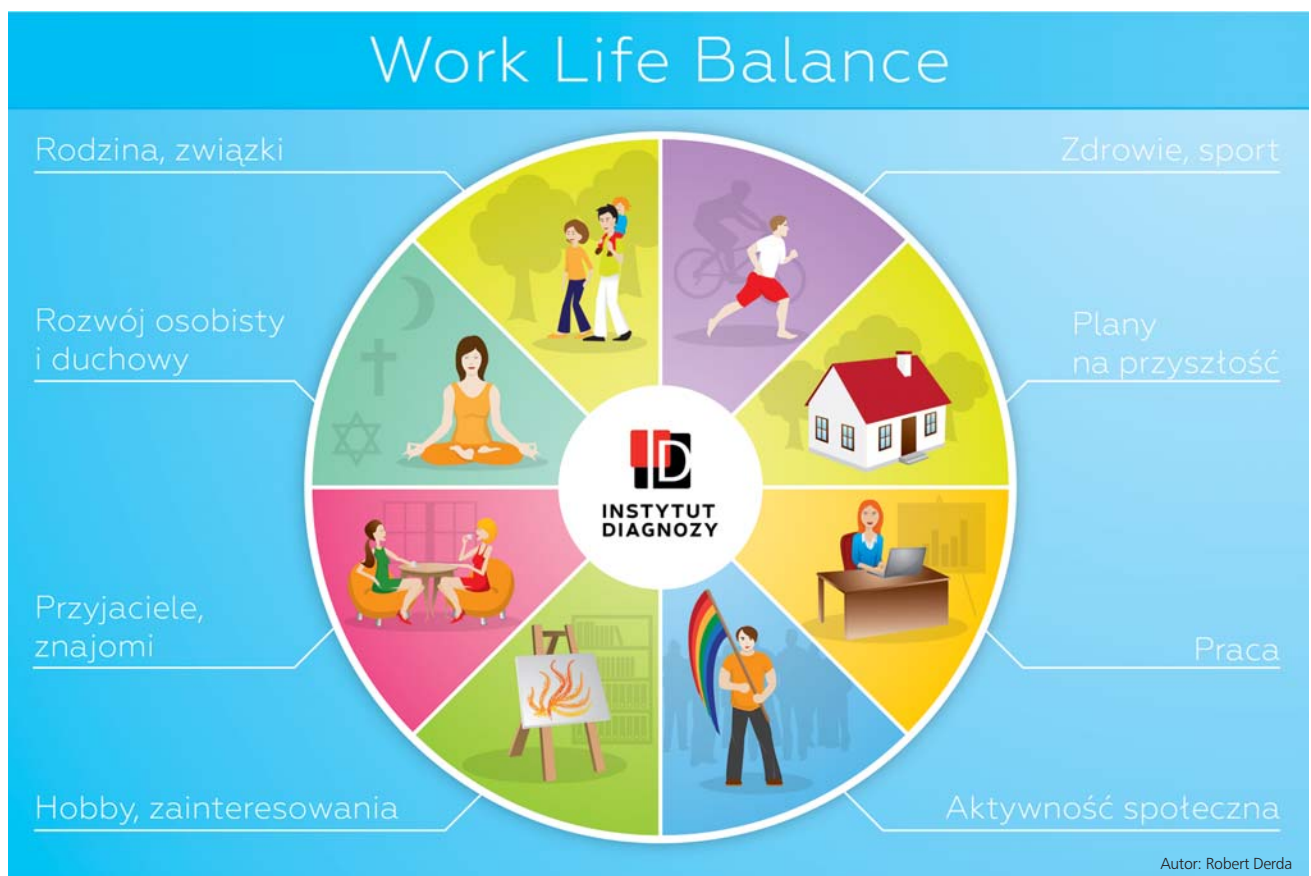
### Złote myśli WLB

- **Praca jest bardzo ważnym, ale jednym z wielu elementów mojego życia.**
- **Pracuję w wolnym czasie tylko wtedy, gdy jest to naprawdę konieczne.**
- **Rodzina i przyjaciele są moją największą wartością, dlatego zawsze dotrzymuję obietnic im złożonych.**
- **Nie obawiam się ani rozmawiać o pracy w domu, ani o rodzinie w pracy.**

o nie otarli. Podpowiemy, jak rozmawiać z pracownikami i zespołem po powrocie chorego do pracy.

Zachęcamy Was do pochylenia się nad własnym kołem WLB i uczciwego odpowiedzenia sobie na pytanie – czy moje życie jest w równowadze? Z naszej strony proponujemy autodiagnozę poziomu wypalenia zawodowego i pracoholizmu. Dla tych, którzy się obawiają, że mogą już być po drugiej stronie, mamy także narzędzie diagnozujące poziom depresji...

A sezon urlopowy tuż, tuż. Kto rusza w góry? Kto nad morze? Uwaga! Psychologowie pracy podkreślają, że przez pierw-



jest, był i będzie, uważa się, że jest motywujący, a na dodatek – przecież wszyscy się stresujemy. Takie podejście tylko niebezpiecznie bagatelizuje problem.

Jedynym sposobem radzenia sobie z tymi zjawiskami jest zachowanie równowagi między życiem osobistym i zawodowym. Banał? Większość z Was z pewnością tak myśli i najwyczejniej lekceważy kluczowe przesłanie tej idei. Jednocześnie bardziej świadomi ludzie, przełożeni i organizacje, zdając sobie sprawę z konsekwencji, traktują je niezwykle poważnie, wprowadzając koncepcję Work-Life Balance w kulturę firmy. WLB to, krótko mówiąc, koncepcja zdrowej równowagi pomiędzy życiem a pracą. WLB to

Zaniedbanie sfery praca-życie wiąże się z narażeniem na zachorowanie na jedną z chorób cywilizacyjnych. Bezpośrednio na arenę zawodową przekładają się nie tylko te oczywiste, typu nadciśnienie, cukrzyca czy choroby układu krążenia, ale też te podstępne, długo niewidoczne, ukrywane, czyli wspomniane wcześniej stres, pracoholizm, wypalenie zawodowe, aż po depresję. Nielezione wszystkie kończą się śmiercią. Niekoniecznie tą śmiercią z pracowania...

W kolejnych artykułach opowiemy o każdej z tych chorób po kolei. Podzielimy się wiedzą, jak rozpoznać je u naszych podwładnych (bo my nie chorujemy!); jak zarządzać pracownikami, którzy się

szy tydzień urlopu zapracowani ludzie czują się jak na odwyku. Nagle nie muszą się spieszyć, nie mają listy zadań do wykonania, nikt nie kontroluje ich czasu i nikt nie „podnosi im ciśnienia”. Może to przypominać syndrom odstawienia. Taki stan najczęściej mija po około siedmiu dniach. Dopiero w następnym tygodniu organizm przyzwyczaja się do nowej sytuacji, a człowiek zaczyna się w pełni relaksować i cieszyć z urlopu. Najczęściej właśnie wówczas musimy już wracać. Stąd powszechne przekonanie, że dwa tygodnie urlopu to za mało. Przydałoby się dodać jeden tydzień na ten już całkiem prawdziwy relaks.

Czego Wam z całego serca życzymy.

# Sprzedaż = Sukces?



## Sylwia Lehner

Urodzona w sylwestrową noc góralka, w latach 2000–2009 rozwijała swoją karierę zawodową w Austrii. Pomysłodawczyni, realizatorka i właścicielka firmy GOOD SALES Sylwia Lehner tworzącej i trenującej zespoły sprzedawców w małych i średnich przedsiębiorstwach.

Prowadzi wykłady i warsztaty sprzedażowe, które nie tylko cieszą się uznaniem wśród firm, z którymi współdziała, ale są skierowane do każdego kto pragnie poznać „POZASCHEMATYCZNE METODY SPRZEDAŻY”.

W latach 2013–2016 Prezes Zarządu i współwłaścicielka renomowanej firmy kurierskiej Goniec Sp. z o.o. specjalizującej się w realizowaniu ekspresowych przesyłek kurierskich na terenie Warszawy i całego kraju. To osoba o wyjątkowej charyzmie. Chętnie dzieli się energią z każdym, kogo ma okazję spotkać zarówno na swojej prywatnej, jak i zawodowej drodze. Aktywnie wspiera różnego rodzaju projekty oraz wydarzenia kulturalno-charytatywne, fundacje, w tym fundację Pani Jolanty Kwaśniewskiej „Porozumienie bez barier”.

✓ Jedną z postaci opisywanych w wydanej w 2015 r. książce Ilony Adamskiej pt. „Szczęście na wagę złota, czyli jak osiągnąć sukces”, w której definiuje swój własny sukces jako: CEL, DZIAŁANIE i ODWAGĘ.

✓ Laureatka przyznanej przez internautów nagrody „Polska Lwica Biznesu 2015” w kategorii Innowacje w biznesie.

✓ Od 2016 Członek Klubu Integracji Europejskiej.

LUBI: Uczyć, jak sprzedawać, grać na gitarze, akordeonie, grać w szachy, spotykać się z ludźmi od których bije dobra moc.

**Sprzedaż. Mówi się o niej ostatnio coraz szerzej i głośniejsze. W licznych miejscach na świecie i w Polsce szkolenia z jej zakresu organizowane są przez wielu wspaniałych trenerów i wykładowców. Na łamach pism możemy przeczytać o niej jako o najważniejszej umiejętności przyszłości. Ale czy to prawda? Czy sprzedaż jest kluczową umiejętnością, którą powinniśmy posiadać, by odnieść sukces?**

Sylwia LEHNER

### Czym właściwie jest sprzedaż?

Aby lepiej odpowiedzieć na to pytanie, należy najpierw wyjaśnić, czym tak naprawdę jest sprzedaż.

Według ogólnodostępnych źródeł: „sprzedaż to jeden z obszarów działalności biznesowej. Jest to umowa pomiędzy stronami transakcji, w której to sprzedający zobowiązuje się do wydania i przeniesienia własności danej rzeczy lub usługi na kupującego, który z kolei zobowiązuje się przedmiot sprzedaży odebrać i uiścić za nią należność w postaci środka monetarnego lub innego towaru (barter). Na wolnym rynku jesteśmy świadkami sprzedaży w rozmaitych formach. Sprzedaż bezpośrednia, pośrednia, gotówkowa, przelewowa, ratalna, zaliczkowa. Sprzedaż może odbywać się poprzez fizyczne przekazanie przedmiotu lub usługi osobiście, za pośrednictwem poczty lub przesyłki kurierskiej”.

Szczególnie w dzisiejszych czasach sprzedaż nie ogranicza się tylko do produktów i usług, które posiadamy i którymi chcemy handlować. Stała się bowiem zjawiskiem o wiele większym, rozbudowanym i wieloznacznym. Jej doskonałe zrozumienie i umiejętność jej realizowania mogą nam otworzyć każde drzwi, zarówno w procesie budowania relacji osobistych, jak i zawodowych.

### Po pierwsze: umiejętność budowania relacji

W moim przekonaniu sztuka sprzedaży to przede wszystkim umiejętność zaprezentowania samego siebie, swojego punktu widzenia i pomysłów. Wiedza o tym, jak sprzedawać oznacza także umiejętność znajdowania odpowiedniej drogi przekazu własnych myśli i przekonań, bez nacisku i ciśnienia na natychmiastowy efekt. „Potrafić sprzedawać” to posiadać umiejętność dawania innym poczucia wielkiej wartości i budowania długotrwałych relacji międzyludzkich.

Jeśli potrafimy i lubimy sprzedawać, nasza ścieżka kariery buduje się o wiele szerzej i pewniej, przestaje być kręta. Po odpowiednim okresie konsekwentnych działań, procesie samodoskonalenia, zdobywania wiedzy i ucze-

nia się od właściwych mentorów, wyłania się sukces.

Moja wiedza na ten temat i umiejętność rozumienia procesów sprzedaży wykształciły się na przestrzeni wielu lat pracy. Działając przez kilkanaście lat w różnego rodzaju branżach, projektach sprzedażowych, a następnie prowadząc własne przedsiębiorstwo w branży logistycznej, utrzymywałam i udoskonalałam w sobie skuteczne metody ujarzmienia tej interesującej materii. Pracując wśród wielu bardzo różnych i w różnym stopniu wykwalifikowanych pracowników miałam okazję empirycznie sprawdzić, w jak korzystny sposób umiejętności negocjacyjne poma-

i uwarunkowań zewnętrznych danego przedsiębiorstwa. Następnym krokiem jest zawsze udostępnienie i wdrożenie podległemu zespołowi mojej metody na osiągnięcie wyniku poprzez ciepłą i szczerą relację, kompetencje oraz zrozumienie.

Ważnymi według mnie punktami procesu rozwijania sprzedaży są:

- ✓ umiejętne analizowanie problemów,
- ✓ wyznaczanie priorytetów,
- ✓ posiadanie odpowiednich narzędzi do mierzenia wyników pracy,
- ✓ odpowiedni system zarządzania czasem,
- ✓ przewidywanie,
- ✓ skuteczne treningi, które uwalniają odpowiednią energię do działania,

**Sprzedaż, w dobrym rozumieniu tego pojęcia, potrzebna jest każdemu z nas. Lecz dużo ważniejszym w procesie uczenia się odpowiedniej metody sprzedaży jest to, by być osobą, która ponad sprzedażą stawia relacje międzyludzkie. Najważniejszą umiejętnością przyszłości jest bowiem bycie człowiekiem**

gają zbudować trwałe relacje, oparte na zaufaniu i wysokiej jakości komunikacji wewnętrznej.

### Jak osiąga się sukces

Dzięki tym umiejętnościom i ciągłemu ich doskonaleniu, ja i moje drużyny byliśmy w stanie sprostać każdemu wyzwaniu i wykonywać swoje zadania z prawdziwą radością oraz pasją, co przekładało się na wysokie wyniki sprzedaży każdego projektu, który wspólnie realizowaliśmy.

Dziś, jeżdżąc po całym kraju, prowadząc szkolenia i warsztaty w firmach, podnoszę wyniki sprzedaży.

Jako ekspert i trener osiągam to dzięki uprzednio wnikliwie dokonanej analizie bieżącej problematyki wewnętrznej

- ✓ systematyczne szkolenia produktowe i sprzedażowe,
- ✓ konsekwencja w działaniu,
- ✓ dobry klimat i relacje,
- ✓ nastawienie na sukces.

Na pytanie: „czy sprzedaż jest kluczową umiejętnością, którą powinniśmy posiadać, by odnieść sukces?” odpowiadam: TAK. Sprzedaż, w dobrym rozumieniu tego pojęcia, potrzebna jest każdemu z nas. Lecz dużo ważniejszym w procesie uczenia się odpowiedniej metody sprzedaży jest to, by być osobą, która ponad sprzedażą stawia relacje międzyludzkie. Najważniejszą umiejętnością przyszłości jest bowiem bycie człowiekiem.

Po więcej zapraszam serdecznie na któryś z moich wykładów. ■

# Teoria flow, czyli jak osiągnąć satysfakcję życiową i pozbyć się ograniczeń

Mądrze wykorzystany czas to z pewnością ten poświęcony na edukację. I to na najwyższym poziomie. Czy, podobnie jak wielu ludzi, też masz wrażenie, że osobą, którą znasz najmniej, jesteś ty sam? Czy zdajesz sobie sprawę, że poznanie siebie to klucz do sukcesu w biznesie?



EWA DAROSZEWSKA, Rafał FOSS

**B**yć może często zadajesz sobie pytanie, jak prowadzić skuteczniejsze prezentacje i negocjacje czy więcej sprzedawać? Jak prawidłowo komunikować się z samym sobą, ze sobą i klientami?

Wiele szkoleń oferuje odpowiedzi na te i podobne pytania. Na ile są one skuteczne, to już inna historia. To, co wyróżnia Akademię Dobrego Czasu, to zerwanie z utartymi schematami postępowania i lateralne podejście do biznesu w myśl zasady „wyróżnij się albo zgiń”.

Zmiana zachodzi wtedy, kiedy człowiek staje się bardziej tym, kim jest, a nie stara się być tym, kim nie jest

W nowych sytuacjach, kiedy doświadczenie nie podpowiada nam gotowych rozwiązań, zazwyczaj reagujemy, wykorzystujemy informację i podejmujemy decyzję w typowy dla siebie sposób.

W psychologii poznawczej nazywa się to stylem poznawczym lub stylem myślenia i podkreśla się, że są to trwałe preferencje.

Proponujemy swoim klientom proces rozwojowy, w którym między innymi mają możliwość poznania swojego (a także cudzego, na przykład partnerów czy menadżerów) stylu myślenia, jak również stylu działania.

W swojej pracy wykorzystujemy do tego polskie narzędzie rozwojowo-psychometryczne.

Poznanie i zrozumienie własnego stylu myślenia przyczynia się do lepszej komunikacji i współpracy, do podejmowania trafniejszych decyzji i osiągania stanu „flow” zarówno zawodowo, jak i w życiu prywatnym.

Teoria flow mówi, że:

**NAJWYŻSZĄ SATYSFAKCJĘ ŻYCIOWĄ PRZYNOSI REALIZACJA AMBITNYCH ZADAŃ, W KTÓRYCH CZŁOWIEK AKTYWNIIE WYKORZYSTUJE W DZIAŁANIU SWOJE SILNE STRONY.**

**W „STANIE USKRZYDLENIA” CZŁOWIEK OSIĄGA PEŁNIĘ KONCENTRACJI, ZAANGAŻOWANIA I PRODUKTYWNOŚCI**

Poznanie swoich naturalnych predyspozycji, swoich silnych stron, preferencji dotyczących warunków zawodowych, tego, jak podejmujemy decyzje, czy jesteśmy indywidualistami, czy może wręcz przeciwnie – najlepiej odnajdujemy się w drużynie, czy potrzebujemy do podjęcia decyzji dużo, czy mało danych, jak dajemy sobie radę z podejmowaniem ryzyka – te i inne informacje pomagają poczuć „Swoją Moc”, a jednocześnie odnaleźć stan flow.

To on właśnie jest najlepszym motywatorem naszych działań, to on powoduje, że jesteśmy doskonałymi liderami, a wspinała rzeczy przychodzą nam z łatwością. Mamy wówczas świadomość, że to, co robimy, jest ważne, istotne, potrzebne, oczekiwane.

Świadome wykorzystywanie własnego potencjału umożliwia realizację wła-

snych celów z pasją, zaangażowaniem i koncentracją.

Jednak co wtedy, kiedy w rzeczach, którymi się zajmujemy, nie da się odnaleźć siebie?

Co, jeśli nasze obecne życie zawodowe skazane jest na brak satysfakcji, na to, że stan flow nigdy się w nim nie pojawia? Czy ludzie, którzy są w takiej sytuacji, będą częścią naszego sukcesu zawodowego?

Chcemy, byś miał pewność, że jesteś na właściwym miejscu, że rzeczy, którymi się zajmujesz, są tym, co powinieneś robić.

Że wyzwania, które podejmujesz, są dla Ciebie odpowiednie, że Twoje życie zawodowe i prywatne jest zgodne z twoim naturalnym „Ja”.

„Nikt nie rodzi się po to, żeby stać się kimś innym”

### **Sprzedaż jest przerklamowana. Sprzedawaj intuicyjnie**

To, że każdy z nas sprzedaje, to truizm i dywagacja na ten temat to strata czasu. Z drugiej jednak strony „sprzedaż”, „sprzedawca”, „sprzedażowy” itp. to terminy mocno dzisiaj zdewaluowane. Reklamy, promocje, okazje otaczają nas ze wszystkich stron i w naszych umysłach za instalowaliśmy sobie system alarmowy zabezpieczający przed nachalną sprzedażą. Na widok zbliżającej się do nas na ulicy osoby, która na dodatek się uśmiecha, od razu cisną się na usta słowa: „Dziękuję, nie

stawy towarów lub usług, jak i kasjerkę w markecie czy pracownika sklepu z odzieżą. Prawdziwy sprzedawca to jednak ten, kto prowadzi proces sprzedaży, to ktoś, kto jest w stanie wykreować popyt, stworzyć potrzebę u klienta lub mu ją uzmysłowić. Pod jednym wszak warunkiem – robi to w sposób etyczny.

### **Sprzedaż i etyka**

Rasowy sprzedawca to rzemieślnik, artysta. To pasjonat swojego zawodu. To osoba znająca wartość wiedzy. Doświadczenia pracy z działami handlowymi różnych firm pokazują, że często sami sprzedawcy nie lubią swojego zawodu. Wszystko jest w miarę w porządku dla adeptów tej sztuki, dopóki nie dowiadują się, że skuteczna sprzedaż wymaga szkoleń, narzędzi, technik. Wielu z nich kojarzy się to bowiem z naciąganiem ludzi, zachowaniem nieetycznym. „Przestaną być sobą” – mawiają – „Będę sztuczny”. Tak samo, jakby hydraulik szedł do klienta naprawiać zatkaną kanalizację i robiłby to gołymi rękami, aby „pozostać sobą”. Narzędzia ułatwiają życie i już. Są potrzebne, często niezbędne.

### **Kwestia dobrej komunikacji**

W ramach Akademii Dobrego Czasu powstał moduł Success Storytelling (eSTe) dotyczący szeroko rozumianej skutecznej komunikacji w biznesie, począwszy od dialogów wewnętrznych (to, co mówimy sami do siebie w myślach), po komunikację

### **Ewa Daroszevska**

założycielka i „mózg” Akademii Dobrego Czasu. Trener, coach Pewności Siebie. „Najsilniejszym wsparciem jest świadomość wartości i siły, jaka jest w nas. Bycie swoim przyjacielem, to najlepsza inwestycja. Bez oczekiwań i rozczarowań. Z poczuciem, że damy radę”.

### **Rafał Foss**

założyciel i samozwańczy rektor Akademii Dobrego Czasu. Trener sprzedaży i perswazji. Trener mentalny. HipnoCoach. Jedna z wielu życiowych zasad, którymi się kieruje głosi: „Jeżeli powód, dla którego coś robisz jest wystarczająco ważny, okoliczności nie mają znaczenia”.

nie permanentnego transu i jak podejmują w tym transie decyzje. Wskazujemy sposoby wpływu na zachowania klientów. Uczymy, jak „wyrwać” klienta z jego „hipnozy środowiskowej”, w której tkwi, a która ewidentnie mu nie sprzyja. „Nie chcę się szkolić”, „sam ich nauczę sprzedawać”, „ja się do tego nie nadaję”, „to nie zadziała”, „mam za dużą konkurencję” – to powtarzane slogany charakterystyczne dla tej właśnie hipnozy.

Właściciele firm często nie są zainteresowani inwestowaniem w pracowników, bojąc się, że wyszkolą swoich ludzi, a oni odejdą. Nie zdają sobie sprawy, że dużo gorzej może być, jak ich nie wyszkolą, a oni zostaną.

### **StoryTelling, czyli jak opowiadać**

Moduł eSTe to również sztuka wystąpień publicznych jako formy komunikacji z rynkiem. Z bliżej nieokreślonych przyczyn lęk przed wystąpieniem publicznym zajmuje jedno z czołowych miejsc na liście największych obaw wielu ludzi. Coś się musiało wydarzyć w okresie dzieciństwo-dorosłość w życiu tych, dla których publiczne mówienie do ludzi jest tak wielkim stresem, że zatracili tę naturalną spontaniczność. Uczymy pracy z sobą, pracy na scenie, ze sceną. Mocny nacisk kładziemy na sztukę StoryTellingu – opowiadania historii w sposób, który generuje w słuchaczach pożądany stan emocjonalny.

Wszystkie zajęcia eSTe mają charakter warsztatowy – ćwiczymy na żywo podczas zajęć. To, na co w dużym stopniu w Akademii Dobrego Czasu zwracamy uwagę, to przede wszystkim przewartościowanie w głowach uczestników. To nie rynek jest trudny, klienci wcale nie są oporni, gospodarka czy inne czynniki zewnętrzne nie przeszkadzają. Bardzo często problemem są nasze własne ograniczenia, co ciekawe – najczęściej fikcyjne... ■

## **To, co wyróżnia Akademię Dobrego Czasu, to zerwanie z utartymi schematami postępowania i lateralne podejście do biznesu w myśl zasady „wyróżnij się albo zgiń”**

od pani/pana nie potrzebuję”. A tymczasem ów osobnik chciał się np. po prostu zapytać o drogę. Nie lubimy, jak nam się coś sprzedaje. W dodatku w tym procesie pozbywamy się pieniędzy – to też nie jest najprzyjemniejsza rzecz. Uwielbiamy natomiast kupować.

### **Sprzedawca – kto to?**

Często pomiędzy sprzedawcą a naciągaczem i manipulatorem stawia się znak równości. Sprzedawca „wciska” nam usługi finansowe, zaczepiając na ulicy lub w centrum handlowym, „naciąga” emerytów na zakup kołder czy garnków za kilkanaście tysięcy złotych. Terminem „sprzedawca” określa się zarówno osobę negocjującą milionowe kontrakty na do-

wewnątrz firmy oraz oczywiście relacje na zewnątrz (firma-klient). Ideą programu jest zmiana perspektywy i podejścia do komunikacji w sprzedaży. Tak naprawdę od uczymy sprzedawania. Mówiąc metaforycznie, namawiamy handlowców do wyjścia „za lady” i zalecamy, aby stanęli obok klienta, ramię w ramię. Przestają sprzedawać, asystując w zamian i doradzając klientowi w procesie nabywania produktu, stając się swego rodzaju Consiergem Nabywcy. Narodziła się idea Etycznej Hipnozy Biznesowej. Uczymy ludzi wzorców lingwistycznych, które ułatwiają pokierowanie klienta w stronę decyzji, na której nam zależy, oczywiście z poszanowaniem jego interesów. Pokazujemy, jak ludzie funkcjonują na co dzień w sta-

# Hot trend: femvertising



Kampania Dove

**Femvertising to gorący trend w marketingu. Wzbudza emocje, wywołuje uśmiech, trafia wprost w kobiece serca. Oto jak marki wykorzystują feminizm, by skuteczniej mówić i... sprzedawać.**



MARTA BUZAŁSKA  
Specjalistka ds. MARKETINGU  
w AGENCJI REKLAMOWEJ QA

**B**y wyjaśnić, czym w ogóle jest femvertising, na początku należy podkreślić, że nie jest to po prostu reklama skierowana do kobiet. Zwykłej reklamie proszku, której odbiorcami niewątpliwie są panie, brakuje najważniejszych elementów femvertisingu: nadania kobiecie siły przebiccia i potencjału, pokazania jej możliwości. Femvertising walczy ze stereotypowymi wizerunkami matek, żon i kochanek. Z przedmiotu zmienia kobietę w podmiot.

## Proszek do lamusa

Moda na tzw. women empowerment przejawia się nie tylko w marketingu. To, jak marki się komunikują, wynika przecież ze zmian społecznych i kulturowych, jakie zachodzą wokół nas. Femvertising zaczął robić karierę kiedy zauważono, że papierowe wizerunki kobiet w mediach nie tylko nie trafiają do młodych kobiet z pokolenia Y, ale wręcz budzą ich wyraźny sprzeciw. Zamiast kobiet zachwalających proszek do prania lub gotujących dla całej rodziny, nowe pokolenia chcą zobaczyć bohaterki ukazujące bliskie im problemy,

aktywne, działające, wpływające na swoje otoczenie. Ich świat ma się kręcić wokół ich osobowości, nie zaś tego, jak wiążą się z narzuconych ról i oczekiwań starszych pokoleń. Reklamy wykorzystujące takie podejście dotyczą możliwości i potencjału kobiet, walki z utartymi schematami, a także z nierealnymi standardami piękna promowanymi w mediach oraz tzw. body shamingiem, czyli krytykowaniem ciała wykraczających poza przyjęte ideały.

## Piękno w wielu kształtach

Takie marki, jak Dove, Always, Nike czy Local Heroes doskonale wykorzystują femvertising w swojej komunikacji. Dove od wielu lat w swoich kampaniach konsekwentnie promuje akceptację swojego ciała oraz nieszablonowe ideały piękna. Tak było w przypadku ich słynnej kampanii Real Beauty, gdzie pulchniejsze panie mówiły o dumie ze swojego ciała i zadowoleniu z życia. Sukces kampanii spowodował, że Dove postanowił kontynuować ten trend aż do dziś. W reklamach marki występują kobiety reprezentujące

różne figury, typy budowy i rasy. Dove ma na koncie także wiele virali, które stały się prawdziwymi hitami sieci, jak Sketch, Jesteś piękna czy przeciętna? oraz najnowszą, #JesteśmyPiękne. Wszystkie wzbudzają wiele emocji i głęboko zapadają w pamięć, a to ważne – szczególnie przy sklepowej półce. Przykładem niech będzie wspomniana kampania Sketch, gdzie kobiety były rysowane przez artystę na podstawie swojego opisu, a także opisu osób trzecich. Okazało się, że szkice wykonywane na podstawie własnych słów były o wiele mniej korzystne od tych rysowanych według słów obcych ludzi. Przekaz jest prosty – nie patrz na siebie zbyt krytycznie, bo inni widzą w tobie więcej niż ty sama. I chociaż takimi spotami Dove nie mówi wprost „kup nasze produkty”, to korzyści wizerunkowe są ogromne, a marka budzi bardzo pozytywne skojarzenia wśród pań.

### Słaba jak dziewczyna?

Femvertising w inny sposób wykorzystała marka Always. Podczas gdy Dove stawia na przekazy dotyczące piękna i podwyższenia samooceny, Always walczy z wizerunkiem słabszej płci. Ich kampania #JakDziewczyna wywołała spore zamieszanie oraz wzrost słupków sprzedaży marki. Spoty składają się z dwóch części. W obu zaproszonym postawiono zadanie: pokaż, co to znaczy robić coś jak dziewczyna. W pierwszej części odpowiadają na nie młodzi ludzie: nastolatki i dwudziestolatki. Odpowiedzi są szczerze, ale przykre. Proszeni o pokazanie, jak to jest biegać, bić się, rzucać jak dziewczyna, robią to prześmiewczo i niepoprawnie. Określenie „jak dziewczyna” zarówno panie jak i panowie odbierają jako negatywne. W drugiej części o to samo poproszono małe dziewczynki. One z kolei wszystkie czynności pokazują inaczej: starają się wykonywać je jak najlepiej, z całych sił. Dopowiadają: biec jak dziewczyna to znaczy biec tak szybko jak mogę. Najlepiej jak umiem. Always pokazuje, jak w trakcie dorastania, ze względu na stereotyp słabszej płci, kobiety nabierają przekonania, że ich umiejętności są gorsze niż chłopców, a ich pewność siebie spada. To ważny problem dla nowych pokoleń, które feminizm rozumieją jako akceptację siebie i wiary we własne możliwości.

### Emocje i sprzedaż

Reakcje na kampanie Dove i Always pokazują, że komunikacja oparta na tych wartościach jest niezwykle skuteczna, ponieważ wzrusza i budzi emocje, a sam przekaz jest nie tylko zapamiętany, ale też jego zasięg jest o wiele szerszy. Odkąd Dove zaczęła stawiać na femvertising, sprzedaż mar-



Kampania #LikeAGirl.

ki wzrosła o ponad 1,5 mld dolarów, a Nike z kampanią #LepszaJa przekroczyło wszelkie oczekiwania – w ciągu zaledwie paru miesięcy zaliczyło wzrost sprzedaży z 5 do 7 mld dolarów. Te sukcesy zachęcają, by w komunikacji swojej marki wykorzystać femvertising, jednak należy robić to rozważnie – jeśli przekaz będzie nieszczery, nastawiony jedynie na sprzedaż,

nie zaś zaangażowany w problem, to promowanie nawet pięknej idei może marce zaszkodzić. W przypadku takich narzacji jak femvertising granica między poruszeniem konsumenta a zirytowaniem go jest niezwykle cienka. Dlatego powinny się na nie decydować marki, których charakter pasuje do podejmowania tematów związanych z nierównością płci. ■





RENATA ROGÓLSKA

## Etyczny przedsiębiorca zawsze pożądaný

„Jest prawdą, że ci, którzy posiadają cnoty moralne, są w szczególny sposób ograniczeni. Nie mogą wykorzystywać pewnych sytuacji, które ludzie pozbawieni skrupułów wykorzystaliby z pewnością: sprawiedliwi nie kłamią i nie oszukują; współczujący odrzucają pomysły, które mogłyby doprowadzić innych do ruiny finansowej; umiarkowani nie promują towarów, które mogłyby spowodować niebezpieczne uzależnienie” („Biznes i moralność”, autor Jennifer Jackson, Wydawnictwo Naukowe PWN 1999).



## Swoją wiarygodność przywódca może zbudować tylko i wyłącznie w oparciu o zasady etyczne wzmocnione własnymi predyspozycjami

z nią swoje życie na lata. Rozumie, że dążąc do sukcesów firmy, dąży także do swoich sukcesów. Wie, jak mocno te dwa czynniki są ze sobą powiązane.

Mając na myśli sprawiedliwe traktowanie oraz sprawiedliwy sposób prowadzenia interesów trzeba mieć na uwadze nie tylko taki, który jest zgodny z prawem danego kraju, ale taki, który przede wszystkim jest zgodny z fundamentalnymi normami moralności – normami, które każda społeczność pragnąca żyć w zgodzie i pokoju musi uznać i bezwzględnie przestrzegać.

W tak zbudowanych relacjach poziom etyczny jest bardzo wysoki i raczej do rzadkości należy okłamywanie przełożonego bądź zatajanie przed nim problemów pracowniczych. Jest wtedy oczywiste, że kłopoty losowe pracownika spotkają się ze zrozumieniem ze strony menadżera, a nawet z chęcią pomocy z jego strony. Menadżer przestrzegający zasad, które oparte są na zaufaniu, otwartości oraz uczciwości traktuje pracowników jako dobro, w które należy ciągle inwestować, troszczy się o nich, ale jednocześnie stawia im wyzwania i mobilizuje do sprostania im.

### Menadżer – firmowy autorytet

Nie zawsze jednak „sprawiedliwe” oznacza „takie samo”. Są sfery, w których menadżer musi na pierwszym miejscu stawiać nie dobro jednostki, a dobro przedsiębiorstwa, postępując zgodnie z zasadami etyki biznesu. Tak dzieje się np. w kwestii wynagrodzeń, zatrudniania, zwolnień. Z tego powodu nie można nagannie oceniać menadżera zwalniającego pracowników, jeśli leży to w interesie przedsiębiorstwa, a proces redukcji przeprowadzony był zgodnie z zawartymi umowami i obowiązującymi przepisami prawnymi. Także w kwestii wynagrodzeń menadżer powinien kierować się dobrem organizacji, różnicując zarobki pracowników, wprowadzając system premii i nagród mogących wpływać na motywację pracowników, a co za tym idzie polepszenie ich pracy.

Wiele organizacji, częściowo pod wpływem narastającej serii skandali etycznych, afer mniej lub bardziej nagłaśnianych medialnie, bądź z poczucia zwiększonej świadomości, jakie znaczenie ma etyczne i nieetyczne zachowanie, kładzie nacisk na odpowiednią postawę zarządzających. Przywództwo jest dziś rozumiane przez wielu jako działanie – zharmonizowane w taki sposób, aby wywołać istotną zmianę, podnosząc jednocześnie kompetencje i motywację wszystkich zainteresowanych – to znaczy działanie, w wyniku którego więcej niż jedna osoba ma wpływ na przebieg całego procesu.

Czy w dzisiejszych czasach można spotkać jeszcze takich menadżerów? I czy możliwe jest zatem prowadzenie biznesu, tworzenie i kreowanie nowych koncepcji w przedsiębiorstwach, będąc w zgodzie z zasadami etyki? Jak radzić sobie na bezwzględnie konkurencyjnym rynku w czasach zawirowań i nieustannych zmian, w czasach niepewności? Jak wreszcie postępować wobec własnych pracowników tak, aby nie stracić w ich oczach szacunku, respektu, akceptacji, ale i zwykłej ludzkiej sympatii?

### Menadżer – firmowy omnibus

Menadżer samodzielnie, na własną odpowiedzialność, musi dokonywać oceny różnych sytuacji. Jest prokuratorem, sędzią i obrońcą w jednej osobie. Musi posiadać niezwykle ważną umiejętność sprawiedliwego traktowania każdej jednostki, niezależnie od swoich prywatnych odczuć, sympatii i przyjaźni. Mądry menadżer wie bowiem, że pracownik dobrze traktowany przywiązuje się do firmy, często wiążąc

### Menadżer – firmowy wizjoner

Zadaniem przywódcy jest zatem realizowanie swojej wizji, ale celowo oddziałując na innych ludzi oraz warunki, w których ci ludzie pracują, aby oni tę wizję postrzegali jako własną. Co spowoduje, że chętniej i z większym zaangażowaniem będą ją realizować. Przywódca wiarygodny to taki, który swoim postępowaniem powoduje, że ludzie z własnego wyboru podążają za nim, wierzą w niego i jego wizję, poddają się jego decyzjom i w pełni je akceptują. Swoją wiarygodność przywódca może zbudować tylko i wyłącznie w oparciu o zasady etyczne wzmocnione własnymi predyspozycjami. Predyspozycje te można opisać za pomocą kilku istotnych cech, jakie musi posiadać menadżer:

- przekonanie o słuszności swojej wizji, oddanie się jej z pasją i całkowitym zaangażowaniem;
- postawa demonstrująca niezłomny charakter, uczciwe postępowanie oraz szacunek do innych ludzi;
- wykazanie troski o dobro własne oraz innych;
- odwaga, aby bronić swoich poglądów i przekonań, ale także aby móc przyznać się do popełnionych błędów;
- umiejętność opanowywania emocji, wykazanie spokoju ducha nawet w najbardziej kryzysowych sytuacjach;
- bycie autorytetem, wykazanie się kompetencjami, dużym zakresem umiejętności i wiedzy w swojej dziedzinie;
- łatwość w nawiązywaniu kontaktów z innymi ludźmi, zjednywanie sobie ludzi, umiejętność pracy w zespole i umacnianie w nim więzi.

Wszystkie te cechy charakteryzujące wiarygodność muszą mieć oparcie w równie ważnej dominancie, jaką jest skuteczność. Tylko taki menadżer potrafi misję, wizję i cele przedsiębiorstwa należycie zrealizować. Nie łamiąc przy tym podstawowych zasad i poszanowania praw swoich pracowników. Takich menadżerów potrzebujemy. ■

### Renata Rogólska

ukończyła studia na kierunku Psycholog biznesu. Z mediami i show-biznesem związana od 20 lat. Doświadczenie zawodowe zdobywała tworząc i rozwijając największą obecnie agencję prasowo-fotograficzną w Polsce – AKPA Polska Press, pracując na stanowisku szefa marketingu. Trzy lata temu postanowiła otworzyć własny biznes. Najpierw stworzyła portal [Blogstar.pl](http://Blogstar.pl), na którym piszą znane polskie gwiazdy muzyczne i aktorskie, a następnie rozwinęła działalność, tworząc Agencję PR & Management [BlogStar](http://BlogStar), która dba o wizerunek gwiazd z pierwszych stron gazet oraz promuje miejsca i marki.

# Cechy osobowościowe i ich wpływ na pracę



Paweł Muzyczyszyn

Cechy osobowościowe odgrywają znaczącą rolę na każdym etapie naszej drogi zawodowej – od momentu rekrutacji, poprzez budowanie relacji z klientem we-

To, jak działamy podczas codziennych czynności zawodowych, w jaki sposób komunikujemy się i budujemy relacje z ludźmi, jest zdeterminowane naszą przeszłością – doświadczeniami życiowymi, wychowaniem, środowiskiem, w którym obecnie funkcjonujemy. Jednak nie możemy pominąć jednego z kluczowych elementów wpływających na nasz sposób funkcjonowania – osobowości.

wnętrznym (współpracownicy) i zewnętrznym (klienci spoza firmy, z którymi mamy styczność), aż po relacje z szefem.

## **Introwersja, ekstrawersja i ambiwertyzm**

Aby w pełni zrozumieć, jak cechy osobowościowe mogą wpływać na nasze zachowania w środowisku pracy, wyjaśnijmy najpierw kilka pojęć.

Ekstrawertyk to osoba kierująca swoje postrzeganie i aktywność na zewnątrz. Przeciwnościem osoby ekstrawertycznej jest introwertyk, który wykazuje tendencje do kierowania swojego postrzegania i działań do wewnątrz, czyli na własne myśli i emocje. Tym samym wykazuje zmniejszone zainteresowanie i aktywność skierowane na świat zewnętrzny.

Co ciekawe – praktycznie nie ma „czystych typów”. Jesteśmy mieszanką

cech osobowościowych. Większość z nas jest ambiwertykami, co w praktyce oznacza, że w zależności od sytuacji łączymy w sobie elementy introwersji i ekstrawersji. Jednakże zwykle przejawiamy tendencję do pewnych zachowań, które mogą nas definiować. Ważne, abyśmy nie zamykali się w jednoznacznym przekonaniu, że jesteśmy konkretnie „jacyś”.

Jeżeli pracownik emanuje energią będąc w towarzystwie, a „gaśnie” w samotności, to jest to sygnał, że mamy przed sobą raczej ekstrawertyka. Ekstrawertycy często przechodzą do działania, introwertyk najpierw się zastanowi, a potem przechodzi do fazy realizacji, co oznacza, że lubi zaplanowane życie.

### Podejście racjonalne i emocjonalne

Zarówno w przypadku introwertyków, jak i ekstrawertyków, możemy u siebie zaobserwować konkretny model działania oparty na podejściu do spraw zawodowych. Część z nas podchodzi do

stanowisko osób, które będą „mistrzami budowania szybkiej relacji”. Jeśli natomiast firma poszukuje pracownika biurowego, który nie musi wchodzić w natychmiastowe interakcje z otoczeniem, introwertyk ze swoim poukładanym światem będzie nadawał się idealnie. Powyższe stwierdzenia nie oznaczają jednak, że introwertyk będzie dla przykładu słabym handlowcem. To mit. On po prostu będzie świadomie musiał pracować nad dostrzeganiem się do klienta.

### Relacje z współpracownikami

Codzienna paca to kontakty z pracownikami i klientami. Nasze cechy osobowościowe mogą tu być bardzo przydatne. Nie bez znaczenia jest również charakter naszego stanowiska, czyli to, czym się zajmujemy i z kim pracujemy. Podczas pracy zespołowej, kiedy następuje wymiana pomysłów, zwykle dominującymi osobami będą ekstrawertycy. Ci racjonalni będą mówili o faktach, ci emocjonalni o odczuwaniu. Introwertycy będą mniej

domowego szefa budowania z pracownikami kontraktu w zakresie delegowania i rozliczania z zadań.

Ekstrawertyk z silną stroną emocjonalną szybko „nakreśla się” na działanie. Jednak jego „słomiany zapal” może być zagrożeniem, jeśli chodzi o zrealizowanie zadania na czas. Stąd menedżer powinien z kontraktować z pracownikiem regularne monitorowanie działań, co obu stronom przyniesie pożądany efekt.

Natomiast w przypadku ekstrawertyka racjonalizującego, szef musi wziąć pod uwagę jego zorientowanie na wynik i cel oraz umożliwić mu jego realizowanie. Oczywiście świadomy szef wie, że taka osoba zwraca mniejszą uwagę na szczegóły, stąd potrzeba wdrożenia działań wspierających (np. w postaci drugiego pracownika, tzw. szczegółarza), aby osiągnąć pożądane rezultaty.

Jeszcze inaczej będzie wyglądała rola menedżera wspierającego aktywność zawodową introwertyka z silną sferą emocjonalną. W tym przypadku, jeśli szef chce znać punkt widzenia pracownika na jakąś sprawę, powinien mu poświęcić więcej czasu i uwagi.

Praca menedżera z introwertykiem kierującym się podejściem racjonalnym to kolejna odsłona cech osobowościowych. Tu szef ma do czynienia z osobą analityczną, zwracającą uwagę na szczegóły, liczby, fakty. Tym samym do rozmów z tego rodzaju pracownikiem należy przychodzić przygotowanym i skupiać się na merytorycznych aspektach projektu.

### Każdy jest potrzebny. Każdy jest super

Do efektywnej współpracy z każdym typem osobowości potrzebujemy dwóch elementów – akceptacji faktu, że każdy jest inny i gotowości na dopasowywanie się do danej osoby w kontakcie z nią. Nie możemy oczekiwać, że ktoś ma się dostosowywać do nas (bez względu na stanowisko). Dużo ważniejsze jest dostrajanie się do drugiej strony. Wówczas cechy osobowościowe kolegi, koleżanki, szefa, klienta stają się dla nas przygodą, wyzwaniem i okazją do prawdziwego poznawania potencjału drugiej strony. ■

### Paweł Muzyczyszyn

Właściciel firmy szkoleniowej GROW Szkolenia Coaching Doradztwo HR. Trener, coach ICF, konsultant HR. Praktyk, który swoje doświadczenie zdobył, zarządzając działami sprzedaży w branży bankowej i IT. Obecnie wspiera firmy na wszystkich poziomach rozwoju handlowego i menedżerskiego jako trener oraz wykładowca akademicki.

## Co ciekawe – praktycznie nie ma „czystych typów”. Jesteśmy mieszanką cech osobowościowych. Większość z nas jest ambiwertykami, co w praktyce oznacza, że w zależności od sytuacji łączymy w sobie elementy introwersji i ekstrawersji

spraw emocjonalnie, a część racjonalnie, odcinając się od emocjonalnych zachowań. W praktyce oznacza to, że osoby emocjonalne będą podejmować decyzje szybko, często w sposób spontaniczny. W przypadku racjonalistów decyzje podejmowane są na poziomie argumentów rzeczowych, faktów.

Gdy połączymy ze sobą te dwa mierniki, powstają cztery główne nurty naszych zachowań, które rzutują na sposób budowania relacji pracowniczych, bez względu na to, w którym momencie życia zawodowego jesteśmy.

### Rekrutacja, czyli wchodzimy do firmy

Ten pierwszy etap ma bardzo duże znaczenie dla rekruterów poszukujących ludzi do pracy. Zwykle tworzą oni model stanowiskowy, czyli zespół cech, które powinien posiadać pracownik na danym stanowisku, aby być maksymalnie efektywnym. Stąd, jeśli poszukiwany jest handlowiec, trudniej będzie to stanowisko uzyskać osobie introwertycznej. Wynika to z tego, że firmy zwykle poszukują na to

aktywni, mimo że mają bardzo dużo wartościowych spostrzeżeń. Jednak nie dzielą się nimi, gdyż „w sumie ekstrawertycy powiedzieli już co trzeba”. Rolą świadomego menedżera jest wychwytywać tego rodzaju sytuacje i stworzyć przestrzeń do uwzględnienia refleksji i spostrzeżeń introwertyka.

### Relacje z szefem

Świadomy menedżer, który w swoim zespole posiada pracowników z powyższymi cechami osobowościowymi, potrafi „zarządzać ich energią”. Ekstrawertykom daje zadania wymagające bezpośredniego kontaktu z klientami, inwestuje ich potencjał w relacje międzyludzkie. Energię introwertyków kieruje w zadania wymagające uważnego słuchania, precyzyjności, skupienia się na szczegółach. Odpowiednie zarządzanie potencjałem osobowościowym przekłada się nie tylko na relacje zespołowe, ale również na efektywność zespołu.

Angażowanie osób o różnym układzie cech osobowościowych wymaga od świa-

# 7 zasad skutecznego działania

czyli jak lepiej organizować swoją pracę i osiągać zamierzone cele

Raz na jakiś czas zauważamy u siebie spadek efektywności. Okazuje się, że niby coś zaplanowaliśmy, ale cel nie został osiągnięty. Nagle odkrywamy, że niemiłe zdarzenia układają się w „prawo serii”. Wówczas zaczynamy poszukiwania możliwości ulepszenia naszej efektywności. Część z nas zapisuje sobie postanowienia, inni „mają je w głowie”. Większość z nas jednak tych postanowień nie wdraża. Co więc zrobić, aby osiągać zamierzone cele i być efektywnym? Odpowiedzi dostarcza nam S. Covey w książce „7 nawyków skutecznego działania”.



PAWEŁ MUZYCZYSZYN

Jakie wskazówki w zakresie efektywności daje nam Covey? Autor opisuje nawyki ludzi charakteryzujących się wysoką efektywnością wykonywanych działań. A wszystko koncentruje się na dwóch filarach: pracy nad sobą i współpracy z otoczeniem.

### Bądź proaktywny

Czyli weź odpowiedzialność za swoje życie. Osoby proaktywne nie oskarżają otoczenia o pojawiające się trudności i problemy. Skupiają się za każdym razem na szukaniu rozwiązań w danej sytuacji. Koncentrują się na tym, na co mają w danym momencie wpływ i względem czego mogą podjąć decyzję.

Taka postawa jest przeciwieństwem postawy reaktywnej, w ramach której osoba obwinia za swoje porażki otoczenie, nie siebie.

### Stawiaj cele i planuj z wizją końca

Wszystko, co planujemy osiągnąć, powinno być przemyślane, zaplanowane i mieć określony efekt końcowy. Można to porównać do budowania domu. Jest czas marzeń, tworzenia projektu, korekt, budowy i radości z efektu.

Ktoś kiedyś powiedział: „brak planu to zaplanowana porażka”. Stawianie sobie pytania – „jaki efekt mnie satysfakcjonuje?” powoduje, że zaczynamy szukać efektywnych działań, które mają nam pomóc w osiągnięciu założonego celu.

### Koncentruj się na tym, co najważniejsze

Wielu z nas rozprasza uwagę, skupiając się na drobnych działaniach i zapominając o tym, co jest głównym celem. Jest to klasyczne rozpraszenie, którego efektem jest duża inwestycja energetyczna do odpowiednio małych efektów.

### Szukaj porozumienia na zasadach wygrana-wygrana

To pierwszy nawyk odnoszący się nie tylko do naszego działania, ale i do współpracy z innymi osobami. Bezpośrednio nawiązuje do metody przyjmowanej w negocjacjach – „wygrana-wygrana”, przy której należy szukać rozwiązań satysfakcjonujących obie strony.

Stoi ona w opozycji do metody „wygrana-przegrana”, w której zysk osiąga tylko jedna strona. Jeśli któraś strona czuje się przegrana, pojawia się frustracja i żal, a to nie służy osobistej efektywności.

### Najpierw zrozum, a potem bądź rozumiany

Jest różnica pomiędzy słyszeniem a słuchaniem. Część z nas słucha w celu udzielenia odpowiedzi, a nie skupia się na zrozumieniu. Przez to przekłamuje rzeczywistość. Autor książki pokazuje, że jesteśmy skuteczniejsi, gdy słuchamy empatycznie, dostrajając się do drugiej osoby pod kątem myślenia, nastroju, zachowania.

### Twórz synergię

Nasza osobista efektywność, skuteczność, osiągnięcie celów są możliwe przy współpracy z innymi. Sami możemy osiągnąć bardzo dużo. Przy współpracy z innymi jeszcze więcej. Wspólna realizacja celów jest skuteczniejsza ze względu na efekt synergii. Dzielenie się wzajemnymi pomysłami i zasobami oraz współdziałanie powoduje, że 2+2 nie daje 4, a raczej 40.

## Paweł Muzyczyszyn

Właściciel firmy szkoleniowej GROW Szkolenia Coaching Doradztwo HR. Trener, coach ICF, konsultant HR. Praktyk, który swoje doświadczenie zdobył zarządzając działami sprzedaży w branży bankowej i IT. Obecnie wspiera firmy na wszystkich poziomach rozwoju handlowego i menedżerskiego jako trener oraz wykładowca akademicki.

### Dbaj o „ostrzeżenie pily”

Nie samą pracą żyje człowiek. Aby być efektywnym, należy szukać równowagi pomiędzy życiem zawodowym i osobistym. Poświęcanie się tylko pracy powoduje, że przestajemy być efektywni. Nasza „życiowa piła” tępi się. Z tego powodu należy szukać balansu i wolny czas efektywnie wykorzystywać na sen, sport, bliskich, rozwój osobisty.

Efektywność życiowa występuje wówczas, gdy znajdujemy równowagę pomiędzy życiem fizycznym a duchowym.

Wyćwiczenie nawyku to proces. Często wymagający wyrzeczeń, poświęcenia, jednak dający dużo satysfakcji. Zaczynaj od pierwszego nawyku. A gdy go wdrożysz, przejdź do kolejnego. W efekcie osiągnięcie celów oraz wysoka efektywność staną się dla Ciebie czymś naturalnym. ■

## LPG DO FLOTY!

**7 040 000 zł ZYSKU ROCZNIE!**  
DZIĘKI ZAINSTALOWANIU LPG DO FLOTY!

LPG 1,64 zł/l	95 4,39 zł/l		
<small>*ceny paliw z dnia 15.04.2016r</small>		spalanie na 100km	koszt paliwa na 1000 km
<b>SEAT</b>	LPG 8 litrów	<b>131 zł</b>	<b>176 zł</b> zysku / 1 tys.km
<b>IBIZA</b>	Benzyna 7 litrów	<b>307 zł</b>	
<b>1.0 2015r</b>			



- \* Flota 400 samochodów wiodącej Firmy Kosmetycznej.
- \* Przebieg 100 tys. km rocznie dla samochodu.
- \* Koszt montażu markowej instalacji LPG z gwarancją jedyne 2900 zł / auto.
- \* Całkowity koszt inwestycji w montaż LPG do 1 auta zwróci się już po 60 dniach!
- \* **Dzięki montażowi LPG w Energy Gaz Polska Flota 400 Seatów Ibiza oszczędza MIESIĘCZNIE ogromną sumę 586 666 zł!**

# Jak motywować się do pracy?



Z motywacją bywa różnie. Raz jest, raz jej nie ma. Bywa, że patrzysz na pusty ekran, próbując zmusić się do napisania lub przeczytania czegoś, a zamiast tego nie możesz zdobyć się, by wykonać najprostszy ruch lub zupełnie nie przykładasz się do tego, co robisz. Takie chwile zdarzają się każdemu. Jak więc sprawić, by każdego dnia chciało nam się chcieć?



KATARZYNA Kłobukowska

## Wyznacz sobie cele

One nadają twojemu życiu kierunek. Mówi się, że jeżeli nie wiesz, dokąd idziesz, nigdy tam nie dojdiesz. To właśnie cele pozwalają zdecydować, czym się zająć, na co poświęcić swój czas, z czego zrezygnować. Dzięki nim nie tracisz czasu na zbędne czynności, ponieważ podejmujesz działania zmierzające bezpośrednio do tego, co sobie założyłeś. Ważne jest przy tym, by ustalić, co konkretnie osiągnięcie wyznaczonego celu oznacza dla ciebie. Czy jeśli planujesz stworzenie bloga firmowego, oznacza to, że będziesz tworzyć i umieszczać na nim wpisy raz, czy dwa razy w tygodniu? Czy jeżeli posta-

nowiłeś wykonać więcej telefonów do klientów, to znaczy, że będziesz poświęcał na to jedną czy dwie godziny dziennie dłużej? Cele, które sobie postawisz, muszą być realne i dobrze, jeżeli dokładnie określisz termin, w którym chcesz je zrealizować. Bywa, że odkładając rzeczy na potem, trudno jest później w ogóle przystąpić do działania.

## Podziel swój cel strategiczny na mniejsze

Nie bez powodu wiele osób przedkłada jedzenie pączków nad jedzenie np. tortu. Pączki je się o wiele wygodniej - zanim się spostrzeżesz, zjadasz je wszystkie.

## To właśnie cele pozwalają zdecydować, czym się zająć, na co poświęcić swój czas, z czego zrezygnować. Dzięki nim nie tracisz czasu na zbędne czynności, ponieważ podejmujesz działania zmierzające bezpośrednio do tego, co sobie założyłeś

trzeba wykonać? Zapisz je w określonej kolejności i nie zmieniaj jej, pamiętając, by rozpoczynać każde kolejne działanie dopiero po zakończeniu pierwszego.

### Wykształć w sobie nawyk

Ciągłe zmuszanie się do wykonywania tych samych zadań może okazać się niezwykle trudne, jeżeli polegasz w tej kwestii wyłącznie na sile swojej woli. Będzie o wiele prościej, jeżeli uczynisz z tego nawyk. Jak twierdzi Charles Duhigg w swojej książce zatytułowanej „Siła nawyku”, powtarzanie określonych czynności do momentu, aż wejdą w nawyk, znacznie upraszcza pracę, ponieważ po pewnym czasie zaczynamy robić je w sposób zautomatyzowany. Pierwsze kilkanaście powtórzeń wymaga najwięcej wysiłku oraz świadomej samokontroli. Z każdym kolejnym powtórzeniem zaciera się granica między tym, co trudne, a tym, co akceptowalne.

### Nastaw się na dyskomfort

O ile rutyna motywuje w codziennej pracy, to jednak niektóre zadania mogą wymagać więcej wysiłku, zwłaszcza jeżeli są to rzeczy, które wywołują obawę. Jeżeli twój sukces zależy, na przykład, od zaprezentowania produktu na ogólnopolskiej konferencji, a obawiasz się wystąpić publicznie, odczujesz dyskomfort i pewną nienaturalność tej sytuacji. Przełamanie oporu będzie wymagać od ciebie wyjście poza własną strefę komfortu, co może chwilowo obniżyć twoją motywację do działania. Jeżeli jednak jest to cena, którą musisz zapłacić, by odnieść sukces, to chyba warto spróbować?

### Dbaj o siebie

Zdarza się, że problem z motywowaniem się do działania nie leży w naszej głowie, a jest wynikiem złej kondycji fizycznej. Jeżeli jesteś zmęczony, niewyspany, smutny lub przygnębiony, bez względu na to, jak silna jest twoja motywacja, osta-

tecznie możesz nie mieć siły na podjęcie wysiłku. Dlatego słuchaj swojego organizmu i jeżeli masz coś do zrobienia na następny dzień, a w żaden sposób nie możesz się za to zabrać, lepiej odpocznij wieczorem i dokończ to wcześniej rano. Zmęczenie nie tylko wydłuża czas pracy, ale może ją też skutecznie uniemożliwić.

### Nagradzaj swoje osiągnięcia

Nie wszystkie sposoby na podniesienie motywacji opierają się wyłącznie na samodyscyplinie. Niektóre z nich mogą przybierać formę drobnych nagród (lub kar) i też się sprawdzają, zwykle w przypadku wyjątkowo żmudnych zadań. Na przykład, jeżeli musisz czytać po kilka raportów dziennie, obiecaj sobie, że wieczorem poświęcisz czas na czytanie czegoś wyłącznie dla siebie. Jeżeli przygotowujesz się do maratonu, za ukończenie go w odpowiednim czasie daj sobie prawo do zakupu nowych, lepszych butów do biegania. Oczywiście wszystko w granicach rozsądku, jednak doceniaj swój wysiłek, bo to on pozwala ci iść dalej.

I wreszcie ostatnia rzecz. Pamiętaj o tym, gdzie jesteś i czego już dokonałeś. Codziennie wieczorem zapisuj wszystkie dobre rzeczy, które udało ci się zrobić w ciągu dnia. Po jakimś czasie, patrząc na to, co napisałeś, zdziwisz się, jak daleko zaszedłeś. Zgodnie z tym, co powiedział Robert Collier: „Sukces to suma niewielkiego wysiłku powtarzanego z dnia na dzień”. ■

### Katarzyna Kłobukowska

Trener rozwoju osobistego w firmie GROW Szkolenia Coaching Doradztwo HR. Właścicielka brandu OnePageBrand. Praktyk w zakresie autoprezentacji oraz wystąpień publicznych. Doświadczenie zdobywała jako prelegent oraz tłumacz podczas konferencji w branży edukacyjnej oraz szkoleniowej.

W taki sam sposób powinniśmy traktować cele. Mając na uwadze główny cel do którego dążysz, podziel go na mniejsze, łatwiejsze do wykonania. W ten sposób będziesz miał poczucie, że twoja praca posuwa się do przodu, a motywacja do wykonania kolejnych zadań wzrośnie.

### Ustal strategię działania

Realizacja dużego projektu może wydawać się przerażająca, szczególnie jeżeli nie wiadomo, gdzie zacząć. Jeżeli już wiesz, co konkretnie chcesz osiągnąć i w jakim czasie, zastanów się, jak to zrobić. Zbierz wszystkie pomysły, które przychodzą ci do głowy i podziel je na ważne, mniej ważne, oraz takie, z których powinienś zrezygnować. Ustal kolejność, w jakiej chciałbyś zająć się każdą sprawą i zapisz ją w formie planu. Czy są to działania, które będą się powtarzać, jak na przykład pisanie artykułów na wspomnianego już bloga, czy może jest to kilka pojedynczych, jednorazowych zadań, które

# Dzień dobry czy witam?

„Dzień dobry” i „witam” – dwa zwroty grzecznościowe, które na pierwszy rzut oka oznaczają dokładnie to samo. Używamy ich podczas powitania, przyjęcia czy w korespondencji e-mailowej.

Aleksandra Makles, Małgorzata Kopczyk



Jednak słowa „witam” nie powinniśmy traktować jako synonimu wyrażenia „dzień dobry”. Dlaczego? „Witam” jest bardziej manieryczne – często uważane za niekulturalne. Wystarczy tylko przez chwilę się zastanowić, by zdać sobie sprawę z jego znaczenia, które z góry zakłada nadrzędność osoby witającej. W ten sposób gospodarz może przywitać podejmowanych u siebie w domu gości czy szef przyjmujący w gabinecie swojego pracownika.

Zwrot „witam” od jakiegoś czasu stał się również ulubionym sformułowaniem rozpoczynającym korespondencję mailową, w której traktowany jest jako określenie neutralne. Rozpowszechniło się już na tyle, że większość ludzi nie widzi w nim nic złego. Jednak zwrot ten jest określeniem bezpłciowym, przezroczystym i brakuje w nim serdeczności. Zdecydowanie lepiej rozpoczynać korespondencję życzliwym „dzień dobry”, które niesie w sobie pozytywny przekaz.

Oczywiście zaraz ktoś powie, że język jest elastyczny i ulega zmianom, że ludzie witają się na ulicy czy w mailach i nie widzą w tym nic złego. Opinie jak w każdym temacie są i zawsze będą podzielone. Jednak nigdy nie wiadomo, na zwolenni-

**„Witam” od jakiegoś czasu stało się również ulubionym sformułowaniem rozpoczynającym korespondencję mailową, w której traktowane jest jako określenie neutralne. Rozpowszechniło się już na tyle, że większość ludzi nie widzi w nim nic złego**

ka którego poglądu trafimy, adresując e-maila do nieznanego nam firmy.

## Kto pierwszy powinien powiedzieć „dzień dobry”?

- Mężczyzna – kobiecie
- Młodszy – starszemu
- Student/uczeń – profesorowi/nauczycielowi
- Pracownik – szefowi
- Idący – osobie stojącej
- Wyprzedzający – znajomemu (np. gdy się spieszymy)
- Jadący samochodem – osobie idącej pieszo
- Pojedyncza osoba – grupie

- Osoba idąca schodami w górę – schodzącej. Wchodzący do mieszkania, biura, sklepu czy windy – osobom znajdującym się w środku. ■

## Aleksandra Makles i Małgorzata Kopczyk

założycielki firmy szkoleniowo-doradczej Krawat i Muszka specjalizującej się w prowadzeniu wysokiej jakości szkoleń dedykowanych m.in. z etykiety w biznesie, autoprezentacji, sprzedaży, standardów obsługi, wymagającego klienta. Członkinie Rady Biznesu. Autorki szeregu artykułów o etykiecie na [www.krawatimuszka.pl](http://www.krawatimuszka.pl)



**III Konferencja i Targi  
Producentów Marek Własnych**

**15-16.06.2016, Kielce**

**Największe  
wydarzenie w Europie  
Środkowo-Wschodniej  
poświęcone w całości  
markom własnym**

wykłady ekspertów  
praktyczne case study  
targi, wystawa innowacyjnych produktów  
konkurs na najlepsze  
opakowanie Private Label  
spotkania B2B



KONFERENCJE



TARGI



WYSTAWY



KONKURS

**Współpraca merytoryczna:**



Organizator: **TargiKielce**  
EXHIBITION & CONGRESS CENTRE

# Jestem szczęśliwą osobą

## – rozmowa z Danutą Stankiewicz

Śpiewanie to moje marzenie i wielka miłość. Nie wyobrażam sobie siebie wykonującej inny zawód. Dlatego robiłam wszystko, aby te swoje pragnienia i dążenia zrealizować. Stąd różne szkoły muzyczne, które ukończyłam – od średniej, po studia wyższe i podyplomowe – mówi Danuta Stankiewicz, znana piosenkarka. Jest absolwentką Uniwersytetu Muzycznego Fryderyka Chopina, Wydziału Piosenkarskiego Państwowej Szkoły Muzycznej II Stopnia, Podyplomowych Studiów Menedżerskich dla Twórców i Artystów na Uniwersytecie Warszawskim, a także paryskiej Schola Cantorum, Le Petit Conservatoire de la Chanson de Mirelle, Szkoły Tańca Jacques'a Bensa. Występowała w poznańskim kabarecie „TEY” Zenona Laskowika, programach Tadeusza Drozdy, Krzysztofa Daukszewicza, Jacka Fedorowicza, Jerzego Ofierskiego czy Filipa Borowskiego. Znana jest z licznych koncertów radiowych i telewizyjnych. Ma na swoim koncie 24 wydane płyty solowe.

ROZMAWIA IZABELLA JARSKA

**Zadebiutowała pani w legendarnym zespole Gawęda...**

– Tak, i była to pierwsza lekcja życia, tego, co mnie może w przyszłości czekać: czyli rywalizacja, dyscyplina i praca w grupie. Gawęda w pewnym sensie dała mi prawdziwego kopa, odeszłam z zespołu po przeszło dwóch latach, jednak z perspektywy czasu uważam, że było warto w nim uczestniczyć.

**Czy śpiewanie było spełnieniem pani marzeń?**

– Tak, spełnieniem marzeń, które towarzyszą mi całe życie. Kiedy miałam zaledwie siedem lat i pytano mnie, kim bym chciała być w przyszłości – odpowiadałam, że będę śpiewać. To były moje marzenia i wielka miłość. Nie wyobrażam sobie siebie wykonującej inny zawód. Dlatego robiłam wszystko, aby te swoje pragnienia i dążenia zrealizować. Stąd różne szkoły muzyczne, które ukończyłam – od średniej, po studia wyższe i podyplomowe. Teraz nie jest to specjalnie modne, by do tego zawodu przygotowywać się tak starannie. Jednak nie żałuję drogi, którą przeszłam. Każdy ma prawo decydować sam o sobie, nikogo też nie oceniam i stwierdzam, że wielostopniowe wykształcenie muzyczne bardzo mi pomogło i wzmocniło moją niezależność. Po 35 latach wykonywania tego zawodu umiem ocenić, co mnie pociąga, a co nie, co chcę robić, a czego nie, czuję się po prostu wol-

na. Wiedza praktyczna poparta teorią pozwoliła mi popełniać mniej błędów w życiu.

**Czy gdyby pani miała taką możliwość, to czy cokolwiek zrobiłaby pani teraz inaczej? Mam na myśli trzydziestopięcioletni okres pani kariery.**

– Oczywiście, tych 35 lat nie było usłanych samymi różami, ale patrząc wstecz chyba nic bym teraz nie chciała zmienić. Przede wszystkim dlatego, że miałam szczęście trafić na fantastycznych ludzi, dzięki którym mogłam rozwijać się zawodowo. Póki człowiek ma marzenia, to ma świadomość tego, że żyje. Oczywiście na każdym etapie mojego życia miałam inne potrzeby. Jako kilkuletnie dziecko chciałam po prostu śpiewać i moi wspaniali rodzice mi to umożliwili. Gdy byłam starsza, marzyłam, aby to był mój zawód – tak też się stało. Piosenkarstwo wymaga wielu poświęceń, ale czego nie robi się dla miłości? Dobrze, że nie zostałam aktorką, a było tak blisko. Muzyka jest tym, co mnie bardziej pociąga. Daje znacznie większą niezależność niż aktorstwo.

**Ma pani w dorobku 24 wydane płyty z bardzo różnorodnym repertuarem, związanym z wieloma gatunkami muzycznymi. Jednak jazz nie mieści się w tym szerokim spektrum. Czy nigdy pani nie ciągnęło do tego gatunku muzycznego? Pytam o to, ponieważ często osoby**

**z gruntownym i klasycznym wykształceniem muzycznym – tak jak pani – oscylują w stronę jazzu.**

– Widocznie jestem wyjątkiem, bo nigdy mnie w tym kierunku jakoś specjalnie nie ciągnęło, poza Gershwinem. Zresztą czasami odbieram to polskie jazzowanie jako fałsz, ponieważ dla mnie prawdziwy jazz to ten amerykański, tam wykonawcy mają tę muzykę we krwi. A soulowe śpiewanie – na przykład pięknych kolęd polskich przez młodych ludzi (czego byłam świadkiem) – traktuję jako wyjątkowo sztuczne. Są oczywiście wspaniali, wybitni polscy jazzmani, jak Namysłowski, Urbaniak, Stańko czy inni, ale to tylko grupa wybrańców.

**Czasami nieco pociąga panią prowokacja artystyczna... Mam na myśli czas, gdy była pani Lolitą.**

– Oczywiście, że tak, przeszło dziesięć lat temu występowałam jako Lolita, wydając w tym czasie dwie płyty z tą muzyką – była to forma mojego buntu, którą zresztą nie zawsze dobrze oceniało środowisko zawodowe. Spotkałam się nawet z czymś w rodzaju nagonki na moją osobę, tymczasem ja chciałam jedynie udowodnić, że disco polo to taki gatunek muzyki, który nie budzi żadnej agresji i jako muzyka ludyczna występuje na całym świecie, mając wielu fanów. Mam satysfakcję, że po wielu latach powstał nawet film pełnometrażowy o tej tematyce.

**I tu wracamy do dużej różnorodności pani repertuaru, bo jest w nim także i muzyka żydowska.**

– Muzyka żydowska to moja wielka pasja, jej właśnie poświęcam dwie ostatnio wydane płyty. Jestem dumna, że zostałam zaakceptowana jako piosenkarka i interpretatorka tego gatunku przez Żydów z całego świata, a nie jest łatwo o takie uznanie.

**Występowała pani także z różnymi kabaretami...**

– Oj tak, miałam szczęście występować z czołówką kabaretu w Polsce, w tym z poznańskim TEYem Zenona Laskowika, Krzysztofem Daukszewiczem, Jerzym Ofierskim, Tadeuszem Drodzą, Januszem Gajosem, Cezarym Pazurą, słynnym „Podwieczorkiem przy mikrofonie”. Kabarety to także bardzo dobra szkoła życia estradowego.

**A prywatnie – ma pani poczucie humoru?**

– No pewnie, że mam. Pokusiłam się nawet swojego czasu o kabaret erotyczny – pierwszy w Polsce – który wywołał burzę skrajnych emocji. Poniosłam za to pewne konsekwencje, mówiono, że się rozpustę, chociaż nigdy w tym kabarecie nie przekraczaliśmy pewnych granic. Kiedy rok później wydałam jako pierwsza płytę z piosenkami religijnymi, zarzucano mi znowu skrajność. Nigdy nie mogłam zrozumieć takich zarzutów, przecież aktorki też grywają różne postacie, czasami panienkę z dobrego domu, a czasami prostytutkę. I nikt nie ma o to pretensji. Ja jedynie pokazałam pewne zjawiska, co nie znaczyło, że sama taka jestem. Była to kreacja dla widzów, a nie manifestacja mojej prywatności.

**A jaka jest Danuta Stankiewicz, jakiej nie zna szersza publiczność?**

– Publiczność i media nie wiedzą o mnie wielu rzeczy, ponieważ jestem osobą dosyć skrytą i chronię swoją prywatność. Nie wystawiam jej na pokaz ani nie sprzedaję. Nigdy tak do końca nie uznawałam celebryctwa i dziwnie się czuję, gdy na jakiejś gali ktoś mnie zagania pod ściankę, żeby zrobić zdjęcia. Z drugiej strony wiem o tym, że muszę to robić od czasu do czasu. Swoją intymność oraz emocje wyrażam najlepiej piosenką. Najbliższe mi osoby wiedzą, jaka jestem naprawdę. Myślę, że jestem dobrym człowiekiem, kocham ludzi, zwierzęta, przyrodę... Często się wzruszam i potrafię płakać jak dziecko, chociaż mogłoby się wydawać, że jestem twarda. Wiele rzeczy w moim życiu było i jest wspaniałych – dzieci, wnuczki, życie osobiste, dom, rodzice, przyjaciele, praca... Na co jeszcze mogłabym narzekać? Jestem naprawdę szczęśliwą osobą. ■

Fot. archiwum prywatne Danuty Stankiewicz



**Muzyka żydowska to moja wielka pasja, jej właśnie poświęcam dwie ostatnio wydane płyty. Jestem dumna, że zostałam zaakceptowana jako piosenkarka i interpretatorka tego gatunku przez Żydów z całego świata**



Fot. BlogStar

# Los mi sprzyja

Izabela Zwieryńska to jedna z piękniejszych aktorek młodego pokolenia. Karierę w show-biznesie rozpoczęła jak nastolatka rolą w serialu „Barwy szczęścia”. Jednak kariera i rozpoznawalność nie powstrzymały jej przed dalszym rozwojem. Izabela wraz z mężem Stanisławem Gliniewiczem założyła własny biznes – firmę „Zdjęcia z Budki”.

ROZMAWIA EWA POL

**Karierę zaczynała pani jak młoda dziewczyna. Pamięta pani swoje pierwsze dni na planie serialu?**

– Tak, doskonale pamiętam, nieźle się wtedy stresowałam. Oczywiście nie obyło się bez wpadek. Okazało się, że mam grać bez okularów, a nie nosiłam jeszcze wtedy soczewek, więc przy mojej dużej krótkowzroczności bez okularów było całkiem zabawnie. Pamiętam też, że chciałam płacić za herbatę w cateringu, a okazało się, że catering jest dla ekipy darmowy.

**Czego nauczyła panią praca w tak młodym wieku?**

– Pracowałam już w szkole podstawowej – sprzedając wykonane przez siebie gazetki, potem w gimnazjum również podejmowałam prace dorywcze, w liceum przez jakiś czas związana byłam z jedną z perfumerii, pracowałam na lotnisku i w agencji eventowej jako współ-

organizator imprez i opiekun grupy francuskojęzycznej, więc praca w serialu była w sumie niezłym odpoczynkiem (śmiech – przyp. red.). Wszystkie te doświadczenia nauczyły mnie dużej odpowiedzialności, samodzielności, ale też dzięki nim wiedziałam, że świetnie sobie poradzę w każdej sytuacji wymagającej pracy i organizacji czasu.

**Studiuje pani w szkole teatralnej, wcześniej skończyła pani studia na innym kierunku. Czy aktorowi wykształcenie teatralne jest niezbędne, aby zrobić karierę?**

– Ja uważam, że jest bardzo potrzebne, ale wiem, że są osoby, które nie ukończyły żadnej szkoły, a pracują w zawodzie aktora... I radzą sobie. Szkoła daje możliwość kontaktu ze świetnymi osobowościami, szkoli warsztat i zmusza do nieustannej pracy nad sobą. Bez tej dyscypliny niekiedy ciężko byłoby się zmusić

do różnorodnych ćwiczeń. Ale też pytanie, co to znaczy kariera? Bo karierę w sensie rozpoznawalności i bycia pożądanym osiągnęły teraz również osoby niemające żadnego wykształcenia wyższego lub nie specjalizujące się w żadnej dziedzinie, więc w sumie nie umiem i chyba nie powinnam tego oceniać.

**A czym jest dla pani teatr? Pytam, ponieważ wkrótce premiera nowej sztuki „Hawaje, czy przygody siostry Jane” w warszawskim Teatrze Capitol.**

– Teatr to dla mnie wielka przyjemność. Uwielbiam próbować, kombinować, myśleć postacią. Często to nie przychodzi od razu. Możliwość przemiany w inną osobę jest fascynująca. Teatr to także oderwanie od rzeczywistości, pewnego rodzaju ucieczka w magiczny świat, który musi pozostać wiarygodny dla widza. Jestem dopiero na początku drogi, więc to również wielkie wyzwanie, któremu sta-

ram się sprostać w jak najlepszy sposób – dlatego to dla mnie także droga do rozwoju. W sztuce „Hawaje, czy przygody siostry Jane” w reżyserii Marcina Sławińskiego gram w doborowym towarzystwie: z Dominiką Ostałowską, Darią Widawską, Przemkiem Sadowskim i Bartoszem Żukowskim.

**Równoległe do kariery aktorskiej prowadzi pani własny biznes wspólnie z mężem. Jak to się zaczęło? Czy to był pomysł?**

– Pomysł powstał kilka lat temu. Zainspirowała nas historia budki fotograficznej, którą stworzył w 1963 r. Andy Warhol. Badając rynek stwierdziliśmy, że nie ma na nim urzędzenia, które swoim designem nawiązywałoby do produktu, który stworzył największy artysta pop-art na świecie. Tak narodziła się Budka Fotograficzna, swoim designem nawiązująca do lat 60. w Stanach Zjednoczonych i firma Zdjęcia z Budki ([www.zdjeciazbudki.pl](http://www.zdjeciazbudki.pl)).

**Za co ludzie lubią budkę?**

– Podczas eventów, a zorganizowaliśmy ich ponad trzysta, spotykamy wiele osób, które nie tylko otrzymują wysokiej jakości zdjęcia, lecz również doceniają wygląd urzędzenia. My i nasi pracownicy wkładamy całe serce w tę pracę i myślę, że to widać. Stuprocentowe zaangażowanie w to, co robimy sprawia, że ludzie

nie ograniczamy się do konkretnych miejsc w Polsce. Można spotkać nas wszędzie. Ostatnio gościliśmy na rynku Starego Miasta w ramach akcji „Miasta Warszawa”, przez dwa tygodnie można było nas spotkać pod Gubałówką w ramach w ramach eventu w Zakopanem, w atelier Natalii Jaroszewskiej, w centrach handlowych m.in. we Wrocławiu, Poznaniu, Łodzi, Krakowie i Warszawie.

**Stale dbacie o rozwój biznesu. Jak to się wam udaje?**

– Rozwój to naturalna droga każdego projektu, w naszym przypadku jest to firma Zdjęcia z Budki, o której myślimy przez cały czas i która daje nam poczucie ciągłego dążenia do celu. Nie jest fajnie złapać królika, przyjemnością jest go gonić. Dlatego Zdjęcia z Budki nie oznaczają jedynie Budki Fotograficznej. To projekt otwarty, nie mamy sztywnych ram, w których firma będzie się rozwijała w ciągu najbliższego roku czy dwóch. Mamy natomiast plan wprowadzania na stałe nowych produktów. Jedynym z nich jest już funkcjonujące Instalove (urządzenie drukujące zdjęcia bezpośrednio z Instagrama przy pomocy odpowiedniego hashtaga – [www.Instalove.co](http://www.Instalove.co)). To powoduje, że „ciągle jesteśmy głodni” i szukamy coraz to nowszych pomysłów, tak aby zaspokoić potrzeby naszych klientów. Zajmujemy się

– niestety kosztem snu. Ale prawda jest taka, że to tylko pewien etap, trzeba zacisnąć zęby, bo to przejdzie.

**Jak się pani relaksuje?**

– Niestety w biegu. Ale gdy mam więcej czasu chętnie gotuję, idę na spacer lub rower, bo uwielbiam kontakt z naturą. Ostatnio co wieczór oglądam jakiś film i to pozwala mi odpocząć mentalnie. Może to oczywiste, ale uwielbiam chodzić do teatru i to nie tylko na spektakle dramatyczne – bardzo cenię sobie balet. Staram się też czytać. Aktualnie jest ze mną motywacyjna książka Jacka Walkiewicza. Uwielbiam grać w scrabble i rysować, ale na to muszę mieć sporo wolnego czasu, bo zazwyczaj wykorzystuję go efektywnie i z korzyściami.

**Wiem, że lubi pani podróżować. Która wyprawa została w pani pamięci do dziś?**

– Och tak! Rzeczywiście uwielbiam podróżować, zarówno blisko, jak i dalek. To pozwala mi odetchnąć i przestać myśleć (co w moim przypadku jest zbawienne). Kocham polskie morze, a najbardziej półwysep Helski, uwielbiam góry – snowboard i trekking, ostatnio po raz pierwszy wchodziłam zimą do Doliny Pięciu Stawów w śniegu po kolana – niesamowite doświadczenie. Ale najbardziej zapadły mi w pamięć dwie podróże – miesięczny tour samochodowy po Włoszech z moim mężem, podczas którego mi się oświadczył oraz naszą podróż poślubną, czyli rejs po Wyspach Karaibskich. Obie wyprawy, poza tym, że dostarczały mi pięknych widoków, atrakcji i walorów smakowych, nierozzerwalnie wiążą się dla mnie z emocjonalnie pozytywnymi ważnymi wydarzeniami. W ciągu najbliższych dwóch lat planuję rozpoczęcie rocznej wyprawy dookoła świata – czy mi się uda? Nie wiem. Ale ten plan kielkuje w mojej głowie od lat i czuję, że jest coraz bliższy realizacji. Muszę to zrobić, bo inaczej będę żałować do końca życia, że nie spróbowałam zrealizować marzenia. Podobnie było z egzaminami do Akademii Teatralnej – przez cały okres studiów psychologii, czyli pięć lat, bałam się złożyć papiery – aż w końcu podjęłam słuszną decyzję i z pełną mocą – dostałam się w najmniej oczekiwanym momencie. Musiałam to zrobić, by niczego sobie nie wyrzucać, bo to powoduje frustrację.

**Jakie ma pani marzenia?**

– Moim marzeniem jest zagranie w filmie fabularnym. Dobrze czuję się przed kamerą i chciałabym móc stworzyć postać od początku do końca, nadać jej znaczenie i puścić w świat. Sądzę, że miałyby to dużą wartość, zarówno dla mnie, jak i dla widzów, bo dobra energia musi się przenieść. Póki co kończę szkołę, przede mną rok dyplomowy i wierzę, że świat będzie mi sprzyjał. ■

## Teatr to dla mnie wielka przyjemność. Uwielbiam próbować, kombinować, myśleć postacią. Często to nie przychodzi od razu. Możliwość przemiany w inną osobę jest fascynująca

chętnie z nami współpracują. Zawsze dajemy z siebie wszystko – począwszy od wstępnych rozmów z potencjalnym klientem, a skończywszy na zamknięciu imprezy, tak aby nasi odbiorcy nie mogli o nas zapomnieć.

**Gdzie najczęściej gościacie?**

– Na początku istnienia Zdjęć z Budki skupiliśmy się na małych imprezach typu wesela. Obecnie nasze urzędzenia pracują wszędzie tam, gdzie ludzie chcą się bawić. Jesteśmy po to, by umożliwić wszystkim dawanie bądź zachowanie dla siebie pamiątek w postaci zdjęcia czy materiału wideo. Nasze budki można spotkać na zamkniętych imprezach w domach, na weselach, eventach firmowych, różnego rodzaju rocznicach czy dużych imprezach masowych typu koncerty czy targi. Tam, gdzie zbierają się ludzie, tam możemy być i my. Jesteśmy otwarci na poznanie nowych miejsc i osób, dlatego

również kompleksową obsługą eventów. Niedługo wprowadzamy zupełnie nowy produkt, nad którym pracujemy od ponad roku i o którym (mamy nadzieję) będzie głośno w branży eventowo-reklamowej. W chwili obecnej możemy powiedzieć jedynie, że jest to urządzenie łączące klasykę z nowoczesnością. Nie możemy doczekać się jego premiery. Zapraszamy na fanpage Zdjęć z Budki ([www.facebook.com/zdjeciazbudki](http://www.facebook.com/zdjeciazbudki)), gdzie pochwalimy się nowym produktem!

**Czy ma pani czas na odpoczynek?**

– Ostatnio nie i trochę mi przykro z tego powodu. Cieszę się, że mam dużo pracy, ale jednocześnie nie mogę doczekać się tego, aż dni będą dłuższe, bo wtedy będę mogła trochę więcej przebywać na powietrzu, zwłaszcza gdy jest widno. Jak dotychczas wyciągam dobie maksymalnie i oszukuję się, że potrafię zrobić jeszcze coś dla siebie i ukraść z dnia małą przyjemność

# NUN Electro

W muzyce warszawskiego duetu NUN Electro (Magdalena Kaos i Olaf Sharx) jest coś niemal erotycznego. Napięcie, energia, syntezatorowa moc... Zespół zapowiada w tym roku wydanie nowej płyty, zatytułowanej „NUN Electro – Resurrection”, z której pierwszy singiel „Thunder” ukaże się w maju 2016 roku. Udało mi się namówić muzyków na odkrycie nieco większej liczby kart: oto rozmowa z Olafem.

# NUN ELECTRO

**NUN Electro, kim jesteście?**

– Jesteśmy elektronicznym projektem muzycznym działającym od około 2000 roku. Wcześniej graliśmy w składach rockowych – klimaty new wave, później rock psychodeliczny z elementami elektroniki spod znaku new romantic. Po ich rozpadzie założyliśmy, pod koniec lat dziewięćdziesiątych, duet electro inspirowany sceną electro clash i berlińskim brzmieniem klubowym – łącząc te elementy z głębokimi nawiązaniem do muzyki Kraftwerk, Depeche Mode, Giorgio Morodera, New Order czy Gary’ego Numana. To właśnie wczesna twórczość Numana była dla nas głównym motorem do tworzenia, na bardzo prymitywnych wówczas narzędziach i programach komputerowych, podkładów do przyszłego brzmienia NUN Electro. Nazwa duetu także nawiązuje brzmieniem do nazwiska Numana.

**Uporządkujmy nieco waszą dyskografię – ile płyt wydaliście dotąd?**

– Pierwszym albumem, na którym pojawił się NUN Electro, była Futball EP wydana w Sissy Rec. Był to oddział koncertu BMG od „muzyki alternatywnej”, samo wydawnictwo było zaś czymś w rodzaju „tribute to” – chodziło o składankę na mistrzostwa świata w piłce nożnej. Początkowo uznawaliśmy, że jest to pomysł zupełnie bez sensu, nie takie były nasze oczekiwania... Jednak z biegiem czasu stwierdziliśmy, że jest on do zaakceptowania, chociażby dlatego, że obok CKOD, Ścianki i Noviki umieszczono nasz cover piosenki mundialowej; był to więc to nie lada sukces dla NUN Electro – pojawić się na płycie obok gwiazd rodzimej alternatywy.

Druga propozycja od tej samej firmy przyszła tym razem od samego Smolika – Magda zaśpiewała na drugiej płycie tego artysty. Kolejne epizody w karierze NUN to dwa utwory na ścieżce dźwiękowej do filmu „Arche” z Robertem Gonerą w roli głównej; później zaś cała masa kompilacji zagranicznych i polskich z muzyką synth pop i electro – na jednej z nich nawet obok The Twins – i wreszcie debiutancka płyta „Sunlight” dla Szwedzkiego labelu Substream, wydana w Polsce przez oddział EMI.

Później nagraliśmy sporo singli w Substream oraz kolejne składanki i singiel dla Universal London z coverem utworu „Nemo” z repertuaru Nightwish – zupełnie „inna bajka”, scena klubowo-popowa. Utwór miał dobre noty na Beatport i powodzenie w klubach tanecznych, czego sami doświadczyliśmy, gra-

jąc live acty i sety didżejskie na wielu imprezach.

Następnie zawiesiliśmy działalność na pięć albo sześć lat z paru powodów, z których jednym była, niezmienniejąca się od dłuższego czasu, zła kondycja sceny elektronicznej w naszym kraju – to trochę nas zmęczyło i znudziło zarazem.

Obecnie wracamy, aby podzielić się ze słuchaczami naszą nową muzyką; niedawno zagraliśmy też, już drugi raz, jako support przed De Vision. Przygotowujemy się także do wydania trzech albumów oraz paru singli – aż tyle „materiału” uzbierało się do tej pory...

**Jak można określić muzykę, którą obecnie tworzycie?**

– Jest to inteligentna rozrywkowa muzyka elektroniczna, czyli współczesny electropop, na który z kolei składa się wiele składników: brzmienie oparte na deformacjach rodem z Kraftwerk, melodyka piosenki w stylu lat osiemdziesiątych – czyli nawiązania do Erasure i Depeche Mode, elementy motoryki i pulsu szeroko pojętej muzyki tanecznej i trance’u – à la Orbital i Underworld, w połączeniu wreszcie z klimatycznymi inklinacjami do głębokiej zadumy i energii rodem z new wave’owej stylistyki Joy Division czy New Order.

**Przed wszystkim jednak wasze utwory brzmią bardzo nowocześnie. Jakiego instrumentarium używa NUN?**

– Posługujemy się standardem, czyli: program – komputer – soft; głównie: Pro 53, Novation, Korg i wiele innych. Dodatkowo posiadamy hardware Novation, Akai i AKG – większość utworów powstała właśnie w oparciu o te brzmienia. Nowoczesność zaś, jak to określiłeś, wynika zapewne z procesu długotrwałego doboru odpowiedniego brzmienia i nakładanych na nie efektów zapętlenia i arpeggiów, aż zostaje uzyskany efekt zbliżony do pożądanego przez nasze uszy. To samo dotyczy się nagrywania wokalu. Wszystko razem składa się na długotrwały proces produkcyjny, bo, oprócz tworzenia, tę muzykę się produkuje i postprodukuje w tym samym czasie, inaczej niż dzieje się to w przypadku zespołów rockowych, kiedy na ogół postprodukcją zajmują się odrębni producenci. NUN Electro więc, jako zespół, odpowiada za wiele funkcji, i to wykonywanych w tym samym czasie.

**Przed nami nowa płyta NUN Electro – czego można się po niej spodziewać? Opowiedz nieco o powstawaniu tego albumu...**

– Płyta będzie na pewno kontynuacją tego wszystkiego, co znalazło się na de-

biutanckim albumie, oraz tego, co wydarzyło się podczas powstawania wielu singli – jednak już z zupełnie innym spojrzeniem na muzykę: czyli nadal electro, ale z większą dawką innych, odbiegających od surowej stylistyki dodatków. Znajdzie się tu trochę estetyki klubowej, dużo nowofalowych i rockowych elementów, a struktura piosenek będzie bardziej zbliżona do szeroko pojętej muzyki rozrywkowej oraz popowej alternatywy. Utwory będą też bardziej rozbudowane w warstwie melodycznej, niż – jak dotąd – wyłącznie brzmieniowej.

**NUN Electro to „szara eminencja” polskiej sceny elektronicznej – wspominałeś, że występowaliście chociażby przed wieloma znaczącymi wykonawcami...**

– Nie określiłbym tego w ten sposób... Tak, graliśmy z wieloma artystami, których cenimy i którzy są szerzej znani: Camouflage, De Vision, Mesh, Client; a nawet tymi, którzy stanowili dla nas bezpośrednią inspirację: Ladytron, Covenant, Psyche, Apoptygma Berzerk. Myślę, że to dlatego, iż po prostu tego chcieliśmy i nasza muzyka oraz energia pasowały do tych zespołów, jednak z tego co wiem gros bardzo dobrych polskich zespołów elektronicznych ma podobne doświadczenia za sobą. Czasem nawet łatwiej jest zagrać na zagranicznym festiwalu niż w Polsce, nie jesteśmy w tej dziwnej sytuacji osamotnieni. Po prostu nasza scena elektroniczna od zawsze kulęje i w tym wszystkim nabiera specyficznego kolorytu, co czasami daje się we znaki naszym artystom, mającym bardziej pod górkę niż ci znani lub początkujący z zagranicy.

**Żywiłem NUN Electro jest kontakt z publicznością, czy raczej wolicie studio?**

– Praca w studiu jest mozolna i długotrwała, ale jeśli efekt jest zadowalający, to i żywił się budzi... Koncert to masa prób, przygotowań i przeróbek studyjnych, a potem „krótka piłka” i tu również żywił wzrasta lub opada – zależnie od tego, czy wszystko idzie zgodnie z planem i podoba się nam oraz publiczności. Sądzę, że tworzenie w studiu i granie koncertów to w przypadku NUN Electro połączony proces, jedna całość. Jeszcze nie próbowaliśmy tworzyć bez konfrontacji z „żywym tworem”, jakim jest publiczność.

Oficjalna strona zespołu:

[www.nunelectro.eu](http://www.nunelectro.eu)

Facebook :

[www.facebook.com/nunelectro](https://www.facebook.com/nunelectro)

# Debiutantki i rokoko, czyli Noc Muzeów w Wilanowie

patronat magazynu

przedsiębiorcy@eu

Kolejna Ogólnopolska Noc Muzeów w Pałacu w Wilanowie odbyła się 14 maja i przyniosła wyjątkowy pokaz mody „Carpe Diem i Pudrowe Rokoko”.

EWA MAJ

Fot. Magda Jacko z ZSF

Tradycją stało się, że uczestniczki kolejnych edycji programu „Debiutantki” realizowanego w pałacu króla Jana III Sobieskiego, organizują majowe widowiska modowe związane z określoną epoką historyczną. W tym roku królowało rokoko, które do dzisiaj stanowi bogate źródło inspiracji dla wielu światowych projektantów. Tuż po zapadnięciu zmroku, o godzinie 21.00, na dziedzińcu pałacowym zjawili się dwadzieścia pięć Debiutantek w zapierających dech kreacjach – rekonstrukcjach oraz inspiracjach. Autorkami tych niepowtarzalnych strojów są studentki I i II roku Wyższej Szkoły Artystycznej w Warszawie, które pod czujnym okiem Aleksandry Plewako-Szczerbińskiej, Joanny Minkiewicz oraz dyrektor artystycznej Agaty Manowskiej przez prawie rok nie tylko oszyły własnoręcznie suknie, ale i tworzyły wszystkie dodatki - buty, peruki, torebki.

Takiego pokazu haute couture już dawno w Wilanowie nie było. Bajkowa sceneria XVIII wieku – na scenie pojawiły się wyrafinowane, bogato zdobione suknie, atłasy, wstążeczki, pastelowe kolory, motywy kwiatowe, pióra. Stroje te odzwierciedlają do pewnego stopnia panującą wówczas filozofię „carpe diem”: „Cieszymy się doraźnością i dniem dzisiejszym. Chwytajmy chwilę, która za moment przeminie. Żyjemy tu i teraz”. Suknie rokoko są bardzo kobiece i niezmiernie zalotne. Wykreowały na scenie atmosferę flirtu i lekkości. Pomimo niesprzyjającej aury, wytrzymała publiczność, która przybyła z różnych zakątków Polski, już po raz czwarty oklaskiwała wspaniałe modelki – Debiutantki. „Debiutantki” to uczestniczki jedynego w Polsce programu edukacyjno-charytatywnego, autorstwa Agnieszki Michalczyk, który Klub Integracji Europejskiej objął swoim patronatem. Dziewczeta w wieku od 18 do 24 lat pochodzą z całej Polski i w ramach programu organizują szereg akcji charytatywnych i wydarzeń kulturalnych.



Debiutantka IV edycji – Martyna Temporowicz w sukni studentki WSA – Martyny Bonisławskiej



Twórczyni programu „Debiutantki” – Agnieszka Michalczyk w sukni Dorota Goldpoint

Pokaz w wykonaniu Debiutantek był częścią Ogólnopolskiej Nocy Muzeów w Muzeum Pałacu w Wilanowie. W tym roku tematem przewodnim tego wydarzenia były słynne „Panie na Wilanowie”, wśród których nie było niewiast nijakich i przeciętnych. To dzięki nim – królowej Marii Kazimierze, Elżbiecie Sieniawskiej, Izabeli Lubomirskiej, Aleksandrze Augustowej Potockiej – Pałac zachował swoją świetność i istnieje w takiej formie do dzisiaj. Panie na Wilanowie z pewnością były kobietami zdecydowanymi. Ich pozycja i majątek pozwalały na realizację śmiałych projektów. Zyskiwały sprzymierzeńców, zajmowały się sztuką i dobroczynnością. Wcale nie były uległe, lecz z odwagą i pewnością siebie realizowały swoje wizje. I w tym właśnie były o wiele bardziej podobne do współczesnych kobiet, niż nam się wydaje. Chciałoby się powiedzieć, że wilanowskie Debiutantki wraz z ich twórczynią Agnieszką Michalczyk kontynuują dzieła tych wybitnych kobiet, które swoją postawą i działalnością prospołeczną na stałe wpisały się w historię Polski. ■



**Takiego pokazu haute couture już dawno w Wilanowie nie było. Bajkowa sceneria XVIII wieku – na scenie pojawiły się wyrafinowane, bogato zdobione suknie, atłasy, wstążeczki, pastelowe kolory, motywy kwiatowe, pióra**



Debiutantka IV edycji – Simona Józwiak  
w sukni studentki WSA – Joanny Bieńczyk



## „Portrety nieznane” Ryszarda Horowitza

Fot. Krzysztof Obrębski (2)

Znany fotograf i nieznane, dotąd niewystawiane fotografie znanych ludzi, z którymi dodatkowo wiążą się ciekawe historie opisane przez ich autora.

EWA MAJ

**B**ohaterami zdjęć i towarzyszących im historii z pamiętnika Ryszarda Horowitza są Roman Polański, Daniel Olbrychski, Jerzy Kosiński, Jan Lebenstein, Adam Hoffman, Piotr Skrzynecki, Urszula Dudziak, Zuzanna Łapicka, Kropka Gosławska oraz Andrzej i Magda Dudzińscy.

Wernisaż wystawy w Ney Gallery&Prints przyciągnął spore grono ludzi, tak ze świata sztuki, jak i biznesu. Gości z pewnością zaciekały podpisy pod ich zdjęciami, które opisują historię powstania. Patrząc na same fotografie, raczej trudno byłoby odkryć okoliczności ich powstania, mimo że rozpoznajemy twarze na nich uwiecznione. Tych, których te historie zaciekały, zachęcamy do lektury autobiografii Ryszarda Horowitza „Życie niebawale. Wspomnienia Fotokompozytora”, skąd zostały zaczerpnięte. Wystawę można było oglądać w Ney Gallery&Prints od 16 kwietnia do 5 czerwca 2016.



Roman Polański w obiektywie Ryszarda Horowitza



Wnętrze Ney Gallery&Prints

# Wielki sukces polskiego kina na 9. Festiwalu Filmów Polskich „Wisła” w Moskwie!

W dniach 19–26 maja w moskiewskich kinach „Pięć Gwiazd na Pawieleckiej” oraz „Iluzjon” odbyła się 9. edycja Festiwalu Filmów Polskich „Wisła”. Impreza, która odbywa się cyklicznie od 2007 roku, przez lata zdobywała popularność i uznanie rosyjskich widzów. Z każdą kolejną edycją festiwal powiększał się jeśli chodzi o ilość i jakość prezentowanych filmów, zapraszanych gości oraz wydarzeń towarzyszących, a także liczbę uczestników.

EWA MAJ

W tym roku pokazano rosyjskim widzom 79 filmów w 12 sekcjach, z czego prawie połowa to projekcje pełnometrażowe. Jak co roku przodowała sekcja konkursowa, w której o statuetkę „Słonia” – nagrodę Izby Znawców Filmowych i Krytyków w Rosji – walczyło 11 filmów: Anatomia zła Jacka Bromskiego, Demon Marcina Wróny, Ziarno Prawdy Borysa Lankosza, Hiszpanka Łukasza Barczyka, Karbala Krzysztofa Łukaszewicza, Letnie Przesilenie Michała Rogalskiego, Moje córki krowy Kingi Dębskiej, Na granicy Wojciecha Kasperskiego, Intruz Magnusa von Horna, Obce Niebo Dariusza Gajewskiego oraz Zjednoczone Stany Miłości Tomasza Wasilewskiego. Wszystkie filmy prezentowane były w Rosji premierowo.

Nagrodę Główną w Konkursie zdobył film Moje córki krowy w reżyserii Kingi Dębskiej, za „ umiejętne rozwinięcie tematu życia i śmierci w sztuce, przedstawienie trudnego tematu w formie słodko-gorzkiej opowieści o miłości, chorobie i stracie”.

Wyróżnienie Jury przyznało Tomkowi Wasilewskiemu i Zjednoczonym Stanom Miłości, „za niezwykle ciekawą i autentyczną próbę ukazania końca epoki poprzez odważny pokaz życia intymnego”.

Oprócz Kina Konkursowego wielką popularnością cieszyła się sekcja Panorama Polskiego Kina, która prezentowała filmy: Warsaw by night Natalii Korynckiej-Gruz, Król życia Jerzego Zielińskiego czy Chemię Bartosza Prokopowicza, a także komedię romantyczną Planeta Singli Mitji Okorna, która otrzymała największą ilość głosów widowni i zdobyła Nagrodę Publiczności.



W tym roku zaprezentowano retrospektywy dwóch znanych mistrzów: Krzysztofa Kieślowskiego z tryptykiem Trzy Kolory na czele oraz pokaz dzieł Andrzeja Żuławskiego, w tym ostatni film reżysera Kosmos, który zamykał 9. Festiwal „Wisła” w Moskwie.

Wielką popularnością cieszyły się filmy dokumentalne: Aktorka Kingi Dębskiej oraz Żuławski o Żuławskim Jakuba Skoczzenia, a także etudy studentów polskich szkół filmowych.

Rosyjscy widzowie po raz kolejny świetnie przyjęli sekcję „Teatr na ekranie”. Nowością i wielkim wyróżnieniem dla organizatorów było świętowanie wraz ze Studiem Miniatur Filmowych 60-lecia jego

istnienia, które uczczono retrospektywą w Moskwie. Widzowie rosyjscy mogli uczestniczyć również w Masterclassie animacji klasycznej, którą poprowadził Szefer Produkcji SMF – Eugeniusz Gordziejuk.

W ciągu ośmiu dni trwania festiwalu w Moskwie udało się zgromadzić ponad 10 tysięcy widzów!

To jeszcze nie koniec! Wisła dalej płynie i do końca października 2016 r. będą trwać repliki Festiwalu „Wisła”, które są kontynuacją pokazów w Moskwie. Polskie filmy będzie można zobaczyć m.in.: w Swietłogorsku, Nowogrodzie Wielkim, Jekaterynburgu, Krasnodarze, Kaliningradzie, Niżnym Nowogrodzie, Rostowie nad Donem oraz Barnaul i Tadzycystanie.

A już w listopadzie odbędzie się 10., jubileuszowa edycja Festiwalu Filmów Rosyjskich „SPUTNIK”!

[www.festiwalwisla.pl](http://www.festiwalwisla.pl)  
[www.sputnikfestiwal.pl](http://www.sputnikfestiwal.pl)

Tekst i zdjęcia: materiały organizatora

# „Baleriny pośród nas”

– relacja z wernisażu Agaty Mikulskiej-Sienkiewicz

W środę 30 marca 2016 roku odbył się wernisaż inaugurujący otwarcie wystawy Agaty Mikulskiej-Sienkiewicz zatytułowanej „Baleriny pośród nas/Ballerinas among us”.

Ewa Maj

**T**rwająca właśnie wystawa prezentuje część obszernego cyklu zatytułowanego „Balet – Minimalistycznie”. Minimalizm odnosi się przede wszystkim do wąskiej gamy kolorystycznej, jaką artystka posługuje się w tych obrazach. Królują tu wszelakie odcienie szarości: od ciepłych po zimne; od bardzo jasnych do bardzo ciemnych, niemal czarnych. Szarość rozświetlana jest różem w równie wielu odcieniach. Minimalistyczna jest też kompozycja prac, gdzie samotna postać ludzka wybija się na tle szerokiej, pustej, jakby mglistej przestrzeni. Ma to swój wymiar symboliczny i odnosi się do prostego faktu, że nieważne, jak wiele osób nas otacza – wewnątrz zawsze pozostajemy sami i tylko od nas zależy, czy odnajdziemy w sobie siłę i wolę, aby zapalić swoje „światelko”. Artystka ukazuje tancerki w różnych sytuacjach: w chwilach ich scenicznych triumfów lub tuż po występie, w momentach zmęczenia, a czasem pochłonięte prozaicznymi czynnościami, takimi jak wiązanie baletek.

– *Mimo iż balet uwielbiam od dawna, tancerki zaczęłam malować dwa lata temu. Początkowo wydawało się to przypadkowym wyborem, ale szybko przerodziło się w głęboką fascynację. To, co naprawdę mnie w nich urzekło, to ich siła, wytrwałość, poświęcenie i miłość do tego,*



Malarka Agata Mikulska-Sienkiewicz (w środku) w towarzystwie Lidii Bąk, kuratorki wystawy i Witolda Casettogo.

*co robią. Dążenie do doskonałości, do ideału, które charakteryzuje każdą wielką tancerkę. Niewyobrażalnie ciężka praca, która się za tym kryje i ostateczny efekt to nie tylko części składowe sztuki baletu, ale każdej sztuki, a w szerszej perspektywie całego naszego życia – wyznaje Agata Mikulska-Sienkiewicz.*



Wieczór uświetnił m.in. występ wokalny Anny Marii Adamiak

Wystawa została zorganizowana przez BE-ART exclusive w ramach Akademii Kultury i Sztuki Klubu Integracji Europejskiej. Kryją się za tym dwie kobiety pragnące wspierać i promować polską sztukę: Lidia Bąk, właścicielka BE-ART exclusive oraz Barbara Jończyk – prezes KIE.

Na wernisaż przybyli licznie zarówno przyjaciele i znajomi czy artyści reprezentujący różne dziedziny sztuki, jak i też duże grono sympatyków malarstwa ze świata biznesu oraz przedstawiciele mediów.

Organizatorzy składają podziękowania wszystkim partnerom i patronom medialnym za ich wsparcie i promocję tego wydarzenia. Szczególne podziękowania kierowane są do artystek, które swoimi występami uświetniły wernisaż i przeniosły obecnych w zaczarowany świat muzyki i baletu: Anny Marii Adamiak, Dominiki Staniszwskiej i Teresy Żurowskiej.

## Agata Mikulska-Sienkiewicz

artystka, malarka, urodzona w Puławach, ukończyła Historię Sztuki na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim, od kilku lat mieszka w Warszawie, gdzie prowadzi własne atelier z galerią autorską.

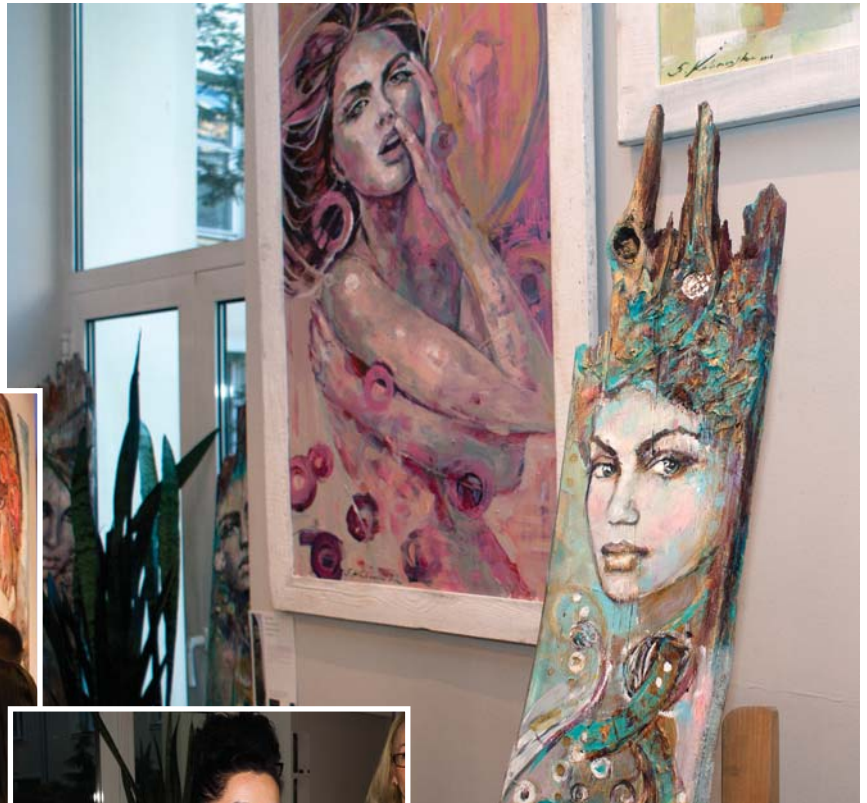
# Niewinne oblicza grzechu

W poniedziałkowy wieczór 9 maja odbył się w Warszawie wernisaż wystawy „Niewinne oblicza grzechu” Sylwii Lenart-Kalinowskiej.

EWA MAJ

Fot. Zuzanna Konarska (3)

Prace przedstawione na wystawie to portrety przepięknych kobiet, ekspresyjne i rozemocjonowane, subtelne i dyskretne. To dzieła pełne symboliki, ornamentyki z motywami flory i fauny. Artystka na co dzień mieszka i tworzy wśród romantycznych łąk i pagórków Janowa Podlaskiego. Stąd ten romantyzm w jej obrazach, w których zresztą na pierwszy rzut oka widać więcej niewinności niż tytułowego grzechu.



Sylwia Lenart-Kalinowska

– Moje obrazy dalekie są od wulgarności, ale przesączone są liryzmem, niedopowiedzeniem. Odchodzą od palety pastelowej, bardziej nasączone są symboliką, kolorem, który również wyraża emocje. Pełno jest motyli, ryb, które oznaczają zmysłowość, pełno jest motywów kwiatowych. Secesja jest moim ulubionym stylem, lubię taką ornamentykę i świat pokazany przez jakiś pryzmat. Wyrażam siebie na obrazach, swoje emocje, swoje przeżycia. Kobieta z natury jest symbolem piękna, a piękna kobieta symbolem grzechu. Gdyby nie grzech pierworodny, nie byłoby nas jako gatunku – mówi Sylwia Lenart-Kalinowska w jednym z wywiadów.

Obrazy Sylwii Lenart-Kalinowskiej są wyjątkowe i niepowtarzalne. Z reguły są to wielkoformatowe płótna, ale także postaci kobiet (wmalowane niejako w stare deski), zwane anielicami. Każda z tych prac nie pozwala przejść obok siebie obojętnie. Przewiduję, iż twórczość Sylwii będzie z roku na rok zyskiwać na wartości, stając się cennym nabytkiem – inwestycją w sztukę i doskonałą lokatą kapitału – Lidia Bąk, kuratorka wystawy i właścicielka galerii BE-ART exclusive.

Wystawa została zorganizowana dzięki staraniom galerii BE-ART exclusive oraz Akademii Kultury i Sztuki Klubu Integracji Europejskiej.

Współpraca organizatorów oraz wsparcie wszystkich patronów medialnych przyczyniło się do dużego zainteresowania wernisażem i wystawą. Choć to pierwsza indywidualna wystawa Sylwii Kalinowskiej w Warszawie, na wernisaż przyszło grubo ponad stu miłośników jej twórczości. Wszyscy napawali oczy pięknem obrazów Sylwii Lenart-Kalinowskiej, a obcowanie z jej pracami umilał przybyłym koncert zespołu The Mark Shepherd Swing Trio w składzie: Mark Shepherd, Jarosław Małys i Wojciech Zalewski.

Na wernisażu pojawili się nie tylko przyjaciele i znajomi artystki, ale także przedstawiciele sztuki, biznesu, producenci filmowi, reżyserzy, gwiazdy sceny i estrady oraz koneserzy sztuki, których przyciągnęła na wernisaż, chęć poznania niezwykle nowatorskiej techniki twórczej, charakterystycznej dla naszej artystki. Prezentacja piękna i tajemniczości kobiecej duszy na płótnie i deskach zyskała tego wieczora jeszcze większe grono sympatyków! Zapraszamy do zakupu prac. Kontakt: [biuro@be-art.pl](mailto:biuro@be-art.pl)

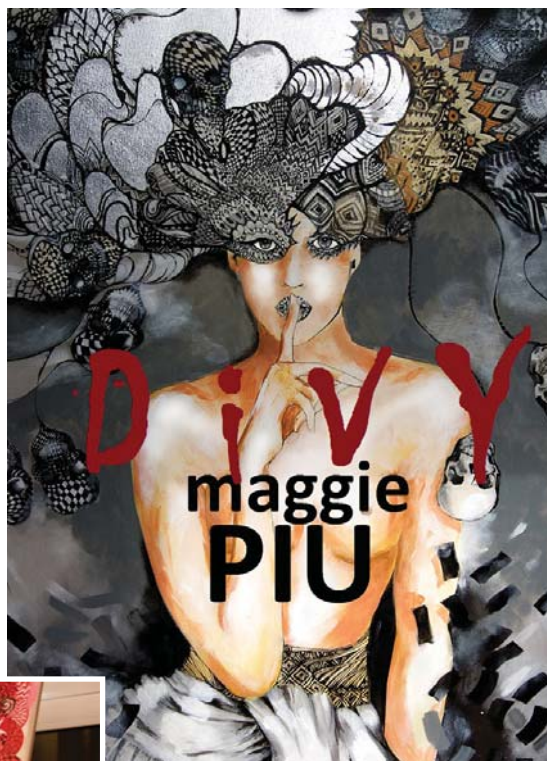
# DIVY spotkanie gwiazd

## – relacja z wernisażu

We wtorek 16 lutego odbyło się w Warszawie wyjątkowe spotkanie łączące ludzi sztuki, miłośników malarstwa i muzyki. Galeria BE-ART exclusive w ramach Akademii Kultury i Sztuki Klubu Integracji Europejskiej zorganizowała wernisaż i wystawę sprzedażową prac Małgorzaty Bieniek-Strączek, tworzącej pod pseudonimem Maggie Piu.

Ewa Maj

Fot. Rafał Korzeniowski i Piotr Wiśniewski



Plakat Divy

patronat magazynu  
przedsiębiorcy@eu



Goście wernisażu, autorka prac i śpiewaczka operowa

Malarstwo i grafika Maggie Piu mieści się w estetyce secesyjnej, jest połączeniem obrazu kobiety „art nouveau” z surrealistyczną wizją kobiecego ciała. Profesor Wiktor Zin, który przed laty miał okazję poznać prace naszej artystki, tak wyraził swoją opinię: „Olbrymi talent, elegancja przedstawianych form, precyzja i świadomość celu, sądzę, że przed autorką ścieli się droga wielkiej sławy”.



Goście wernisażu

Obrazy znajdujące się na wystawie charakteryzują się bogatą ornamentyką i precyzją detalu. Tematem przewodnim wystawy są prace należące do serii DIVY.

Zaproszeni goście mogli napawać swoje zmysły sztuką w różnej formie. Wieczór otwarcia wystawy wzbogacony został, dzięki staraniom galerii BE-ART exclusive, minikoncertem zatytułowanym „Visi d`arte, vissi d`amore”. Zaproszenie przyjęła i zgodziła się wystąpić przed zgromadzoną publicznością cudowna artystka, śpiewaczka operowa i operetkowa (mezzosopran liryczno-dramatyczny) Anna Maria Adamiak. Połączenie tych dwóch form sztuki zyskało uznanie ze strony przybyłych gości.

Niezwykła technika i styl prezentowanych prac przyciągnęły na wtorkowy wernisaż tłumy gości. Wśród przybyłych byli zarówno przyjaciele, miłośnicy talentu Maggie Piu, jak również grono znamiennych artystów, którzy pragnęli wraz z nami powitać Małgorzatę Bieniek i jej ob-

razy w Warszawie. Pośród wybitnych osobistości wymienić należy m.in. takie nazwiska, jak: Bogusław Lustyk, Jasmin Šoljanin, Dominik Jasiński, Piotr Rzekowski i inni. Na wernisażu gościliśmy także ludzi biznesu i polityki. Jednym z nich był wybitny polski politolog Wawrzyniec Konarski. Spośród przedstawicieli mediów wymienić należy takie znane i lubiane osoby, jak Ryszard Rembiszewski oraz dziennikarz Tomasz Zapert. Wielką radością była dla nas także obecność na wernisażu takich osobowości, jak: Beata Danuta Postnikoff, Włodzimierz Adam Brodniak, Xavier Panseri, Julien Hallier i wielu innych. ■



Obraz – Carmen



# WISŁA

## FESTIWAL FILMÓW POLSKICH W ROSJI

„Pięć Gwiazd  
na Pawieleckiej”  
„Iluzjon”

19-26 maja 2016  
**MOSKWA**

maj – październik 2016 r.:  
repliki w kilku  
rosyjskich miastach

[www.festiwalwisla.pl](http://www.festiwalwisla.pl)

Dofinansowano ze środków  
Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego RP  
oraz Ministerstwa Kultury FR:

Ministerstwo  
**Kultury**  
i Dziedzictwa  
Narodowego.



Współfinansowanie:



POLSKI INSTYTUT SZTUKI FILMOWEJ  
POLISH FILM INSTITUTE

Darczyńca:

FUNDACJA  
**KGHM**  
POLSKA MIEDŹ

Sponsor:



SYSTEM GAZOCIOGÓW TRANZYTOWYCH  
EuRoPol GAZ s.a.

Organizatorzy:



Partner:

**EAR**  
Europejska  
Agencja  
Reklamowa



[www.rospolcentr.ru](http://www.rospolcentr.ru)

# Polska Akcja Humanitarna – 10 lat Kampanii Wodnej

Co dziesiąty człowiek na świecie nie ma dostępu do czystej wody, a co trzecia osoba nie ma możliwości korzystania z toalety. Wody i właściwych warunków sanitarnych brakuje w aż jednej trzeciej szkół, a także w tysiącach szpitali i punktów medycznych. Używanie brudnej wody prowadzi do wielu niebezpiecznych chorób – rokrocznie cierpi na nie 1,5 miliarda osób, z których około milion rocznie umiera.

BOGNA RÓŻYCZKA, PAH

Fot. PAH (6)



Obóz dla uchodźców wewnętrznych, Dystrykt Bondhere, Mogadiszu, marzec 2016



Obóz dla uchodźców wewnętrznych, rejon Kaxda, Mogadiszu, marzec 2016

Z powodu chorób wywołanych brakiem czystej wody, co 90 sekund umiera jedno dziecko. Bez wody nie da się gotować, dbać o higienę i zdrowie, a dla milionów dzieci i kobiet, jej brak oznacza konieczność wykonywania codziennych, wielokilometrowych marszów do odległych źródeł wody i z powrotem. Na inne zajęcia, w tym szkołę czy pracę zarobkową, nie starcza już czasu. Bez wody nie ma mowy o produkcji żywności ani o właściwym rozwoju.

Brak dostępu do wody i właściwych warunków sanitarnych to problem, który dotyka szczególnie ludzi poszkodowanych w kryzysach humanitarnych – zarówno tych spowodowanych przez katastrofy naturalne, jak i tych będących wynikiem działań wojennych. Do zadań pomocy humanitarnej w miejscach, gdzie panują kryzysy, należy w pierwszej fazie dystrybucja wody oraz artykułów higienicznych, a następnie budowa i remont instalacji wodnych (takich jak studnie, toalety, latryny, stacje do mycia rąk, ujęcia

i pompy wodne czy systemy wodociągowe) i sanitariatów. Równoległe prowadzone są także działania edukacyjne z zakresu higieny.

## Misja PAH w Sudanie

Poprawa warunków wodno-sanitarnych w miejscach dotkniętych kryzysami, to od lat jeden z priorytetów Polskiej Akcji Humanitarnej. Choć organizacja zajmowała się tą problematyką już wcześniej, m.in. dostarczając wodę pitną mieszkańcom zrujnowanego wskutek wojny Gruzji, to uświadamianie społeczeństwa na temat problemu braku dostępu do wody zaczęła 10 lat temu, wraz z pierwszą odsłoną Kampanii Wodnej. Dzięki środkom zebranym w ramach pierwszej Kampanii, Polska Akcja Humanitarna otworzyła w 2006 roku misję w Sudanie, która dziś, po 10 latach, wciąż prowadzi i rozwija swoje działania (w międzyczasie Sudan podzielił się na dwa odrębne państwa – Sudan i Sudan Południowy, gdzie obecnie działa PAH): buduje i remontuje studnie i inne ujęcia wodne, stawia latryny

i stacje do mycia rąk, prowadzi szkolenia z zakresu higieny, rozprowadza artykuły pozwalające na bezpieczne korzystanie z wody i zapobieganie chorobom (wiadra, tabletki do uzdatniania wody, mydło, moskitiery itp.). Od 2012 roku w ramach misji PAH w Sudanie Południowym działa Zespół Reagowania Natychmiastowego, który podejmuje działania w nagłych sytuacjach kryzysowych – jak np. w 2015 roku podczas wybuchu epidemii cholery. Zespół Reagowania Natychmiastowego włączył się wówczas w działania mające zapobiec rozprzestrzenianiu się choroby wśród mieszkańców Dżuby i Bor – wykonał badania wody i zdezynfekował skażone ujęcia, naprawił zepsute studnie, rozdał wiadra i mydło oraz przeprowadził cykl szkoleń pokazujących w jaki sposób można zminimalizować ryzyko zarażenia chorobą.

Wszystkie działania PAH są planowane i prowadzone we współpracy z lokalnymi społecznościami. Remonty studni poprzedzane są szkoleniami dla miejscowych mechaników, którzy później, wspólnie ze





Obóz dla uchodźców wewnętrznych Zamzam, dystrykt Kahda, Mogadisu, marzec 2016



Obóz dla uchodźców wewnętrznych Zamzam, dystrykt Kaxda, Mogadisu, marzec 2016

specjalistami PAH, przeprowadzają niezbędne naprawy. Następnie spośród osób korzystających z danej studni wybierani są przedstawiciele lokalnych komitetów wodnych, które – wyposażone przez PAH w odpowiednie narzędzia do napraw i części zamienne – dbają o to, żeby ujęcia wodne pozostawały czyste i dobrze utrzymane. Podobnie wygląda proces prowadzenia szkoleń – Polska Akcja Humanitarna edukuje lokalnych promotorów higieny, wyłonionych spośród członków danej społeczności, a ci później przekazują wiedzę pozostałym mieszkańcom wioski lub obozu dla uchodźców.

### Szlachetne studnie

W ciągu 10 lat działalności w Sudanie Południowym organizacja wybudowała lub wyremontowanych ponad 700 studni. Kilka z nich zostało w całości wybudowanych dzięki środkom przekazanych specjalnie na ten cel przez prywatnych darczyńców lub firmy. „Swoją studnię” w Sudanie Południowym ma np. I Liceum Ogólnokształcące z Torunia, którego uczniowie, po udziale w projekcie edukacyjnym PAH „Studnia dla Południa”, postanowili zebrać

pieniądze wystarczające na całościowy remont jednego konkretnego ujęcia.

Od 2011 roku środki zbierane w ramach Kampanii Wodnej trafiają również do Somalii, w której Polska Akcja Humanitarna jest obecna nieprzerwanie od 5 lat, prowadząc działania podobne jak w Sudanie Południowym – buduje i remontuje studnie, stawia latryny i prowadzi szkolenia związane z higieną. W Somalii, kraju, w którym od ponad 20 lat trwa wojna domowa, PAH pracuje przede wszystkim w obozach dla uchodźców wewnętrznych, obecnie głównie w Mogadisu i okolicach.

Uchodźcy wewnętrzni to również główni odbiorcy działań wodno-sanitarnych prowadzonych przez Polską Akcję Humanitarną w ogarniętej wojną Syrii. Syryjscy inżynierowie współpracujący z PAH nadzorują remonty zniszczonych wskutek bombardowania systemów wodnych, pracują również przy tworzeniu i usprawnianiu systemów gospodarowania odpadami. Pracownicy Polskiej Akcji Humanitarnej remontują także łazienki i toalety w szkołach, dowożą wodę cysternami do miejsc, w których nie ma jej

działających ujęć, rozdają uchodźcom artykuły higieniczne (ręczniki, pieluszki, podpaski, kanistry na wodę, proszek do prania, mydło itp.) i uczą mieszkańców prowizorycznych obozów zachowań, które pozwalają utrzymać higienę i zapobiec rozwojowi chorób w dużych skupiskach ludzi (o tym jak trudno zachować właściwe warunki sanitarne przy dużym zagęszczeniu ludzi, wie każdy bywalec letnich imprez lub festiwali). W 2015 roku z pomocy PAH w sektorze wodno-sanitarnym skorzystało ponad 320 tys. Syryjczyków.

Kampanię Wodną PAH można wesprzeć poprzez:

- wpłatę na konto Polskiej Akcji Humanitarnej 91 1060 0076 0000 3310 0015 4960 (z dopiskiem Dostęp do wody i godnych warunków sanitarnych)
- wpłatę online na stronie [www.pah.org.pl/wspieraj-nas/121](http://www.pah.org.pl/wspieraj-nas/121) (jako cel darowizny należy wybrać Dostęp do wody i godnych warunków sanitarnych)
- zakupy w sklepiku PAH – jednego z produktów przypisanych do Kampanii Wodnej: [www.sppah.org.pl/Kampanie\\_WODA\(2,10\).aspx](http://www.sppah.org.pl/Kampanie_WODA(2,10).aspx)



Obóz dla uchodźców wewnętrznych Al-adaala, dystrykt Dayniile, Mogadisu, marzec 2016



Obóz dla uchodźców wewnętrznych, dystrykt Dayniile, Mogadisu, marzec 2016



Załoga Zawiszy Czarnego w komplecie

## OnkoRejs. Pamiętnik Żeglarza

Od kiedy zostałam ambasadorką OnkoRejs – Wybieram życie, mówię wszystkim o tym, jak ważna jest profilaktyka i regularne badania. Chciałam pokazać innym, że to łatwe i nieskomplikowane. Napisałam kilka felietonów. Potem przyszły wyniki... Zaskoczenie – USG tarczycy wykazało już pięć zmian, guzków... Rosną w ciele. Po cichu, bez żadnych oznak. Jeden ma już centymetr. Usłyszałam od lekarza: KONIECZNA BIOPSJA. Siedzę właśnie przed gabinetem... boję się... A jeżeli dowiem się czegoś, co na zawsze zmieni moje życie? Myślę o mojej nowej rodzinie... onkorejsowej. Wspominam rejs życia na Zawiszy Czarnym, z którego właśnie powróciłam. Odmieniona

JOLANTA MROTEK

**W**róciłam do domu. Jestem szczęśliwa, tzn. powinnam być, bo ukochana rodzinka, wytęskniona, wyściskana, własna łazienka, łóżko, ale... O co chodzi? Jakiś niepokój, nostalgia, czegoś jakby brak? Niby super, ale nie do końca. Pomijam momenty, kiedy czuję, jak całe ciało buja się i kiwa na boki. Dziwna sprawa. Stoję, a jakbym czuła uderzenia fal rozbiających się o burtę i unoszących łupinkę statku w miarowym rytmie. Płynę...

Jakaś cząstka mnie już nigdy nie powróci do domu na lądzie. Została tam, gdzieś daleko, pochłonięta przez bezmiar wody po horyzont. Magda mówiła mi, że wszystko się zmieni.

Przez pierwsze dni marzyłam o tym, żeby stać się niewidzialną. Pierwsza doba

– zero snu. Może nikt mnie nie zauważy i pozwól mi spać. Zdejmowałam szelki i z miłością patrzyłam na moją koję, wchodziłam do niej bokiem i tak skulona na boku zasypiałam. Nie zdążyłam przez cały rejs założyć prześcieradła. A co tam, wcisnę się w śpiwór i będzie ok. Mogę leżeć tylko na boku, bo mało miejsca i przekręcenie się na drugi wymaga nie lada ekwilibrystyki.

Boże... Nie zdjęłam rzeczy i chyba nawet się nie umyłam, ale Madzia mówiła, że to nic, że tak mają wszyscy, jeden dzień mnie nie zbawi. „Od tego się nie umiera”, tak mówiła. Chyba miała rację. Na pewno miała. W zasadzie w obecnym stanie i tak mam to gdzieś. Potem przyszła następna podstępna i desperacka myśl: „A może by tak zapłacić albo postawić ja-

kiś rum czy co tam i ktoś się ze mną zamieni na wachętę i pośpię jeszcze tę godzinkę więcej”. Hi hi, chytry plan. Zasypiam.

Wydaje mi się, że ledwo zamknęłam oczy, a ktoś budzi mnie z uśmiechem, mówiąc „dzień dobry”. Wachta kambuzowa krząta się przy śniadaniu. Rozstawiają talerze, nuć pod nosem jakieś szanty. Widać zmęczenie. Ale, o dziwo, uśmiechają się do siebie i do mnie, choć powinni mnie nienawidzić za to, że ja jeszcze spałam, kiedy ich śpiwory dawno wystygły. Ja bym chyba tak zrobiła. Spać...

**Najgorsza jest wachta nawigacyjna od czwartej do ósmej rano.**

Ledwo zamknęłam oczy, zadzwonił budzik: 3.30. Znów wołanie: „Boże!”.

A może zegarek się spieszy? Czy oficer wachtowy mówił o tej godzinie czasu „statkowego”, czy o czasie miejscowym? Jest nadzieja, bo ta różnica jednej godziny to cała wieczność w objęciach Morfeusza. Dostają po głowie. Ktoś schodził, a ściślej mówiąc sturlał się z koi nade mną. Czar przysł. Jednak czas wstawać. Asia z mojej wachty – pełna energii, chodząca ADHD. Poczekam, bo jeszcze i tak wróci kilka razy wspinać się na koje po coś, czego zapomniała. Na dole Lenka – spokojna, opanowana, zawsze zdąży pójść do łazienki, oporządzić się, umyć, włoski z piękną, czerwoną grzywą ogarniętą... Jak ona to robi? Czeka. Ktoś ją ostatnio też podeptał. Znaczy ja?! Sorry!

Ciągle mam wrażenie, że jestem jakaś „zamówiona nicodebrana” – czegokolwiek by to nie znaczyło. No nie, do końca rejsu jakoś się ogarnę. Nie mogę znaleźć żadnych rzeczy, kurcze. Zakładam na siebie polarowe, zimowe spodnie i pod nie getry i termiczną bieliznę. Mało. Zimno... Drugą, polarową koszulkę, golf, polar



Tort urodzinowy

## Noc. Zасыpiam. Jak miło... Ktoś budzi mnie szarpaniem za rękę: „wstawaj, już czas”. O matko. Czy to już następna wachta? Czy oni zwariowali, czy robią to złośliwie...

zapinany na zamek z kapturem, kurtkę „helikonową” od wiatru pożyczoną od syna... Pod spód jeszcze małą kurtteczkę z kaczego puchu, cienką, ale ciepłą (tak mi się wydawało). Na wierzch sztormiak od deszczu. Zapomniałabym o istotnej sprawie: szelki bezpieczeństwa na wierzch! Zginać się już nie mogę, ale to tak jak u wszystkich – „sztywne misie”. Nie można zapomnieć o butach, te najpierw. O matko, toaleta! Przecież to złośliwość losu. Im bardziej wmawiam sobie, że mi się nie chce, tym bardziej mi się chce. To jakiś obłąd! Jak to zdjąć? Magda ostrzegła: tylko nie spodnie na szelkach! Mogłoby to być zabawne, gdyby nie było okrutną zemstą losu za każdą wypitą przy obiedzie szklankę pysznego kompotu.

Wachta nad ranem. Zaczynamy przestępować z nogi na nogę. Kto stoi za sterem jeszcze się skupia, ale „na oku” nie ma szans. Głowa opada co chwila. Wzrok wpatrzony w dal. Rozum podpowiada, jak ważne jest obserwowanie wody i horyzontu. Odpowiedzialność za życie i bezpieczeństwo załogi, ciężące za każdym razem na tych dwóch osobach... Prawe i lewe „oko” – wpatrzeni w dal, tęskniący

za tym, aby ktoś podszedł i zapytał „zmienić cię?”.

Straszny ziąb. Moje rękawiczki nie zdążyły jeszcze wyschnąć od wody z wybieranych cum. Mokre i lodowate. Właśnie w tym momencie, kiedy masz ochotę wyc z zimna, które zawładnęło każdą kostką w twoim ciele... Zbawienny głos! Głos „anioła” pojawiający się nie wiadomo skąd: „może herbatki?”. Za chwilę ktoś przynosi ciasteczka i gorącą kawę w termicznym, trofiejnym kubku. No przecież normalnie to się nie zdarza! I wiem, że zdania nie zaczyna się od „no”, ale teraz to bez znaczenia. To niesamowita rodzina. Mimo popuchniętych nóg i permanentnego zmęczenia, pilnowania czasu brania tabletek i strachu. Odpowiedzialni i kompetentni mimo pozornego zagubienia.

### Choroba morska

Dwa pierwsze dni nie jadłam... Na początku każde wejście do kambuza czy kubyku kojarzyło się z jednoznaczną reakcją organizmu. Paskudna przypadłość... Mdli i mdli. Poutykane w zakamarkach koi foliowe worki nie działają na psychikę ni cholery. Muszę wybiec na pokład. Na-

tychmiast. Co mnie podkuśiło, że kupiłam sobie gumowce z zamkiem, totalnie niepraktyczne. Powinny na mnie czekać przed koją takie lane, w całości. Myk, wciśkam tylko nogi i z głowy... A tu zamki! Idiotka. Przecież tego nie da się zapiąć, bo musiałabym się schylić, a to nie wróży nic dobrego... Mam nauczkę na przyszłość. Słyszę, że ktoś nie wytrzymał i dopadły go mdłości w kubyku, biedak. Ja miałam jeszcze nadzieję, że zdąży. On ją właśnie porzucił. Pędzę po stromych schodkach na pokład. Na powietrze. Złapać świeży oddech i dobiec do burty. Oddychać... Noc, paskudnie zimno i wieje niemiłosiernie. Zimno przenikliwe i doskwierające. Nie zdążyłam się całkowicie ubrać. Cienka koszulka, ziąb, zapomniałam o szelkach... A wcale nie! Nie zapomniałam, wszystko mi jedno, będę się trzymać lifelinek, trudno. Powietrze, ciemność. Księżyc oświetla rządki podkulonych osób, zgiętych w pół, cierpiących jak ja. „Czy mam o tym potem opowiadać, czy wyprzeć się?” – przemknęło mi przez myśl. Kretynka. Kogo to obchodzi. Moją twarz omiatają fale... Toń. Nie boję się, choć zawsze bałam się wody. Pływam tylko do tego miejsca, gdzie czuję grunt pod nogami. Później się topię. Jak kamień w wodę.

### Onkologiczne laski powinny to wiedzieć najlepiej

Granat i czern. Głębia i rządki osób. Potargane włosy, zrzucone kaptury. Widać, że choroba dopadła zniemacka. Uff, poczułam ulgę. Może mi się już teraz poprawi? Mój wzrok spotyka się z nieprzytomnym wzrokiem sąsiadki, tej z lewej. Ta z prawej chyba długo nie podniesie głowy znad burty. Czy one do tego nie przywykły? Każdy myśli, że to dla nich norma. Mdłości... Onkologiczne laski powinny to wiedzieć najlepiej. Ale jak tu do tego przywyknąć? Nie da się. Okropne uczucie.

Ziąb przeszywa. Nagle słyszę kobiecy głos: „Może ci przynieść kisielek albo miętę?”. Przesłyszało mi się czy jak? O matko, mam nawet wybór! Anioł nie kobieta. Gdybym była facetem, nie zastanawiałbym się ani minuty. Oświadczyłyby murowane. Za chwilę inna osoba podsuwa mi chusteczki, niemal wyciera twarz. Co za niesamowici ludzie. Czytałam ich historie, to niemożliwe, żeby byli chorzy. Tyle energii, zapału, niezamordowani i ciągle uśmiechnięci. A może ktoś mnie wkręca z tą ich chorobą?

### Rejony. Sprzątamy

Mnie przypadło odkurzanie. Super sprawa, szczotka nie bardzo chwyta, trzeba będzie samą rurą, na kolanach. Najgorsze są strome schody ze stopniami tak wąskimi, że stopę trzeba stawiać bokiem. ➔

➔ Bosman grzecznie pomaga przenieść ciężki, chyba przemysłowy odkurzacz. Jacy wszyscy mili, uśmiechnięci, przyjemnie pracować. Z rozpędu chciałam „oblecieć” wszystko, ale usłyszałam, że mój rejon jest tylko do progu kabiny nawigacyjnej, dalej mi nie wolno. No nic, chciałam dobrze. Wszyscy uwijają się jak mrówki. Najgorszą robotę mają ci od toalet, nie zadroszczę. Stosy zużytego papieru toaletowego, który z oczywistych przyczyn nie może trafić do muszli, tylko do kosza. Innym razem ze szmatą i wyliczoną pastą szoruję bulaje Zaskoczona jestem, że potrafią tak się błyszczeć. Trzeba się jednak natrudzić, bo czarny nalot łatwo nie schodzi. Warto jednak powalczyć, satysfakcja ogromna. Pozazdrościłam trochę drugiej wachcie, bo im w udziale przypadło odnowienie dzwonu, a to dużo większe wyzwanie. Bosman przegląda się w wyglansowanych mosiądżach i z zadowoleniem przyjmuje wykonaną robotę. Zasłużyliśmy na krótki sen. To znaczy ci, którzy nie mają wachty kambuzowej. O kurczę, to my! Pod czujnym okiem pani Ewy, która karmi nas, jakbyśmy byli na czasach all inclusive.

No tak... Dziś mamy wachtę kambuzową. Wstydzę się, ale zmuszona, delikatnie mówiąc, przez szefową Madzię, która niestety wstydziła się jeszcze bardziej ode mnie, zaglądam do mesy. Siedzą wszyscy. Pani kapitan uśmiecha się. Usłużnie pytam „co jeszcze podać?”. Usłyszałam „kebab i lody waniliowe z polewa czekoladową”. Ale śmieszne. Nie sprostam, niestety. Nadrobię sprzątaniam, mam nadzieję.

### Kolejny dzień. Kłajpeda...

Spotkania, kawka, sękacz, rozmowy. Zwiedzanie Ośrodka Pomocy Osobom Ze Schorzeniami Onkologicznymi. Franciszkanie – cudowni, pozytywni ludzie. Wymiana doświadczeń, znów rozmowy...

Zaśpiewaliśmy nasz onkorejsowy hymn. W przepięknym kościele niósł się echem i rozbrzmiewał głosami wielu uduchowionych osób, wierzących i niewierzących, zjednoczonych w walce z chorobą i słabościami. W walce o siebie, swoje szczęście i życie. Powrót. Jak można zabłądzić w porcie przeladunkowym i przejść obok własnego statku, nie zauważając go i... przejść tak 17 kilometrów! Mało tego, przejść tak pewnym krokiem obok, że wachta trapowa nie zwróciła na to uwagi. A my zamiast w prawo, patrzyliśmy na nabrzeże, niestety w lewo! Ładny spacerek. Wszystko byłoby super, gdyby nie to, że ciemna noc, a nikt nas nie zapytał, nie zatrzymał. Biegliśmy, trzymając się za ręce i wznosząc wszelkie dostępne modły o ocalenie. Nad nami potężne łyżki przerzucały towary z wagonów

na statek i na odwrót. Nad głowami przepływały nam potężne kontenery i ładunki. Panowie w maskach na twarzy rozrzucaли saletrę i inne chemikalia, patrząc na naszą trójkę (ja, Madzia i Asia) obojętnie i beznamytnie, jakby takich gości przyjmowali codziennie, tzn. conocnie. Jeden, zapytany, mówił „czesnoje słowo, zawisze ja uwidziel zdzies” i pokazywał prawo. Drugi zupełnie na odwrót, zarzekając się, że tam był i jest o tym przekonany. Od tej pory „Czesnoje słowo” ma dla nas enigmatyczne zgoła znaczenie. Skorzystaliśmy nawet z przypadkowej podwózki. Niestety, nie do końca to było mądre. Nasza desperacja osiągnęła widocznie maksimum. Trafiliśmy w końcu, niemal całując trap jachtu z nieskrywaną radością. Sine od wzajemnego ściskania dłoni palce długo będą nam przypominać szaloną eskapadę.

### Nareszcie stawiamy żagle!

To coś niewyobrażalnie pięknego, co wzmacnia i napawa takim optymizmem, że nie jesteśmy w stanie nazwać tego słowami. Pierwszy raz okropny chaos, każdy próbuje sobie przypomnieć to, czego się uczył z PDF-ów i podręczników. Szkolenie odbyte, ale jak to było? „Wzrok tęskniący za rozumem” i „przerwa w obwodzie” to najczęstsze skojarzenia. Czy my coś w ogóle pamiętamy? Komendy „wybieraj” i „luzuj”, kurczę, jak to było? Myśl, przecież to umiałaś!

Drugi raz każdy ustawia się (o dziwo) już na swoim wyznaczonym miejscu. Uważamy, aby nie włożyć nogi w stosy pętli z lin, które za chwilę zaknagujemy i zbuchtujemy. Wyczuwa się napięcie, ale nikt nic nie mówi i nie narzeka. Jeden organizm, odruch bezwarunkowy, niczym psy Pawłowa. Wypracowany, ale nie sztuczny. Żagle idą w górę i wyczuwa się tę niemal namacalną patetyczność i podniosłość chwili. Każdy patrzy z zapartym tchem na łopoczące skrzydła, niosące nas ku bezkresnym łądom. Taki banał, że prawie mdli, ale wszyscy zastygają, kontemplując tę chwilę. Port. Alarm manewrowy. Cumy i szpringi, rzutki... Pokochaliśmy to, choć to chyba najbardziej wyczerpująca robotą z możliwych na Zawiasie. Kiedy przy wypłynięciu wybierałyśmy cumy we trzy babeczki, stało się to dla nas takie symboliczne. Potem za każdym razem ktoś dochodził, pomagał, ciągnął i luzował. Nikt nie prosił, nie krzyczał, nie zachęcał. Każdy wiedział, co ma robić. Jeden niesamowity organizm! Niezmordowany, dzielny, wytrwały, romantyczny, ale nigdy nie słaby!

### 17.05 – moje urodziny

Pamiętam, bo miałam wachtę trapową od dwunastej w nocy z Magdą. Ko-

chany Piotruś, zamienił się z nią. Przejął późniejszą godzinę. Potem dopiero dowiedziałam się, że ten dzień był cały ukartowany! Znalazłam obok steru butelczkę piwa od Madzi, z pięknym „szampanowym” korkiem, którą „rozpieczętowałyśmy” urodzinowo i ostentacyjnie zaraz po służbie, tzn. po wachcie. Dzień był niesamowity. Kochana wachta kambuzowa. Piękne kelnerki z lśniącobiałymi kokardkami na głowie i kelner z białą przewieszką na ramieniu serwowali dania w kubryku. No dobra, trochę przesadziłam, bo chusteczki do nosa były po prostu białe, ale dla mnie lśniły w słońcu niczym śnieg na stoku. Urodzinowo. Białe gumowane obrusy. Wszyscy śpiewali „sto lat”. Tort ze świeczką, zrobiony z ciastek z nutellą i gumisiowych żelek, życzenia, uściski... Popłakałam się. Moi kochani! Zanim jednak wysłuchałam życzeń do końca, wybiegłam na powietrze, walcząc z nadchodzącą kolejną falą mdłości. Kurczę, nie teraz! Oddychaj! Dobra, opanowane. Na razie... Znów ktoś przyniósł kisielek. Niezawodni! Kochani, czytają w myślach, czy jak?

Pozostały prezenty. Czapka z napisem „Zawisza Czarny”, którą sprezentował mi zastępca kapitana, Mario. Piękna i praktyczna. Nie ściągałam jej już z głowy. Z sentymentu i z powodu miękkiego polarka grzejącego głowę na wachcie w chłodne noce.

Kolczyki bosmanki od załogi stałej. Ścisłej mówiąc od szefa zwanego pieszczołliwie „Muchą”. Od razu je założyłam. Niebieski i czerwony, super! Dostałam dyspensę, bo regulamin słusznie zakazuje noszenia „dyndających ozdób”, a ściślej chyba wszelkich błyskotek. Niestety. Mam jednak urodziny, mogę się nimi nacieszyć, nikt mi nic nie powie.

Dzisiaj pozwolono mi skorzystać z prysznicza w części załogi stałej! Hurraa! Mogę to zrobić dopiero po nocnej wachcie, bo nie chcę nikomu podpaść. Sen mój zatem skróci się o jakąś godzinę, ale perspektywa umycia wreszcie włosów pod ciągłym i nie zanikającym co pięć sekund strumieniem wody była tak kusząca, że pał licha, odeśpię na wachcie. Żart oczywiście!

### Czasem warto zarwać noc

Noc. Zасыpiam. Jak miło... Ktoś budzi mnie szarpaniem za rękę: „wstawaj, już czas”. O matko. Czy to już następna wachta? Czy oni zwariowali, czy robią to złośliwie... A może czas przelatuje mi przez palce? Nie zapalam światła. Siniaki na nogach wkalkulowane od ciągłego objania się o ciężkie żelazne taborety. Ubieram się, wypowiadając pod nosem niecenzuralne słowa. Znów te głupie gumowce. Mam to gdzieś. Zakładam coś innego. Chyba wymacam... Dlaczego taka cisza? Nikt



Autorka podczas wspinaczki na Bocianie Gniazdo na Zawiszy Czarnym

## Stanąc na szczycie masztu i spojrzeć z góry na bezkresne morze. Pokonać słabości i lęki

nie wstaje? Idę na górę, znów międląc w ustach wiązankę. Cisza. Kątem oka widzę Asię, a raczej poznaję po specyficznych, megaenergetycznych ruchach. Niemal przebiega obok mnie. Skąd ona ma tyle poweru? Jestem zła. Niewyspanie daje w kość. O co chodzi? Pochodziłam po pokładzie. Ścisłej:poszwędałam się, powłóczęcąc nogami. Wachta druga stała na posterunku, patrząc na mnie z niedowierzaniem. Nie potrzebują jeszcze zmiany. Pewnie marzą o tym, żeby pójść spać, ale nikt się nie przyzna, twardej. Chrzanię. Idę spać, koja wzywa. Nie, koja wrzeszczy i błaga „wróc do mnie”. Uległam. Spać.

Rano przy śniadaniu okazało się, że to Benek pomylił się w nocy i obudził mnie zamiast Asi z mojej wachty. Koniecznie chciała oglądać księżyc... Niestety były chmury i nie uświadczyli nocnych widoczków! Zemsta za moje niewyspanie. Następnej nocy sama doświadczyłam tej cudownej, upragnionej wizji i zrozumiałam, dlaczego czasem warto zarwać noc Gwiazdy i księżyc były bajkowe i niesamowite. Kiczowate do bólu... Żałowałam wręcz, że poprzedniej nocy chmury były bardziej złośliwe ode mnie.

### Nie wymiękam. To moja wachta

Dzisiejsza wachta była dosyć, jakby to powiedzieć... szczególna. Środek nocy. Zastępca kapitana, Mario, zgodził się zastąpić Madzię. Słaniała się już na nogach. Na następny dzień w chwale i błyskach fleszy mieliśmy zawinąć do macierzystego portu, poszła więc spać. Śmiałyśmy się, że musi podreperować swoją urodę, nadzarpniętą przez morską bryzę. Ja zosta-

łam. Na początku wachty zaczęły się małe problemy. Usłyszeliśmy skargi od „pensionariuszy” Zawiszy dotyczące tzw. dyskomfortu w toaletach! Znaczy się, żeby było jasne, przyklejono karteczki „nie siusiać i takie tam” i tyle. No i się zaczęło... Zatkana toaleta doskwiera wszystkim, bo to niestety jeden obieg i nie da się skorzystać z innej. Jak na złość wszyscy się czegoś chyba opili, łącznie ze mną. Łańcuszek oczekujących robił się coraz dłuższy. Nie było wyjścia. Mari spojrzął na mnie z przekąsem i powiedział: „No, gwiazda, wchodzisz ze mną czy zostajesz? Bo to niestety g...niana robota” Jasne, że wchodzę. Nie wymiękam. To moja wachta. Weszliśmy do sekretnego pomieszczenia, wstrzymując oddech. Czerwona lampka już od progu sygnalizowała problem. Wzrost ciśnienia czy coś tam. Nie wiem, ale po minie Mario wiedziałam, że dobrze nie jest. No cóż, czekała nas ręczna robota. Za pomocą kombinerek i śrubokręta uporaliśmy się z „zatołem”. Tzn. Mario się uporał, a ja mu dzielnie asystowałam. Śmieję się, że uratowaliśmy statek! Kolejne doświadczenie. Byłam z siebie dumna. Osobiście pozrywałam karteczki z drzwi toalet i ostentacyjnie wepchnęłam się do jednej z nich bez kolejki. Zaszłyżka!

### Bocianie gniazdo!

Dokonałam tego. Czy ktoś to może widział? Co, jeśli mi się to wydawało albo przyśniło? Zamontowali mi na głowie kamerkę. Mam nadzieję, że się nie zacięła. Tak bardzo tego pragnęłam... Stanąc na szczycie masztu i spojrzeć z góry na bezkresne morze. Pokonać słabości i lęki. Ba-

łam się bardzo, ale nie mogłam się poddać. Pomyślałam o tych wszystkich wspinających ludziach, którzy zostali na dole, na pokładzie. Kibicowali mi. Wpatrzeni w mały punkcik, którym byłam. Tomek też wszedł, i Piotrek, i Asia. Nie wpinałam się asekuracyjnie, tylko na początku i na samym końcu. Łatwiej, nie trzeba się przepinać z liny na linę. W górę, na szczyt. Linki uykają pod nóg. Luźne, nie jest łatwo. Nie patrz w dół, ostrzegali. Spojrzałam, super! Na pewno nie mam lęku przestrzeni. Jakoś równoważy to moją morską przypadłość, mam nadzieję. Powiem więcej, jest to bardzo ekscytujące! Dalej w górę, wreszcie szczyt. Widok zapiera dech w piersiach. Stoisz na jednym małym szczebelku, jakbyś po prostu wisiał w powietrzu. Szczęście w oczach i strach zarazem, trzęsące się nogi i zakwasy. Zwycięstwo! Moje małe zwycięstwo! Słyszysz brawa rozlegające się na dole. Pewnie są ze mnie dumni. Ja też, nie ukrywam. W środku czuję radość nie do opisania, ale patrzę w dół. Jak to się ma do ich codziennych zwycięstw, dużych wojen i małych bitew z rakiem i chorobami, oczekiwaniem na kolejną biopsję, badanie czy wizytę kontrolną... Na zawiadomienie o „być albo nie być”. Na wyrok, który nie jest akceptowalny. Na wyrok, który nie jest wyrokiem, a bezustanną walką o życie, godność, szczęście... Czym się różni człowiek chory od zdrowego? Tym, że bardziej kocha życie? Tym, że każda minuta może być ostatnią i że czerpie z niej garściami całe sześćdziesiąt, a nie tak jak my, zdrowi, dziesięć albo dwadzieścia sekund. Reszta przelatuje nam przez palce. Przecieka po prostu, bez sensu. Bezmyślna strata czasu, strata życia, które mamy tylko jedno.

Bałam się tego rejsu. Byłam przygotowana na długie rozmowy o bólu, chorobie, walce i ogromnym cierpieniu, ale nikt się nie skarżył. Nikt nie wspominał o tym słowem ani razu. Kogo ja chciałam pocieszać?

### Uśmiech i pozytywne myślenie

Ciągle powtarzane jak mantra „Rak to nie wyrok... To choroba przewlekła...”. Ale cała ta moja nowa rodzina, tu, na Zawiszy, to jeden niesamowity, zdrowy organizm, który wspiera się, walczy, marzy, realizuje swoje cele, nie poddaje się, żyje pełnią życia, nie zrzedzi, nie narzeka... Ma chwile słabości, ale zaraz potem znów marzy i walczy! Jak dobrze, że ich mam... Nie będę już narzekać na kolejki w urzędach czy wczorajsze pieczywo. Żyję pełnią życia i cokolwiek mnie spotka, sztorm czy flauta, będę walczyć i nie poddam się. Howk! I jeszcze jedno, znów pójde się zbadać. Za jakiś czas. I Wam też to radzę! ■

# Kobiety z gracją

W mitologii greckiej Gracje były boginiami wdzięku i radości, uosobieniem klasy i powabu. Te cechy wciąż są u kobiet cenione i pożądane. Przykładem mogą być wyjątkowe kobiety sceny, ekranu i życia publicznego – kobiety z gracją.

**N**agroda „Gracja” przyznawana przez Klub Integracji Europejskiej to wyróżnienie znanych postaci życia publicznego za ich ponadczasową elegancję, wycucie stylu i niezwykle urok. Podczas zorganizowanej z tej okazji V Gali Akademii Dobrego Stylu 29 kwietnia w sali balowej Warszawskiego Domu Technika wręczono statuetki „Gracja” Katarzynie Frank-Niemczyckiej, Teresie Rosati i Annie Popek.

**Oto, czym dla wyróżnionych pań jest gracja:**

**Anna Popek:**

Gracja to ten szczególny aspekt urody kobiety mieszczący się pomiędzy powierzchownością a charakterem, coś co pozwala każdej z nas lśnić i zachwycać otoczenie. To staranność z jaką traktujemy swoje ciało, ubiór a przede wszystkim innych. To jak rozmawiamy oraz czy i jak potrafimy słuchać, ale też jak siadamy, poruszamy się.



Fot. Krzysztof Rogoński/BlogStar

Fot. Archiwum Katarzyny Frank-Niemczyckiej

### Katarzyna Frank-Niemczycka:

Dla mnie gracia jest połączeniem błyskotliwości umysłu i wrażliwości serca. To obraz człowieka, który wiele wie i jeszcze więcej rozumie, jest przyjazny wobec innych i ciekaw świata. Lubi mówić rzeczy, których inni z zaciekawieniem słuchają, ale też potrafi być świetnym słuchaczem. Znakiem firmowym osoby z gracją jest uśmiech i chęć pomocy innym. Wokół nas wszystko się zmienia, podstawowe pojęcia także podlegają ewolucji. Dawniej gracia kojarzyła się z baśniową lekkością ruchu i zachowania. Dzisiaj jest to otwartość, dobra energia i wyrozumiałość wobec innych w tym przeobrażeniu samotnym świecie.



### Teresa Rosati:

Gracja to styl, wdzięk i kobiecość. To umiejętność doboru stroju odpowiednio do okoliczności, ale w indywidualnej interpretacji. Gracja jest wyrażaniem własnego charakteru i bycia sobą. To naturalność i charyzma, którą przecież mamy wszystkie.



Fot. Marlena Bielińska MOVE for Viva Magazine

# Buty dla dżentelmena

– rozmowa  
z Andrew Loake'em



**Mężczyzna w dobrych butach i relatywnie słabszej jakości garniturze zawsze będzie wyglądał lepiej niż w wariacie odwrotnym – mówi Andrew Loake, właściciel istniejącej od 130 lat, znanej na całym świecie brytyjskiej firmy obuwniczej. Jego buty noszą celebryci, jak Jude Law, Kevin Spacey czy Daniel Radcliffe. Miał je też na nogach Daniel Craig grając Jamesa Bonda. W 2007 marka Loake otrzymała zaszczytny status królewskiego dostawcy (Appointment to HM The Queen).**

ROZMAWIA IZABELLA JARSKA

**Co to znaczy „dobry but”? Jaki on powinien być?**

– Dobry but to but wygodny, dobrze dopasowany do stopy i zrobiony z naturalnego materiału, który jest zdrowszy dla ludzkiej skóry niż syntetyk. Powinien być również sztyty, a nie klejony, bo wtedy jest bardziej odporny na wilgoć, a co za tym idzie także dłużej służy. Buty sztyte można rekonstruować, wymieniając zużytą podszewę na nową, podobnie jak wymieniamy opony w samochodzie. No i na koniec – dobre buty powinny być zrobione w Anglii.

**A jakim elementem męskiego stroju i wizerunku jest pana zdaniem but? Jego dopełnieniem? A może podstawą? Swoistą wizytówką?**

– Buty są bardzo ważnym elementem stroju. Mężczyzna w dobrych butach i relatywnie słabszej jakości garniturze zawsze będzie wyglądał lepiej niż w wariacie odwrotnym. W Anglii mówi się,

że buty są drugą rzeczą, na którą kobiety zwracają uwagę, patrząc na mężczyznę (pierwszą jest twarz). Po tym, jakie ktoś wybiera i nosi buty – jakiej są one jakości i jak o nie dba – widać jego osobowość.

Zarządza pan swoją firmą jako jej sukcesor, marka Loake od 130 lat – czyli od chwili powstania – jest bowiem przedsiębiorstwem rodzinnym. Jednak podobno to muzyka jest pana pasją. Czy nigdy nie żałował pan, że to nie ta pasja stała się pana zawodem, tylko szewstwo?

Nie, nigdy tego nie żałowałem. Bo prowadzenie rodzinnego biznesu jest moją pracą, a jednocześnie w muzyce mam najlepsze możliwe hobby. Gdyby natomiast sytuacja był odwrotna i byłbym profesjonalnym muzykiem, to trudno sobie wyobrazić, żeby moim hobby było szewstwo. Nie mówiąc o tym, że jako zawodowy muzyk zapewne byłbym mniej zaradkowy, a może nawet biedny.

**Ile pan miał lat, kiedy zaczął się wdrażać w rodzinny biznes?**

– Miałem wtedy dziewiętnaście lat. **Wcześniej... Ma pan już swojego następcę? A jeśli tak, to czy zachowana będzie ciągłość marki jako rodzinnej firmy?**

– Jestem czwartą generacją Loake'ów, a mój następcą już wdraża się w tajniki firmy. Jest to oczywiście członek naszej rodziny, chociaż nie nosi nazwiska Loake. Ale było to nazwisko panińskie jego mamy. **Jest to pana pierwsza wizyta w Polsce, co pan myśli o gościu Polaków w kwestii butów?**

– Jestem w Polsce dopiero od kilkunastu godzin, trudno mi zatem na razie cokolwiek wyrokować. Ale to ciekawe pytanie i postaram się temu lepiej przyjrzeć podczas mojego pobytu.

**Produkujecie głównie męskie buty formalne, w ofercie są zaledwie trzy modele damskie. Wydaje się, że panie mogą się czuć nieco zaniedbane przez markę... Czy**



## planujecie zwiększenie oferty o inne modele butów dla kobiet?

– Kolejne dobre pytanie. Jeśli chodzi o damską kolekcję, to zainteresowanie takimi butami naszej marki pojawia się tylko w niektórych regionach Europy, na przykład w Skandynawii. Jednak tym, co jest ważne przy tworzeniu marki – zwłaszcza takiej z wieloletnimi tradycjami, jak nasza – to aby miała ona swoją osobowość i jasny przekaz, niezmienny przez lata. W wypadku butów Loake jest on taki, że stworzymy męskie buty formalne i półformalne. Gdybyśmy teraz zaczęli produkować więcej modeli butów damskich, to ów przekaz zostałby nieco zaburzony. Niemniej liczy się także popyt, więc jeśli nagle pojawi się ogromne zapotrzebowanie na damskie obuwie naszej marki, to nie odrzucam takiej możliwości, że zaczniemy je szyc na większą niż dotychczas skalę. Chociaż zapewne nie byłyby to szpilki – to zostawmy Włochom. Raczej mówimy tu o sztybletach i butach wzorowanych na naszych męskich modelach.



Buty Loake model Buckingham

Fot. Filip Michalowicz (3)

## Tym, co jest ważne przy tworzeniu marki – zwłaszcza takiej z wieloletnimi tradycjami, jak nasza – to aby miała ona swoją osobowość i jasny przekaz, niezmienny przez lata



Przekrój buta Loake szyciego metodą ramową

### Buty Loake często noszą celebryci. Czy zdarza się, że produkujecie dla nich na zamówienie jakieś specjalne modele?

– Nie, wprost przeciwnie. Nie szycemy specjalnych modeli dla celebrytów ani nawet nie dajemy im w prezencie naszych butów. Taką mamy zasadę. O tym, że ktoś znany nosi buty naszej

marki, dowiadujemy się zazwyczaj z przekazów prasowych. Czasami jedynie wykorzystujemy zdjęcia celebrytów w obuwie Loake. Oczywiście za ich uprzednią zgodą.

### A co z brytyjską rodziną królewską? Macie państwo jakieś szczególne zamówienia z dworu królowej?

– W temacie rodziny królewskiej obowiązuje mnie tajemnica. Jedyne, co mogę powiedzieć, to to, że buty naszej marki noszą członkowie królewskiego dworu. Jednak szczegółów współpracy zdradzić nie mogę.

### A jeśli chodzi o przeciętego nabywcę – który z modeli waszych butów jest najpopularniejszy i najczęściej kupowany?

– Najpopularniejsze są buty typu Oxford, z przszyciem na nosku. Bardzo często kupują je na przykład biznesmeni w londyńskim City.

### Czy wasze buty cieszą się popularnością także u młodych, dwudziestoparoletnich ludzi?

– Staramy się rozwijać w tym kierunku, tworząc modele także dla młodych osób. I o ile buty typu Oxford cieszą się popularnością wśród biznesmanów, to drugim najczęściej sprzedawanym modelem są Broguesy. I te ostatnie podobają się właśnie młodym ludziom.

### Który model jest pana zdaniem najbardziej uniwersalny? Taki, który by można było polecić komuś, kto chciałby kupić jedną parę najbardziej stosowną na różne okazje? Co pan by polecił?

– Poleciłbym Broguesy w kolorze średniego brązu. Jest to model buta, który poprzez swój fason oraz barwę – ponieważ nie jest ani za jasna, ani za ciemna – pasuje na prawie każdą okazję. I do garnituru, i do jeansów.

### Na koniec – czy zawsze zwraca pan uwagę na buty, jakie noszą ludzie, z którymi pan się styka? Ma pan taki rodzaj skrzywienia zawodowego?

– Zdecydowanie tak. I, niestety, nie da się temu zaradzić. ■

# Szycie i projektowanie mam we krwi

– rozmowa z Żanną Moryson

**Pewnego dnia jest wena twórcza, taka moc, która pozwala tworzyć. W głowie aż się roi od pomysłów, trzeba tylko zdążyć przełożyć to na papier... I ten właśnie moment lubię najbardziej – mówi Żanna Moryson, projektantka i właścicielka sieci Salonów Sukien Ślubnych: Kreacja Żannet.**

ROZMAWIA IZABELLA JARSKA

**Zajmuje się pani projektowaniem i szyciem sukien wizytowych oraz ślubnych – czy jest to realizacja marzeń jeszcze z dzieciństwa, czy pasja do mody i krawiectwa pojawiła się później?**

– Miłość do krawiectwa zawdzięczać mojemu tacie. To właśnie on pokazał mi, jak postawić pierwsze kroki w krojeniu i szyciu. Pierwszym, wtedy naszym wspólnym, dziełem był fartuszek dla mamy na 8 marca. Miałam wtedy jedenaście lat i byłam tym ogromnie podekscytowana. A potem tata był surowym sędzią w ocenie moich prac krawieckich. Wymagał, aby wszystko było perfekcyjne co do milimetra. Pamiętam, jak za każdym razem, kiedy pokazywałam mu jakąś uszytą przez siebie rzecz, spoglądał przenikliwie, robił pauzę, a potem była jego ocena. Zawsze bardzo ważna dla mnie, ponieważ dzięki temu nauczyłam się dążyć do perfekcji, zauważać szczegóły. Kiedy dorastałam, w sklepach trudno było kupić ładne rzeczy. Nawet z tkaninami był problem. Na szczęście moja ukochana ciocia zaopatrywała mnie w cudowne, kolorowe materiały, a i mama nie szczędziła na nie pieniędzy. I nawet jeśli coś mi nie wyszło, zawsze mnie wspierała i kupowała następne kwieciste bawełny. Na początku szylam sobie i siostrze, potem także mamie. Zawsze miałam coś nowego i niezwykłego na sobie. Bardzo lubiłam się wyróżniać. Na studiach szylam dla koleżanek i ich znajomych. Pamiętam swoje urodziny, kiedy zaprosiłam moje przyjaciółki do restauracji. Każda z nich, nie umawiając się, przyszła w tym, co ja jej uszyłam! Ogromnie mnie to zaskoczyło. Potem powiedziały mi, że założyły swoje najpiękniejsze sukienki. Przez wiele lat projektowanie i szycie było jedynie moim hobby, ponieważ ukończyłam studia na zupełnie innym kierunku – chemii i biologii.

Tata zawsze się śmiał, że szycie mam we krwi i z tym trzeba się urodzić. A kie-

dy trafiłam do Polski, podążając za głosem serca, nie znałam języka, aby podjąć pracę w wyuczonym zawodzie, więc rozpoczęłam działalność gospodarczą.

**Firma Kreacja Żannet istnieje na rynku od 23 lat. Jak pani wspomina jej początki? Były trudne czy raczej łatwe?**

– Trudne, ale bardzo emocjonujące. To był początek lat dziewięćdziesiątych. Nie było telefonów komórkowych, Internetu, Facebooka. Nie było szybkiego przepływu informacji, takiego jak dziś. Niełatwo było znaleźć producenta sukien ślubnych, hurtownię tkanin i dodatków. Często decydował przypadek. Ale wielka determinacja, którą miałam w sobie, pozwoliła mi na zrealizowanie mojego planu. Najpierw była wypożyczalnia sukien ślubnych i strojów wieczorowych w Świebodzinie. Wieczorami szylam, a w dzień projektowałam i obsługiwałam klientów. Potem otworzyłam następny salon w Zielonej Górze. Każdego dnia zdobywałam więcej i więcej zadowolonych klientek. Dziś Kreacja Żannet to siedem salonów firmowych i gros salonów partnerskich. Nie tylko w Polsce, ale i za granicą: w Niemczech, we Włoszech, w Wielkiej Brytanii i w Rosji. Tak właśnie marka firmy została zbudowana. Dzięki usilnym staraniom i dążeniu do najwyższej jakości. Każda rzecz, jaką szyjemy, jest dokładnie przemyślana i zaprojektowana z myślą o najbardziej wymagających klientkach. **Sprzedajecie państwo zarówno gotowe modele sukien, jak i szyte na miarę. Skąd czerpie pani inspirację do tych pierwszych? Czy wynika ona ze śledzenia bieżących trendów?**

– Tak jak u każdego artysty, pewnego dnia jest wena twórcza, taka moc, która pozwala tworzyć. W głowie aż się roi od pomysłów, trzeba tylko zdążyć przełożyć to na papier... I ten właśnie moment lubię najbardziej. Mogę godzinami nie wychodzić z pracowni. Przykładam i przypinam materiały na manekinie, czasem tka-

nina sama poddaje pomysł. Uwielbiam podróżować, poznawać nowych ludzi i doznawać świata, żyć z apetytem. Zawsze mam wtedy przy sobie notesik, w którym robię szkice, a potem przekładałam to na swoje projekty.

Podróże nie tylko kształcą, ale i wzbogacają wyobraźnię. To, co widzisz i czujesz, można przekształcić w małe dzieło sztuki, czym staje się potem kreacja. Odwiedzam również targi i wystawy branżowe, na których można zobaczyć dzieła znanych projektantów i światowych marek. Można zauważyć kierunek, w którym zmierza moda i zrobić coś swojego. Obecność na takich wystawach i pokazach zawsze jest bardzo inspirująca. Co roku spod mojej ręki wychodzi nowa kolekcja sukien ślubnych oraz krótkie serie sukien wieczorowych, które prezentujemy w mediach i na pokazach.

**Czy Polki mają jakiś sprecyzowany gust, jeśli chodzi o suknie ślubne? Czy da się tu zauważyć jakąś prawidłowość, jak np. to, że lubią suknie szczególnie strojne albo wręcz przeciwnie?**

– Co roku trendy ślubne zmieniają się i obierają nowy kierunek, ale do Polskiej moda ślubna przychodzi z około dwuletnim opóźnieniem. Dopiero potem zaczynają być poszukiwane modele, które były znane wcześniej. Pod względem gustów Polki dzielą się na trzy kategorie. Niektóre lubią suknie bardzo bogate, tradycyjne, osypane błyszczącymi kamieniami, udekorowane koronkami i kwiatami, przypominające kreację księżniczki z bajki. Inne cenią prostotę kroju, minimalizm oraz wygodę. I tylko nieznaczna część klientek poszukuje modeli niekonwencjonalnych, wyjątkowych, wyjątkowych. Większość takich kobiet decyduje się na szycie wymarzonej sukni. Uwielbiam tworzyć podobne kreacje, wtedy można uruchomić nieograniczoną niczym wyobraźnię. To tak, jak przy poszukiwaniu nowych doznań i wrażeń.



Projektantka i jej dzieło

### Czy zdarzyło się pani realizować zamówienie na suknię, które panią zaskoczyło, jeśli chodzi o oczekiwania klientki?

– Tak, zdarzyła się taka sytuacja. Pewnego dnia klientka przyniosła własny projekt do realizacji. Był bardzo nietypowy, wręcz kiczowaty. Była to wielka suknia ślubna, na której było dosłownie wszystko. Wymieszane style i tkaniny, falbany, upięcia, kwiaty, kokardy, koronki, kamienie... Do tego odcienie złota, srebra i pomarańczy. Ale to było jej marzenie. Śniła o takiej sukni od dzieciństwa, a kiedy przyszedł czas, postanowiła zrealizować

swoją fantazję. Efekt końcowy przeszedł jej oczekiwania i był oszałamiający. No cóż... Suknię ledwie wpakowaliśmy w pokrowiec, jej gabaryty też były niezwykłe. Miałam w swojej karierze jeszcze jedno niezwykle zamówienie – sutannę dla księdza. Zgodziłam się ją uszyć, choć było to nie lada wyzwanie. Nie będę opowiadać szczegółów, niech to pozostanie tajemnicą. Ale zrobiłam to tylko raz... Przez te wszystkie lata przeżyłam dużo ciekawych historii z moimi klientkami, jest o czym opowiadać, można napisać książkę. Może kiedyś to zrobię.

### Czy zdarzył się państwu projekt szczególnie trudny do realizacji, a jeśli tak, to na czym ta trudność polegała?

– Tak, był taki projekt, który na zawsze zostanie w mojej pamięci. Klientka przyniosła zdjęcie sukni barokowej. Chciała mieć taką kreację na własny ślub. Ponieważ lubię wyzwania, podjęłam się spełnienia jej marzenia. To było niezapomniane przeżycie. Suknia wymagała zrobienia nowych szablonów, sprowadzenia odpowiednich tkanin i dodatków, ponieważ kreacje z tamtej epoki bardzo różniły się swoją formą i krojem od współczesnych. Ale kiedy została uszyta, a klientka stanęła przed lustrem, zachwyt opanovał wszystkich. Jej rozpromieniona twarz i łzy radości w oczach mówiły same za siebie. To są chwile, dla których warto tworzyć.

### Jakie z zawodowych marzeń już udało się pani zrealizować, a jakie jeszcze czekają na spełnienie?

– Marzyłam, aby projektować i szyć najpiękniejsze suknie, aby mieć swoją sieć salonów ślubnych – po 23 latach te marzenia się spełniły. Dziś mam siedem salonów firmowych marki „Kreacja Żanet” oraz własną pracownię artystyczną i zgrany zespół ludzi. Z niektórymi pracuję już od dwudziestu lat. Zawsze miałam plany i marzenia i stopniowo doprowadzałam do ich spełnienia. Towarzyszył temu ogrom pracy, a czasem i wyrzeczeń.

Ale każdej wiosny przychodzą nowe marzenia. Tak po prostu jest, budzę się rano i myślę: „Dlaczego o tym nie pomyślałam wcześniej?”. Teraz chcę stworzyć nową damską linię ubrań – z niepowtarzalnymi wzorami na co dzień. Dla kobiet dynamicznych, lubiących wyróżniać się z szarego tłumu. Dla kobiet aktywnych i charyzmatycznych, które ponad wszystko cenią wysoką jakość. To one w życiu kierują się maksymą, że lepiej wydać więcej na coś wyjątkowego, niż za mniej kupić coś typowego, standardowego i takiego jak noszą wszyscy.

Przyznam się, że mam jeszcze jedno marzenie – chciałabym otworzyć swój salon we Włoszech.

### Gdyby miała pani zachęcić przyszłe klientki do zakupu sukni właśnie w pani firmie, to powiedziałaby pani, że...?

– Moje kolekcje dedykowane są kobietom z marzeniami, które chcą poczuć się wyjątkowo, odkryć w sobie piękno, dać się ponieść emocjom. Kobietom otwartym na nowe spojrzenie na samą siebie. W moich salonach każda pani zostanie otoczona należytą opieką, dostanie odpowiedzi na wszystkie zadane pytania oraz pomoc w doborze odpowiedniej kreacji i dodatków. Niezależnie od wieku, charakteru czy też budżetu. Każda znajdzie coś dla siebie. ■

# Ogród w wielkim mieście, czyli... 10 kroków do twojego idealnego ogrodu

Ogród przy domu, szczególnie w mieście, powinien być dobrze przemyślany, szczegółowo zaplanowany, a projekt musi współgrać z pomysłami i oczekiwaniami jego właściciela. Na pierwszy rzut oka mogłoby się wydawać, że stworzenie i urządzenie ogrodu jest banalnie proste – wystarczy kupić kilka roślin, zasadzić, postawić altankę, jakieś meble i gotowe. Tylko czy efekt byłby rzeczywiście „wow!”, czy raczej zwyczajnie zadowolający...

URSZULA ĆWIEK, ANNA TRACZYK  
LANDAR PROJECTS Sp. z o.o.  
WWW.LANDAR.EU

Ogród to coś więcej niż estetyka wokół domu, jest swoistą zieloną enklawą, która pozwala odciąć się od zgiełku miasta, zapomnieć o życiu w biegu, wyciszyć się i zrelaksować. Może też być małym placem zabaw dla dzieci czy miejscem spotkań z przyjaciółmi... Jego funkcje są różnorodne. Ogród nie powinien być zatem dziełem przypadku. Oto 10 kroków, które zbliżą nas do idealnego ogrodu...

## 1 krok... czyli na miarę możliwości

Podstawą są możliwości, które determinują wszelkie działania i trzeba się do nich bezwarunkowo dostosować. Zaliczają się do nich przede wszystkim: wielkość, kształt, położenie – możemy mieć mały ogródek przy mieszkaniu na parterze czy segmencie albo duży przy domu wolnostojącym; kwadratowy, prostokątny, w kształcie litery L lub C itd. Należy również brać pod uwagę rodzaj terenu, podłoża oraz nasłonecznienie działki, a nawet sąsiedztwo innych domów i budynków. Są to podstawy, od których zaczyna się pracę nad projektem ogrodu.

Po pierwsze: analiza terenu!

## 2 krok... wedle oczekiwań

Ogród to swoista wizytówka, chluba właściciela. Jest przede wszystkim dla niego i to jemu w pierwszej kolejności musi się podobać. Powinien zapewniać mu komfort i spełniać wszelkie jego oczekiwania.

Architekt krajobrazu musi wiedzieć, dla kogo projektuje ogród, kto będzie w nim spędzał czas... Czy głównie dzieci, osoby młode i aktywne, starsze, lubiące prace ogrodowe lub nie, a może zwię-



**Projekt ogrodu przydomowego w Markach. Stworzenie ciekawej przestrzeni i optyczne poszerzenie wąskiego terenu udało się uzyskać poprzez odpowiednio dobraną kompozycję roślin – iglastych i liściastych z gatunkami zimozielonymi – zapewniającą efektowny ogród przez cały rok.**

rzęta... To wszystko ma wpływ na dobór roślin i elementów małej architektury.

Po drugie: analiza właściciela!

## 3 krok... w dobrym stylu

Charakter ogrodu w dużym stopniu zależy od stylu domu. Dla przykładu: do dworku czy chaty pasują tradycyjne układy osiowe, symetryczne. Nowoczesne budynki można otoczyć zarówno ogrodem powtarzającym proste linie jego kompo-

zycji, jak i – kontrastowo – zaprojektować rozwiązanie swobodne.

Po trzecie: dom + ogród = kompozycyjna całość!

## 4 krok... pierwsze wrażenie

Rzecz jasna chodzi tutaj o wszystko to, co widzimy przed wejściem do domu, czyli tzw. przedogródek. Wbrew pozorom jest jedną z ważniejszych części ogrodu. Powinien być po prostu idealny, zachwyca-

jący, swoją aranżacją zapraszać i zachęcać gości, by weszli dalej.

Kluczem do sukcesu przy projektowaniu przedogródka jest prostota! Na pierwszym planie należy posadzić rośliny płózące, a dopiero na kolejnym te wyższe. Taki układ zapewni przejrzystość.

Po czwarte: perfekcyjny przedogródek!

## 5 krok... rośliny na każdą pogodę

Dobór zieleni do ogrodu jest sprawą kluczową i wszystkie wymienione do tej pory punkty trzeba wziąć pod uwagę. Roślinność dobiera się do wielkości i kształtu działki, ale przede wszystkim do warunków glebowych oraz nasłonecznienia. Musi być dopasowana do gustu właściciela ogrodu i czasu, który może poświęcić na jej pielęgnację. Powinna współgrać ze stylem domu i oczywiście, jak w przypadku przedogródka, pełnić funkcje reprezentacyjne.

Ogród może zachwycać przez cały rok, warto o to zadbać i wybrać rośliny kwitnące w różnych miesiącach, także jesiennych. Do tego dobrać takie gatunki ozdobne, które nawet zimą będą się pięknie prezentować (np. iglaki).

Po piąte: przemyślany dobór roślinności!

## 6 krok... podział w ogrodzie

Trzeba pamiętać o wydzieleniu miejsc pełniących określone funkcje – np. placu zabaw dla dzieci, kącika do grillowania czy oazy spokoju. Ich prawidłowe rozmieszczenie wpływa na komfort korzystania z ogrodu. Przestrzeń przeznaczoną na przyrządzanie potraw czy trawnik do gry w piłkę najlepiej oddalić od okien sypialni, pamiętając również o sąsiadach. Piaskownica dla małych dzieci powinna być widoczna z miejsca, gdzie najczęściej przebywamy.

Jeśli w domu jest pies, żywopłot trzeba posadzić w odległości co najmniej jednego metra od ogrodzenia.

Po szóste: wszystko na miejscu!

## 7 krok... dobór małej architektury

Na klimat ogrodu mają wpływ takie elementy jego wyposażenia, jak ławki, pergole czy altany. Odpowiednio dobrane podkreślają jego styl i piękno. Dla przykładu w „ogrodzie wiejskim” dobrze wyglądają „starocie”, zapewniające romantyczny nastrój, a równocześnie nadające miejscu nieco siemniżny charakter. Z materiałów te naturalne, jak drewno, kamień, ceramika. Gliniane donice, wiklinowe kosze... To jest to!

Po siódme: dopasowanie elementów!

## 8 krok... pielęgnacja dla każdego

Dla jednych dbanie o rośliny, podlewanie, przycinanie, pielienie, nawożenie,



Wizualizacja wykonana na renderze autorstwa pracowni 77 STUDIO architektury. Przy nowoczesnym domu na warszawskim Ursynowie zaprojektowany został ogród współgrający z architekturą, bryłą budynku o regularnej formie, z różnymi, dobrze przemyślanymi i dokładnie ustalonymi z Klientem drzewami, krzewami, żywopłotami, rabatami bylinowymi i trawiastymi.



Projekt ogrodu przydomowego na warszawskiej Białolece, na nowym osiedlu przy ulicy Kartograficznej. Słoneczną działkę upiększyły rośliny kwitnące, ozdobne trawy i różne gatunki róż, dzięki którym powstał unikalny, romantyczny ogród.

obkładanie to hobby, podczas gdy dla innych jest tylko dodatkowym obowiązkiem. Jeszcze raz zatem podkreślmy, przemyślany, dostosowany do właściciela dobór zieleni to podstawa. Ponadto każdy powinien wiedzieć, czego potrzebują rośliny w jego ogrodzie i jak o nie dbać, by cieszyć się nimi jak najdłużej.

Po ósme: odpowiednia pielęgnacja!

## 9 krok... szczegóły, szczególiki

Przy aranżacji ogrodu warto pamiętać o różnych szczegółach, jak np. ogólna charakterystyka osiedla, spojrzenie z różnych perspektyw (z okien, z tarasu), podkreślenie tego, co w otoczeniu ładne (drzewa sąsiada można włączyć w kompozycję ogrodu), a zasłonięcie brzydkich elementów, zachowanie umiaru w stosunku do roślin, małej architektury (ogród nie powinien być „zagracony”). Przede wszystkim jednak należy brać pod uwagę własne odczucia i upodobania, tak żeby stworzyć swój idealny, zielony zakątek, pamiętając jednocześnie

o potrzebach innych (duże drzewo przy płocie dla nas może być atrakcyjne, a sąsiadowi zaciemniać działkę).

Po dziewiąte: dbałość o szczegóły!

## 10 krok... ogród? Moja radość

Podsumowując, we własnym ogrodzie po prostu musimy czuć się dobrze, nie ma tu miejsca na to, czego nie lubimy, co nam przeszkadza... Dobry, dopasowany do nas samych projekt zapewni nam radość na długie lata.

Po dziesiąte: idealny projekt!

Źródła:

- dr inż. Halina Jaroszevska, [http://www.e-ogrody.pl/Ogrody/56,113380,11469477,Projektowanie\\_ogrodu\\_Ultrzymaj\\_styl,,5.html](http://www.e-ogrody.pl/Ogrody/56,113380,11469477,Projektowanie_ogrodu_Ultrzymaj_styl,,5.html)
- Pracownia Sztuki Ogrodowej, [http://www.wymarzony-ogrod.pl/zakladanie-ogrodu/projektowanie-ogrodow/aranzacja-ogrodu-przedogrodek-jak-zaprojektowac-przedogrodek,28\\_2162.html](http://www.wymarzony-ogrod.pl/zakladanie-ogrodu/projektowanie-ogrodow/aranzacja-ogrodu-przedogrodek-jak-zaprojektowac-przedogrodek,28_2162.html)
- Elżbieta Borkowska-Gorączko, [http://www.wymarzony-ogrod.pl/zakladanie-ogrodu/pomysly-na-ogrod/aranzacja-ogrodu-ogrod-wiejski-mala-architektura-w-ogrodzie-wiejskim,23\\_2012.html](http://www.wymarzony-ogrod.pl/zakladanie-ogrodu/pomysly-na-ogrod/aranzacja-ogrodu-ogrod-wiejski-mala-architektura-w-ogrodzie-wiejskim,23_2012.html)

# BEST BRAIN – sport pamięci w 2016

W drugim kwartale 2016 roku rozpoczął się nowy sezon rozgrywek w sporcie pamięci. W przeciągu ostatnich trzech miesięcy miały miejsce trzy międzynarodowe mistrzostwa: we Włoszech, w Niemczech i w Szwecji. Ponadto Seasonal World Memory Sport Ranking objął patronatem Ogólnopolskie Mistrzostwa Pamięci Best Brain.

Fot. Joanna Boral



**Tobiasz Boral**

Założyciel i prezes SWMSR  
Dwukrotny Mistrz Polski Pamięci  
Srebrny i brązowy medalista Mistrzostw Świata Pamięci Juniorów 2011

**19** marca 2016 roku odbyły się IV Otwarte Mistrzostwa Włoch. Wzięło w nich udział siedemnastu zawodników z sześciu krajów. Były to mistrzostwa rozpoczynające sezon 2016. Klasyfikacja końcowa mistrzostw została zdominowana przez niemiecką rodzinę Reulke – pierwsze miejsce zajęła Anne Reulke, a wicemistrzem okazał się Norbert Reulke. Podczas mistrzostw zostało ustanowionych siedem rekordów Włoch oraz jeden rekord Finlandii.

Kolejne rozgrywki miały miejsce w Lübeck. Były to Otwarte Regionalne Mistrzostwa Niemiec. Poziom był bardzo wysoki dzięki występowi najlepszych niemieckich sportowców pamięciowych. Pierwsze miejsce zdobył mistrz świata z 2012 roku, Johannes Mallow, który podczas mistrzostw ustanowił nowy rekord świata w zapamiętywaniu układu talii kart do gry. Zapamiętał ponad siedem i pół talii kart w dziesięć minut!

Ostatnimi mistrzostwami w minionym kwartale były Otwarte Mistrzostwa Gotheborga w Szwecji. Ich poziom był również wysoki. Zeszłoroczny wicemistrz świata pobił rekord globu w zapamiętywaniu ciągu cyfr. W przeciągu kwadransa zapamiętał ich aż 1080, pobijając rekord Johanna Mallowa o 66 cyfr. Marwin Wallonius, o którym mowa, zdeklasował



**Nowi sędziowie SWMSR: Anna Kuzia, Szymon Nowicki i Tymoteusz Makowski**

rywali, zdobywając w klasyfikacji generalnej mistrzostw ponad dwa razy więcej punktów niż Lars Christiansen, który zajął drugie miejsce w tych mistrzostwach.

Podczas Ogólnopolskich Mistrzostw Pamięci Best Brain Seasonal World Memory Sport Ranking mianował polską sędziń z największym międzynarodowym doświadczeniem sędziowskim – Ewę Wójcik – głównym arbitrem SWMSR. Uprawnienia sędziowskie otrzymali również Anna Kuzia, Szymon Nowicki i Tymoteusz Makowski.

W top 10 rankingu SWMSR nastąpiło kilka zmian. Lider – Johannes Mallow – pozostał na pierwszym miejscu. Marwin Wallonius wyprzedził Simona Reinharda, wskakując na drugie miejsce w klasyfikacji. ■

Seasonal  
**WM**  
Sport Ranking

1.	JOHANNES MALLOW (Niemcy)	25646	=
2.	MARWIN WALLONIUS (Szwecja)	24402	+1
3.	SIMON REINHARD (Niemcy)	24041	-1
4.	SENGESAMDAN ULZIIKHUTAG (Mongolia)	20530	=
5.	YANJINDULAM ALTANSUH (Szwecja)	20209	=
6.	BORIS NIKOLAI KONRAD (Niemcy)	18720	=
7.	PUREJAV ERDENESAIKHAN (Mongolia)	18376	=
8.	ENKHMUNKH ERDENEBATKHAAN (Mongolia)	17163	+1
9.	ERWIN G. BALINES (Filipiny)	16772	+1
10.	HUANG SHENGHUA (Chiny)	16264	+2

**Aktualne TOP 10 Seasonal World Memory Sport Ranking**



# Czy pamięć można traktować jako sport?

**Można, a nawet trzeba! Jest to jeden ze sportów umysłowych, a mistrzostwa świata w tej dyscyplinie rozgrywane są już od 25 lat i z roku na rok przybywa atletów pamięci na całym świecie – o sporcie pamięci opowiada Bartłomiej Boral, założyciel Best Brain, ceniony ekspert oraz trener pamięci, kreatywności i rozwoju umysłowego.**

ROZMAWIA KRZYSZTOF JOŃCZYK

## Skąd się wziął pomysł na zorganizowanie Ogólnopolskich Mistrzostw Pamięci Best Brain?

– Kilka lat temu razem z moim bratem Tobiaszem założyliśmy szkołę pamięci Best Brain. Było to pół roku po tym, gdy jako pierwsi Polacy w historii reprezentowaliśmy nasz kraj na Mistrzostwach Świata Pamięci (Kanton, Chiny 2011). W Polsce rozgrywane były mistrzostwa tego typu, jednak od kilku lat nic w temacie się nie działo. Myślę, że było to spowodowane m.in. trudną formułą mistrzostw – dziesięć konkurencji, rozgrywanych od rana do wieczora, o skomplikowanych zasadach. Naszą ideą było zorganizowanie mistrzostw o bardziej dynamicznej formule, z mniejszą ilością konkurencji i z przejrzystymi zasadami zliczania punktów. Tak, aby rzeczywiście każdy mógł sprawdzić swoją pamięć w ciekawej formie rywalizacji.

## Jak przebiegały te mistrzostwa i z jakimi konkurencjami zmierzyli się uczestnicy?

– To było pięć szybkich konkurencji sprawdzających pamięć do słów, cyfr, dat, języków obcych oraz kolorów. Dwie pierwsze konkurencje były superszybkie: pierwsze zadanie to 120 sekund na zapamiętanie jak największej liczby losowych słów w poprawnej kolejności, a drugie to 120 sekund na zapamiętanie jak największej liczby cyfr, również w poprawnej kolejności. Trzecim zadaniem było zapamiętywanie dat fikcyjnych wydarzeń – i tutaj zawodnicy mieli „aż” 240 sekund. Czwarta konkurencja była najdłuższa, ponieważ zawodnicy mieli 300 sekund na naukę jak największej liczby słówek fik-

cyjnego języka obcego oraz ich tłumaczeń na język polski. Cały wysiłek zwieńczała najbardziej abstrakcyjna konkurencja: zapamiętywanie ciągu kolorów wypowiedzianych z sekundowymi odstępami. Po wysłuchaniu nagrania ciągu 50 kolorów zawodnicy zapisywali to, co zapamiętali, w odpowiedniej kolejności, aż do popełnienia pierwszego błędu.

## Ilu było uczestników i w jakim wieku byli zawodnicy?

– W mistrzostwach wzięło udział 28 zawodników (nadmieniłem tylko, że w pierwszych mistrzostwach świata w 1991 roku wzięło udział zaledwie siedem osób!). W naszych mistrzostwach uczestnicy zostali podzieleni na trzy kategorie wiekowe: dzieci (do 11 roku życia), młodzież (11–17 lat) oraz dorośli (powyżej 18 lat). Najmłodszy uczestnik nie miał jeszcze skończonych 8 lat, a najstarszy przekroczył już sześćdziesiątkę. To tylko pokazuje, że sport ten jest naprawdę dla każdego, dlatego warto się sprawdzić!

## A jakie były wyniki?

– Wszystkie były fantastyczne – bo każdy dał z siebie wszystko! I to było piękne, patrzeć na rozgrzane do czerwoności neurony, a przy tym wszystkim widzieć uśmiech i pasję na twarzach uczestników. Najlepszy wynik w słowach to 30 zapamiętanych, tutaj rekord stał się łupem juniora, Michała Kamińskiego, w cyfrach najlepszy wynik to 54 – Michał Ejsmont (kategoria dorośli), daty – 15 prawidłowo zapamiętanych – Marta Grzana (kategoria młodzież), słówka języka obcego – 14 słówek w 300 sekund – ex aequo: Patrycja Pietrzycka, Marta Grzana oraz Nata-

lia Zuchowicz, kolory: Natalia Zuchowicz zapamiętała 14 (kategoria dzieci!). W całych mistrzostwach zwyciężył junior Michał Kamiński, gromadząc 1685 punktów, druga była Natalia Zuchowicz – 1527 punktów, a trzecia Marta Grzana (junior) – 1523 punkty. Najlepszy z dorosłych – Michał Ejsmont – zdobył 4. miejsce w klasyfikacji generalnej z wynikiem 1481 punktów.

## Czy zwycięzcom pozostała jedynie satysfakcja z wyników, czy były jakieś nagrody?

– O nagrody zadbali sponsorzy, bez których mistrzostwa na pewno by się nie odbyły, czyli firmy: Microsoft, wydawnictwo Edgard, HouseEscape, Neurofit oraz portal historia.org.pl. Ponadto patronat nad mistrzostwami objęli: fundacja Humanites – sztuka wychowania, Europejskie Forum Przedsiębiorczości, Klub Integracji Europejskiej oraz Seasonal World Memory Sport Ranking. Wśród nagród były m.in. tablet, radio, zegarek, wouchery oraz przede wszystkim medale i statuetki! Niezależnie od wyników, wszyscy świetnie się bawili.

## Czy myśli pan, że takie mistrzostwa zostaną w Polsce na dłużej?

– Jestem przekonany, że tak! Wiele osób towarzyszących uczestnikom podchodziło do mnie podczas mistrzostw i mówiło, że za rok sami chcą spróbować swoich sił. Pragniemy rozwijać ideę pamięciowej rywalizacji na coraz większą skalę. Mamy już dobry załazek, pierwszy ranking i rekordy Polski. Teraz wystarczy już tylko siła i pasja, a tych dwóch nam nie brakuje! ■

# Twój mózg też chce być fit!

**Mówi się, że myślimy tym, co jemy – i to prawda! Czy wiesz, że odpowiednio skomponowana dieta może wpłynąć na wzrost twojego IQ? Nasz mózg jest niesamowitym centrum dowodzenia całym organizmem, a co więcej, jest też miejscem rozkwitania naszego intelektu! Takich faktów nie możemy zignorować.**



JOANNA BORAL – NEUROFIT ACADEMY

## Dobry początek dnia

Zacznijmy od początku. Śniadanie. To właśnie ten posiłek, tak często lekceważony i jedzony w pośpiechu, jest dla naszego mózgu najważniejszy! To właśnie śniadanie daje nam „paliwo”, które pozwala naszemu organizmowi funkcjonować przez cały dzień. Niech będzie ono małą, poranną uctwą. A co jeść? Przede wszystkim chodzi o węglowodany złożone, czyli m.in. pełnoziarniste pieczywo, musli, kasze, płatki owsiane. Polecam zaprzyjaźnić się z kaszą jagłaną, która jest kopalnią witamin i minerałów. Nie bez powodu nazywa się ją „królową kasz”. Można ją jeść zarówno na słodko, np. z miodem, jak i wytrawnie, np. ze szpinakiem. Spróbuj też skomponować swoją własną owsiankę z ulubionymi owocami, bakaliami, orzechami. A jeśli wolisz tradycyjne śniadanie, pobaw się w szefa kuchni i stwórz apetyczną kanapkę, np. z razowym chlebem, warzywami i dobrej jakości wędliną bądź jajkiem. Twój mózg będzie ci ogromnie wdzięczny, kiedy dasz się ponieść swojej kulinarnej kreatywności!

## Miej w głowie olej!

Co dalej? Nasza głowa potrzebuje oleju! Jakiego? Skąd go wziąć? Dokładnie chodzi o kwasy omega-6 oraz omega-3, które znajdują się m.in. w oliwie z oliwek, oleju rzepakowym, siemieniu lnianym oraz w tłustych rybach, np. w łosiosie. Te kwasy wspomagają pracę naszego mózgu

oraz zapobiegają chorobom układu nerwowego. Pozwól sobie od czasu do czasu na smaczny obiad z łososiem w roli głównej (najlepiej dzikim, a nie hodowlanym). Nie zapominaj również o dodaniu do swojej surówki kilku łyżek oleju rzepakowego. Kanapki warto posypywać siemieniem lnianym bądź nasionami chia. Niby drobne rzeczy, a zobaczysz za jakiś czas, że naprawdę przyniosą efekty!

## Mały pomocnik

Lubisz przekąski w ciągu dnia? W większości pewnie są to batoniki, drożdżówki bądź inne chrupiące pyszności. Niestety, takie przyjemności wcale nie pomagają sprawnie pracować naszemu mózgowi. Tak samo jak po ich zjedzeniu szybko wzrasta poziom cukru we krwi, potem szybko spada, przez co jesteśmy ospali i bardziej zmęczeni. Spróbuj więc kolejnym razem zabrać ze sobą do pracy, szkoły bądź na uczelnię paczkę orzechów włoskich, migdałów, pestek dyni, rodzynek, fig, daktyli... Do wyboru, do koloru! Sam zobaczysz, że uczucie sytości jest po nich o wiele dłuższe, a co więcej powyższe smakołyki zawierają m.in. cenne

szybkość myślenia. Ile jej pić? Gdy podzielisz swoją wagę przez jedenaście, wyjdzie ci liczba szklanek wody, które należy wypić w ciągu jednego dnia. Pamiętaj jednak, że wodę zawierają również warzywa, owoce oraz np. zupy. Nie zapomnijmy też, że w upały powinniśmy pić jeszcze o kilka szklanek więcej!

Te minimalne modyfikacje menu dadzą twojemu mózgowi poczucie, że jest naprawdę zadbany. Do dzieła, powodzenia!

## Koktajl śniadaniowy

A oto mała propozycja pożywnego i dającego energię śniadania (porcja dla jednej osoby):

- 4 łyżki płatków owsianych górskich
- jogurt naturalny 200 ml
- banan
- pół awokado
- mała garść orzechów nerkowca
- miód dla osłody (w zależności od preferencji – pamiętajcie, że banan nadaje już dużo słodyczy!)
- wiórki kokosowe/gorzka czekolada min. 70 proc./kakao naturalne

Płatki owsiane zalewamy małą ilością ciepłej wody i zostawiamy na noc (wów-

**Pobaw się w szefa kuchni i stwórz apetyczną kanapkę, np. z razowym chlebem, warzywami i dobrej jakości wędliną bądź jajkiem. Twój mózg będzie ci ogromnie wdzięczny, kiedy dasz się ponieść swojej kulinarnej kreatywności**

żelazo, magnez oraz lecytynę, które wspomagają pamięć, koncentrację oraz łagodzą objawy stresu.

## Pomóż myślom płynąć!

I ostatnia wskazówka! Woda! Najlepiej mineralna, niegazowana (choć to zależy od indywidualnych preferencji smakowych). Woda oczyszcza organizm z toksyn i, co ważne, pomaga przewodzić impulsy nerwowe, co wpływa na jakość oraz

czas będą łatwiejsze do strawienia). Rano miksujemy dokładnie wszystkie składniki w blenderze, następnie wlewamy koktajl do miseczki i posypujemy go dla ozdoby i smaku wiórkami kokosowymi, startą gorzką czekoladą bądź kakao. Smacznego!

Chciałbyś poznać więcej przepisów, które pozwolą twojemu umysłowi być fit? Już w wakacje rusza nowy blog: [www.neurofit.academy](http://www.neurofit.academy) – bądźcie czujni! ■



# Teraz Polska

Promujemy  
polskie  
marki





Fot. Michał Kudłacz [www.efotografia.eu](http://www.efotografia.eu) (6)

## Wolf In Design vol. 2 by Pop Up Here

Wielkim sukcesem okazała się druga odsłona spotkania z designem pod nazwą POP UP HERE, która odbyła się w Warszawie 1–2 kwietnia. Otwarcie przyciągnęło blisko 300 osób z branży związanej z szeroko pojętym designem.

EWA MAJ

**N**a powierzchni prawie 500 m<sup>2</sup> tymczasowego showroomu zostały zaprezentowane zróżnicowane produkty ponad 30 wystawców, od mebli m.in.: Phormy, Stalodrzew, Kwadroforma, Koncept Design, 4Rest, po wszelkiego rodzaju dodatki wnętrzarskie, m.in.: City Art Posters, Ani Ani Studio, Made by Zen, Kasia Białek, Hug the Stuff, Glyk Company i wiele innych.

– *Liczyliśmy na spektakularny efekt i zachwyty gości* – mówi Ula Miśiło, organizator wydarzenia. – *Udało się to osiągnąć również dzięki dużym graczom na rynku, poczynając od Smega ze sprzętem gospodarstwa domowego, przez nowatorskie rozwiązania do wnętrz – Transforms Smart Beds, Geberit, Ezel. Całość została okraszona dziełami sztuki – m.in. Lecha Batora, Kasi Bogdańskiej czy Dariusza von Fludera – dodaje.*



Kompletnie zaaranżowane wnętrza przyciągały smaczkami wnętrzarskimi, upcyclingiem, zapachami, których woń czuło się nawet po wyjściu z imprezy. Nie można było obojętnie przejść, nie pochylając się nad kolejnym pięknym przedmiotem. Każdy metr surowej, betonowej powierzchni Wolfa był tak zaprojektowany, że przyciągał jak magnes.

– To siła partnerów, wystawców oraz ich produktów – zapewniają organizatorzy – a także ciężkiej pracy Moniki Pietras z Gdela – dodają – projektantki i właścicielki showroomu na Żelaznej w Warszawie, która w aranżację całości wydarzenia włożyła mnóstwo serca i czasu.

Absolutnym hitem okazała się mobilna zielona ściana z roślin stabilizowanych, przygotowana i zaprojektowana przez organizatora, Łukasza Miśiło i jego markę ForeverGreen Design.

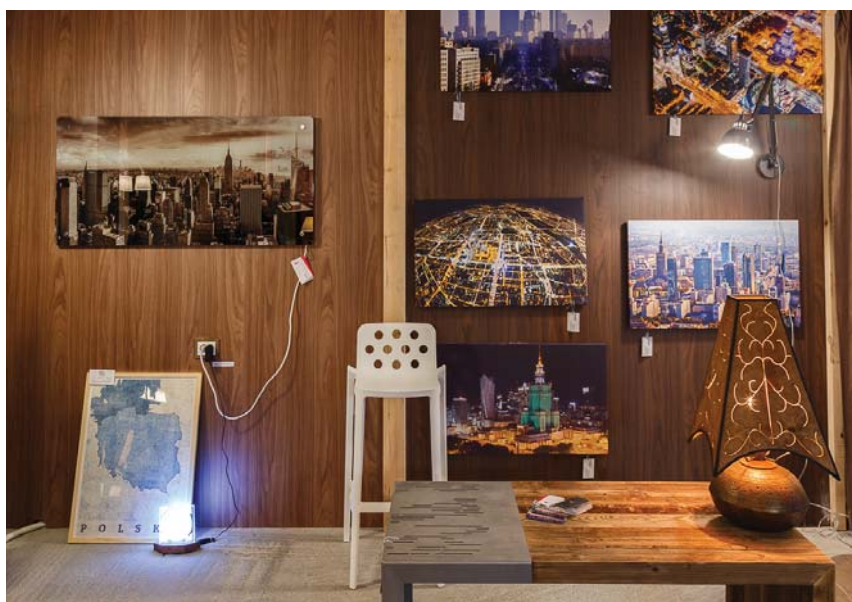


– Mamy mnóstwo pomysłów i już pracujemy nad kolejną odsłoną POP UP HERE – mówi Łukasz Miśiło – Dlatego już teraz zapraszamy potencjalnych partnerów oraz wystawców do kontaktu z nami: [ula@popuphere.pl](mailto:ula@popuphere.pl); [hello@popuphere.pl](mailto:hello@popuphere.pl)

– Ta oryginalna „ścianka” stała się miejscem, gdzie wszyscy chcieli mieć zdjęcie – zachwyca się Marta Rusiecka, autorka zdjęć z piątkowego wieczoru branżowego.

Organizatorzy zadbali także o bardzo ciekawe prelekcje, które miały na celu nie tylko motywować uczestników wydarzenia (Marcin Juchniewicz), ale także pokazać jak budować markę osobistą, jak pracować nad wyjątkowością swojej firmy (Mateusz Mrozowski). Bardzo dużym zainteresowaniem cieszyło się wystąpienie Jakuba Szczęsnego, światowej sławy architekta, współtwórcy Grupy Projektowej Centrala, twórcy m.in. Domu Kereta w Warszawie.

Organizatorzy nie spoczywają na laurach i już zapowiadają kolejną edycję wydarzenia, tym razem jesienią 2016 r. Nieoficjalnie wiadomo, że będzie to 12–13 listopada.





# BIAŁY KAMIEŃ



HOTEL & MEDI - SPA  
ŚWIERADÓW - ZDRÓJ



## SZANOWNI PAŃSTWO,

„Hotel & Medi - SPA Biały Kamień oddalony jest zaledwie kilkaset metrów od centrum uzdrowiska Świeradów - Zdrój. Obiekt położony jest w otulinie malowniczej góry Biały Kamień, zapewniając ciszę i spokój oraz zniwelujące widoki. Biały Kamień oferuje 26 pokoi rodzinnych w obiekcie czterogwiazdkowym, w tym pokój dla niepełnosprawnych oraz apartament Plantinium klasy VIP z kominkiem i jacuzzi. W obiekcie trzygwiazdkowym znajduje się 36 pokoi dwuosobowych, 4 luksusowe pokoje typu apartamentowego (pokój dzienny i sypialnia) oraz apartament Spectre klasy VIP z sauna i jacuzzi. Goście docenili jakość obsługi i klimat w Białym Kamieniu. Dzięki temu hotel po raz kolejny został laureatem w prestiżowym konkursie SPA Prestige Awards 2016 jako Najlepszy Hotel SPA & Wellness oraz Najlepsze Beauty SPA.



## PONAD 1000 m<sup>2</sup> WELLNESS & SPA TO MIĘDZY INNYMI:

- panoramiczny basen z oryginalnymi meksykańskimi palmami,
- sauna sucha,
- sauna parowa z aromaterapią,
- jacuzzi solankowe,
- jacuzzi zewnętrzne,
- brodzik dla dzieci,
- tepidarium solankowe,
- igloo lodowe,
- pierwszy w Polsce WellU Anti-Aging Instytut,
- autorskie zabiegi oraz rytuały pielęgnacyjne i kosmetyczne,
- nowoczesne centrum odnowy i rehabilitacji (Medi-SPA).



## KUCHNIA HOTELU BIAŁY KAMIEŃ

to dania przygotowywane ze starannie wyselekcjonowanych produktów pochodzących z ekologicznych hodowli i upraw, zgodnie z ideą powrotu do natury. Na miejscu wypiekamy chrupiący chleb, wędzimy swojskie kiełbasy, a codziennie na śniadanie serwujemy domowy dżem jagodowy z owoców zebranych w izerskich lasach oraz miód z własnej pasieki. Mixology Cocktail Bar to najlepsze alkohole z różnych zakątków świata, egzotyczne dodatki, świeże owoce a także międzynarodowa sztuka barmańska. Dodatkową atrakcją jest taras z letnim ogródkiem.

### 3 PROFESJONALNE SALE KONFERENCYJNE:

- projektor multimedialny,
- mikrofon,
- ekran,
- rzutnik,
- flip-chart,
- system nagłośnieniowy,
- całkowite zaciemnienie oraz dostęp do światła dziennego,
- klimatyzacja,
- bezpłatny internet WiFi 8/2 mb/s z możliwością czasowego podbicia do 20 mb/s.

### ORGANIZATOROM KONFERENCJI I SZKOLEŃ GWARANTUJEMY:

- stałą opiekę jednego dedykowanego Państwu opiekuna,
- indywidualne traktowanie każdego z organizatorów,
- jasne, rzetelne dokumenty rozliczające imprezę o szczegółowości oczekiwanej przez najbardziej wymagających partnerów.

### ŁATWA DOSTĘPNOŚĆ KOMUNIKACYJNA

(40 km od autostrady A4), tylko 150km z Wrocławia i Pragi, 260 km z Poznania i Katowic.  
Dla gości 160 bezpłatnych miejsc parkingowych.

### KOMPLEKS HOTELOWY OFERUJE:

- 67 komfortowych pokoi w tym 2 apartamenty klasy VIP,
- Strefa Wellness z unikalnym akwariem morskim o pojemności 6000 litrów,
- WellU Anti-Aging Institut,
- nowoczesne centrum odnowy biologicznej i rehabilitacji (Medi-SPA),
- Foot & Nail SPA,
- restauracja Bar & Cafe, ogródek letni,
- sale konferencyjne z pełnym wyposażeniem multimedialnym,
- panoramiczna sala drewniana idealna na imprezy firmowe i okolicznościowe,
- grillowisko, miejsce na ognisko, kaskada wodna,
- pomoc boya hotelowego,
- przechowalnia sprzętu narciarskiego oraz rowerów,
- bezpłatny, monitorowany parking.



### LATEM

na miłośników wycieczek rowerowych czeka jedyna w Europie sieć leśnych ścieżek singltrek zaprojektowanych w zgodzie z naturą oraz specjalnie z myślą o jeździe na rowerze. Łącznie ponad 80 km tras zarówno dla profesjonalistów jak i amatorów.

### ZIMĄ

to raj dla narciarzy, około 2 km od Hotelu znajduje się najnowocześniejsza w Polsce Kolej Gondolowa - 2,5 km oświetlonej nartostrady.

# WYJĄTKOWA OFERTA KONFERENCYJNA HOTELU





# HOTEL AFRODYTA

business & spa



SZTUKA RELAKSU, ENERGIA BIZNESU



Hotel Afrodyta \*\*\* Business & SPA położony jest w centrum Polski, zaledwie 35 km od Warszawy, w pobliżu rezerwatu przyrody Dąbrowa Radziejowska. Specyficzny mikroklimat i otaczający starodrzew stały się idealnym pretekstem do powstania w tym miejscu hotelu. Hotelu, który istnieje w harmonii z naturą. Stąd też oprócz klasycznych usług hotelowych i konferencyjnych powstało szeroko rozwinięte SPA.

Atmosfera obiektu jest miłym zaskoczeniem, bowiem aranżacja wnętrza tworzy klimat coraz rzadziej spotykany w nowych, podwarszawskich hotelach. W Afrodycie, mimo wielkości obiektu (ok. 130 miejsc noclegowych) jest kameralnie i przytulnie. Nasi Goście szczególnie cenią ciszę, relaks i spokój. Warto tu przyjechać na krótki wypoczynek, odrywając się od wielkomiejskiego zgiełku. Dzięki tej wyjątkowej atmosferze, także Goście konferencyjni i biznesowi z sukcesem łączą pracę z wypoczynkiem.

W stylizowanych wnętrzach Hotelu znajduje się również klimatyczna Restauracja, w której Goście odkryją bogactwo polskich smaków. Szef Kuchni ceni tradycyjne, sezonowe potrawy, dlatego Kartę Menu zmienia zgodnie z porami roku. Dzięki temu Goście o każdej porze roku mogą zasmakować tego, co najlepsze i najsmaczniejsze.

Hotel przygotowany jest w pełni na przyjmowanie gości biznesowych. Przystronne, częściowo butikowe, pokoje oraz profesjonalne centrum konferencyjne czynią to miejsce idealnym do połączenia relaksu z biznesem.

O wyborze hotelu do organizacji spotkania biznesowego decyduje centralna lokalizacja, dogodny dojazd, bliskość Warszawy, wieloletnie doświadczenie, pro-

fesjonalna obsługa. Hotel Afrodyta\*\*\*\*Business&Spa to jedna z najlepszych destynacji dla Biznesu. Różnorodność znajdujących się w obiekcie sal konferencyjnych pozwala stworzyć optymalne warunki na udane spotkanie biznesowe, szkolenie czy konferencję.

Siedem sal konferencyjnych daje możliwość organizacji spotkań nawet do 530 uczestników. Każda sala urządzona jest w innym, różnorodnym stylu, dzięki czemu wybrana powierzchnia będzie najlepiej dostosowana do charakteru spotkania. Największa sala Delfy może być podzielona na trzy mniejsze. Dzięki temu grupy mogą się dzielić na podzespoły. Sale konferencyjne posiadają pełne i nowoczesne wyposażenie, niezbędne do przeprowadzenia konferencji, szkoleń i prelekcji. Ponadto dzięki ergonomicznemu rozmieszczeniu sal na terenie Hotelu, Goście zawsze są blisko centralnych miejsc takich jak: Recepcja, Restauracja, parking oraz pokoje. Zaplecze konferencyjne oraz dziesięć lat doświadczenia w organizacji imprez i spotkań firmowych to gwarancja udanego wydarzenia.

Duszą Hotelu jest dwupoziomowy kompleks SPA o powierzchni 700 m<sup>2</sup>, składający się między innymi z sauny fińskiej, sauny cyrkoniowej, jacuzzi i strefy relaksu. Podróż do krainy spokoju i odpoczynku ma swój początek w strefie Aqua Spa, na którą składa się: stylowy basen z biczącymi, gejzerem i przeciwprądem, jacuzzi wewnętrzne i zewnętrzne, strefa saun, gorące siedziska Caldarium, natryski wrażeń oraz misy Kneippa.

Ponadto do dyspozycji gości oddane jest 15 gabinetów odnowy biologicznej, grota solna oraz profesjonalnie wyposażona siłownia. Gabinety wyposażone są w urządzenia najnowszej generacji, dzięki którym usługi świadczone przez Spa



**Hotel Afrodyta\*\*\*\* Business & Spa to ważny punkt na polskiej mapie obiektów konferencyjnych i obiektów SPA. Zdobył nie tylko wiele nagród, ale i serca Gości, którzy chętnie do niego wracają. Jedną z nich jest Perła Euroturystyki przyznana przez Europejskie Forum Przedsiębiorczości.**

są na najwyższym poziomie jakości, a zabiegi oraz kuracje dopasowane do indywidualnych potrzeb.

Bogata oferta zabiegów pielęgnacyjnych: Thalgo i Ella Bache na twarz i ciało zadowoli gusta oraz potrzeby każdego kto odwiedzi Hotelowe Spa. Oferowane są także okłady i kąpiele borowinowe oraz zabiegi z zakresu fizykoterapii: elektroterapię, krioterapię, magnetoterapię, laseroterapię i fototerapię. Twórcy oferty SPA szczególnie dumni są z masażu autorskich i terapii ajurwedyjskich.

Nie tylko wnętrze, ale również otoczenie Hotelu zachwyci Gości swoim klimatem. Urzekająco zielone okolice sprzyjają rekreacji na świeżym powietrzu. Bliskość rezerwatu przyrody Dąbrowa Radziejowska pozwala na piesze spacerunki po klimatycznym lesie, rowerowe wycieczki po okolicy, a także uprawianie Nordic Walkingu.





Zaprezentowane kreacje

## La Metamorphose na lato

W piękny czerwcowy wieczór duet projektantek – Ewa Gawkowska i Małgorzata Szczęsna – zaprezentował letnią kolekcję w swoim atelier na Mokotowskiej 43 w Warszawie.

EWA MAJ

Projektantki zaprezentowały cały wachlarz sukienek, od zwiewnych, lekkich po wieczorowe, eleganckie kreacje. Marka La Metamorphose powraca do dawnego pojmowania szyku, elegancji i klasy kobiecej, promując paryską modę dla słowiańskiej urody Polek. Ten wyjątkowy pokaz pod hasłem „Stylowa kobieta z dyplomacją” podkreślił elegancję, isticie paryskie wnętrza butiku „La Metamorphose”. Francuskie przeboje w perfekcyjnym wykonaniu wokalisty Grzegorza Wilka znanego z programów „Jaka to melodia” oraz „Twoja Twarz Brzmi Znamo” nadały odpowiedniego klimatu wydarzeniu. Natomiast Nick Sinckler swoim charyzmatycznym występem porywał gości do tańca. Minimalizm, elegancja, prestiż i francuski styl to wartości, na jakie postawiły projektantki Gawkowska&Szczęsna oraz Halina Rostkowska Niemczyk, redaktor naczelna magazynu „La Metamorphose”, dzięki którym zgromadzeni goście poczuli, paryską atmosferę w Warszawie.

Na czerwonym dywanie pojawiły się wyjątkowe osoby, m.in: Beata Tyszkiewicz jako honorowy gość, AD stylistka z Paryża, Katarzyna Skrzynecka, Emilian Kamiński, Alex Caprice, Małgorzata Potocka i Iwo Orłowski, Katarzyna Nova, Sabina Sago, Michał Lesień, Ewa Kuklińska, Tatiana Sosna-Sarno, Zofia Czernicka, Magdalena Modra oraz wielu przedstawicieli świata kultury, sztuki, dyplomacji, mediów i prasy.

Galę jak zwykle w profesjonalny sposób poprowadzili: Laura Łącz i Ryszard Rembiszewski.



Beata Tyszkiewicz  
– honorowy gość  
wieczoru



Ewa Gawkowska, Halina Rostkowska Niemczyk  
i Małgorzata Szczęsna





- \* 94 pokoje
- \* 11 sal konferencyjnych
- \* Restauracja Atrium
- \* Klub Chillout
- \* Instytut Kosmetyczny Dream SPA
- \* Centrum Termalne
- \* Kuleczkowo dla dzieci

KONFERENCJE & SPA  
**HOTEL SENATOR** ★★★★★  
STARACHOWICE



Hotel Senator  
Ul. Krywki 18; 27-200 Starachowice

[www.h-s.pl](http://www.h-s.pl)

Tel./fax: (41) 274 03 90  
e-mail: [repcja@h-s.pl](mailto:repcja@h-s.pl)

# Kurs na Malte



Valletta – widok z Upper Barracca Garden na Trzy Miasta

Fot. Renata Wróblewska (6)

**Malta potrafi zachwycić turystów błękitną wodą, bogatym życiem nocnym i lokalnym winem, słońcem oraz cudownymi miasteczkami i świątyniami pamiętającymi tysiące lat historii.**

RENATA WRÓBLEWSKA

**K**rótki przelot, śródziemnomorski klimat, który sprawia, że Malte można odwiedzić o każdej porze roku, fantastyczna kuchnia, mieszkańcy bardzo pozytywnie nastawieni w stosunku do zwiedzających – to wszystko sprawia, że wyspa jest coraz chętniej odwiedzana przez turystów.

## Turystyczny raj na wyspach

Spędzając wakacje na Malcie można również udać się w podróż na dwie wyspy położone nieopodal: Gozo i Comino. Gozo to sielska wysepka położona na północ od Malty, gdzie życie płynie powoli i można podziwiać piękne krajobrazy i spokojne wsie. Comino to jeszcze mniejsza wysepka, położona w połowie drogi

między Maltą a Gozo. Wysepka słynie głównie z błękitnej laguny, która sprawia niesamowitą radość wszystkim amatorom pływania i snorkelingu. Na Malcie i Gozo możemy również znaleźć pozostałości megalitycznych świątyń, których przeznaczenia i pochodzenia nie udało się do końca wyjaśnić. Poza snorkelingiem Malta słynie również ze wspaniałych miejsc do



Plaża Golden Sands (Golden Sands Beach)

**Malta jest gwarancją słonecznej pogody, krystalicznie czystych morskich wód i niezwykle urozmaiconej linii brzegowej, która robi niesamowite wrażenie. Ponadto wyspa daje możliwość obcowania z najdawniejszą historią**

nurkowania głębinowego (także we wrakach) oraz windsurfingu. Dzięki tym wszystkim atutom oraz bardzo przystępnej cenie wyspa jest coraz chętniej wybierana przez turystów. Malta – niewielki kraj, a tak wiele możliwości.

Republika Malty jest państwem wyspiarskim, które zajmuje powierzchnię 316 km<sup>2</sup> w południowej części kontynentu Europejskiego na Morzu Śródziemnym. Kraj leżący pomiędzy Afryką Północną a Sycylią spełnia doskonale wszelkie oczekiwania turystów. Na północ od niej znajduje się włoska wyspa – Sycylia. Archipeląg Wysp Maltańskich tworzy siedem wysp: Malta, Gozo, Comino



Senglea



### Miejska przystań

- ➔ oraz Cominotto, która jest niezamieszka- kana, a także Wyspy Św. Pawła (dwie nie- wielkie wysepki leżące w bliskim są- siedztwie) oraz kolejna niezamieszka- na, Filfla – są one wierzchołkami masywu wa- piennego poprzecinanego głębokimi za- tokami i dolinami.

### **Wyspa wielu możliwości**

Malta jest gwarancją słonecznej po- gody, krystalicznie czystych morskich wód i niezwykle urozmaiconej linii brze- gowej, która robi niesamowite wrażenie. Ponadto wyspa daje możliwość obcowania z najdawniejszą historią poprzez kon- strukcje, które przetrwały do czasów współczesnych. Wizytówką Malty jest bez wątpienia gościnność jej mieszkańców, wspaniałe hotele i kurorty, czy wszech- stronna oferta sportów wodnych. Właśnie dlatego wycieczki na Maltę cieszą się taką popularnością, ponadto nietrudno jest wyszukać ofertę taniej wycieczki last mi- nute.

Jeśli chodzi o tutejsze plaże, najczęściej są one skaliste, a zejścia są raczej strome, ale drabinki ułatwiają wejście do wody. Plaże te mogą być nieco kłopotliwe dla dzieci ze względu na brak rozległych pły- cizn i strome, raczej kamieniste zejścia. Z kolei piaszczyste plaże – w Cirkewwa i Mellieha – można znaleźć na północy wy- spy.

### **Garść przydatnych informacji**

Najbardziej polecanym środkiem trans- portu są klimatyzowane, nowoczesne au- tobusy, które poza regularnymi przystan-

kami zatrzymują się też na żądanie. Prze- jazdy nie są drogie, ale podróż może zabrać trochę czasu, nawet około godziny. Dwu- godzinny przejazd kosztuje 1,50 EUR



**Lazurowe Okno – Gozo**

(zimą) i 2 EUR (w okresie letnim – od połowy czerwca do połowy października) oraz 3 EUR za przejazd nocny. Najbardziej opłacalne są bilety siedmiodniowe (karta Tallinja) w cenie 21 EUR/osoba dorosła i 15 EUR/dziecko (4–10 lat). Dzieci do trzeciego roku życia nie płacą za przejazd komunikacją publiczną. Bilety obowiązują zarówno na Malcie, jak i Gozo, kupuje się je w automatach zlokalizowanych przy części przystanków, u kierowcy, w niektórych sklepach oraz na lotnisku. Główne linie autobusowe rozpoczynają trasę z dworca pod murami Valletty, dlatego tam najlepiej się dostać, nawet jeśli chcemy podróżować przeciwnym kierunkiem. Ponadto można skorzystać z linii bezpośrednich, linii ekspresowych na lotnisko (X1, X2, X3 i X4) oraz linii nocnych. Na Gozo autobusy nie jeżdżą tak często jak na Malcie. Mapa ze strefami i trasami autobusów dziennych i nocnych jest dostępna w Valletcie w centrum informacji lub na stronie internetowej: [www.publictransport.com.mt](http://www.publictransport.com.mt).

Promy Malta–Gozo kursują codziennie, a podróż trwa do 20 minut. Cena przeprawy promem na trasie Cirkewwa–Mgarr-Cirkewwa w obie strony to około 5 EUR/osoba – opłata pobierana jest w Gozo na terminalu promowym w drodze powrotnej. Dzięki przystępnej cenie wycieczki na Gozo cieszą się dużą popularnością. Możliwa jest również wyprawa na Comino – najmniejszą z trzech głównych wysp – tam zabierze nas prom United Comino Ferries/Ebsons Comino Fer-

ries lub niewielkie łodzie odpływające z hoteli zlokalizowanych w północnej części Malty.

Pamiątki, które bez problemu można nabyć na Malcie, to:

- lokalne rękodzieło – koronki, wyroby z ceramiki, szkła, biżuteria (krzyżyki maltańskie, srebrne filigrany),
- przetwory spożywcze domowej roboty z Gozo i Malty (konfitury, dżemy, pasty warzywne, suszone pomidory),
- sery, oliwa, wino, likiery i nalewki.

Można bez problemu wysłać listy i paczki, urzędy pocztowe łatwo jest zlokalizować. Pracują one zwykle od 9:00 do 17:30, ale należy pamiętać, że pracownicy mają przerwę między 12:00 a 14:00. Karty pocztowe do Polski i innych krajów najlepiej wysłać w kopertach, ponieważ listy są dostarczane szybciej niż kartki widokowe. Na terenie Europy zajmuje to od 3 do 5 dni, a pocztówki – nawet około 10 dni.

Sklepy zwykle otwarte są w godzinach 9:00–13:00 oraz 16:00–19:00. W niedziele i święta przeważnie są zamknięte, podobnie jak w pierwszy dzień po tzw. feście w danej miejscowości. W Sliemie i St. Julians można znaleźć supermarkety. Pieniądże można wymieniać w automatach, które znajdziemy np. w Valletcie.

### Dobry klimat

Malta położona jest w zasięgu oddziaływania klimatu śródziemnomorskiego. Jeśli chodzi o pogodę, na Malcie

nie występują ostre wiatry, śnieg, mgły czy mroź. Nasłonecznienie wynosi średnio 6 godzin 46 minut w zimie oraz 10 godzin 11 minut latem. Średnie temperatury wahają się od 12 do 14°C zimą (styczeń jest najchłodniejszym miesiącem) oraz od 26 do nawet 32°C latem, które rozpoczyna się już w maju, a kończy dopiero w październiku, później pogoda przypomina pod względem aury polski kwiecień lub październik. Letnie temperatury w ciągu dnia przekraczają 30°C, czasem osiągając nawet 40°C pod wpływem suchego i gorącego wiatru z Afryki Północnej. Opady deszczu w tym klimacie występują zimą przede wszystkim od listopada do stycznia, ich roczna suma to zaledwie 578 mm. Najlepsza pogoda na Malcie, kiedy jest ciepło i sucho, przypada na maj, czerwiec i pierwszą połowę października – nie ma już wtedy upałów, a morze w dalszym ciągu zachęca do kąpieli. ■

Materiał przygotowany  
we współpracy  
z Trade&Travel Company  
Konsorcjum Polskich Biur Podróży  
ul. Koszykowa 53, Warszawa  
tel. +48 22 622 51 95,  
+48 22 622 64 26  
[www.rezerwujwakacje.com.pl](http://www.rezerwujwakacje.com.pl)



Grand Harbour – Valletta

# Cudze chwalicie...



Circumetnea czyli dosłownie dookoła Etny, to trasa pociągu Vulcano produkowanego przez polską firmę NEWAG.

**Polskie firmy szturmem zdobywają świat, to dobra wiadomość. Są miejsca na świecie, gdzie nieoczekiwanie możemy natknąć się na znajomo brzmiącą nazwę.**

RENATA ROGOŁSKA

**D**o grona takich firm dołączyło właśnie Newag – przedsiębiorstwo, które w Polsce od 140 lat produkuje tabory szynowe, składy pociągowe i wagony pasażerskie. Turyści jadący na Sycylię, którzy planują bliższe poznanie wulkanu Etna, będą mile zaskoczeni, bowiem po torach najstynniejszej kolejki etneńskiej Circumetnea jeżdżą polskie składy rodem z Newagu.

Kolejka spełnia tam dwie funkcje: dowozi okolicznych mieszkańców do pracy w większych miejscowościach oraz jest środkiem transportu dla turystów pragnących podziwiać okolicę. Rocznie korzysta z niej około 20 milionów ludzi, z czego około 20 proc. stanowią turyści. Z tego pociągu naprawdę możemy być dumni! NEWAG stanął na wysokości za-



Katania: drugie co do wielkości miasto na Sycylii położone u stóp wulkanu Etna



**W Katanii zachowało się niewiele zabytków, na zdjęciu jeden z kościołów: Badia di Sant'Agata**

dania i zaprojektował pociąg idealny. Na razie po etneńskich szlakach jeżdżą cztery polskie składy, docelowo wymieniony będzie cały tabor kolejki. Dlaczego polskie wagoniki? „To była najlepsza oferta, jaką z wielu braliśmy pod uwagę. NEWAG to nowoczesny i solidny partner, mogę wyrażać się o nim w samych superlatywach” – powiedział nam dyrektor generalny FCE, właściciela etneńskiej kolei, Alessandro di Graziano. Kontrakt opiewający na prawie 15 milionów euro to zapowiedź dalszej ekspansji Newagu we Włoszech. Gratulujemy i czekamy na kolejne dobre wieści!



**Katania: Fontana dell'Elefante miejsce spotkań towarzyskich Katakńczyków**



**Katania: Via Etnea – główna ulica miasta z malowniczym widokiem na wulkan**



**Bronto, miejscowość na stoku Etny, największa we Włoszech plantacja pistacji**

➔ Wracając na Sycylię i wycieczkę dookoła Etny, do kolejki Circumetnea, której nazwę można przetłumaczyć dosłownie jako „dookoła Etny”, wsiadamy w miejscowości Catania. Podróż rozpoczęta w Katanii, po trzech i pół godziny kończy się w Riposto. Z Riposto do Katanii można wrócić inną koleją bądź autobusem.

Katania to drugie pod względem wielkości miasto na wyspie. Kilukrotnie zniszczone przez lawę oraz trzęsienia ziemi nie posiada zbyt wielu zabytków, jednak warto odbyć spacer najslynniejszą barokową aleją Via Etnea oraz zwiedzić najbardziej znaną katedrę Piazza del Duomo – arcydzieło Giovanniego Battisty Vaccariniego.

Katania latem to jedno z najgorętszych miejsc we Włoszech, dlatego nie warto zbyt długo przebywać w mieście. Można za to potraktować ją jako bazę noclegową i żywieniową do wypadów w głąb wyspy. Miłośnicy kuchni śródziemnomorskiej będą w pełni usatysfakcjonowani róż-

norodnością stworzeń morskich oraz liczbą restauracji oferujących dania z ryb i innych owoców morza.



**Specjały z pistacji i migdałów można tu spotkać na każdym kroku**

Etneńskie rozległe wzgórza i żyzna gleba sprawiły, że rejon ten jest idealny dla rolników. Okolica słynie głównie z uprawy pistacji, migdałów oraz wspaniałego wina. Nie każdy wie, że to miejscowość Bronto, położona na wzgórzach Etny, jest stolicą pistacji i największą we Włoszech jej plantacją. Stąd pochodzi



**Wino uprawiane w winnicach na żywych zboczach wulkanu urzeka barwą i smakiem**

85 proc. krajowych zbiorów tych orzechów, a pistacjowe specjały można spotkać na każdym kroku i w wielu postaciach.

Wzgórza etneńskie to także ogromne połacie winnic, w których powstaje wspaniałe wino. Żyzna powulkaniczna gleba, nasłonecznione stoki oraz specyficzny mikroklimat to idealne warunki dla wina. Stoki Etny usiane są winnicami, w których można degustować i zakupić regionalny trunek.

Przez całą podróż możemy podziwiać wspaniałe widoki. Krajobraz bowiem zmienia się tu jak w kalejdoskopie, od pięknych, zielonych obszarów, przez taki usiany kolorowymi kwiatami, a na księżycowym krajobrazie zastygłej lawy skończywszy.

Podróż koleją jest niezwykle komfortowa, a to właśnie za sprawą wygodnych, nowoczesnych pociągów, które dla firmy FCE zaprojektowała oraz wyprodukowała polska firma NEWAG z Nowego Sącza. Zatem wybierając się na Sycylię, koniecznie zaplanujcie podróż kolejką Circumetnea! Po polskiej ziemi jeździ włoskie Pendolino, a po włoskiej: polskie składy o symbolicznej nazwie Volcano. Brawo my! ■



**Różnorodność owoców morza oraz specjalów z ryb ucieszy nawet najbardziej wybredne podniebienia**



# BĄDŹ TWÓRCĄ SWOJEGO SUKCESU — DOŁĄCZ DO NAS!



## Wstępując do Klubu Integracji Europejskiej zyskujesz:

- szerokie kontakty biznesowe osadzone w wielu branżach
- możliwość zaprezentowania własnej firmy, produktów i marki na stronie internetowej Klubu
- możliwość zamieszczania ogłoszeń i ofert w klubowym newsletterze
- całostronicowy artykuł bądź reklamę w magazynie „przedsiębiorcy@eu”
- udział w partnerskim programie rabatowym Klubu
- dostęp do ofert innych firm należących do Klubu
- aktualne informacje o ważnych wydarzeniach gospodarczych, społecznych i politycznych, a także o wydarzeniach kulturalnych w stolicy

## Jako Członek Klubu uczestniczysz w wydarzeniach:

- Letniej Gali Przedsiębiorców – największym tego typu wydarzeniu w Polsce
- Gali „Niezwyczajna Osobowość” – uroczystości wręczenia nagród wybitnym postaciom życia publicznego
- wiosennych i jesiennych Galach Akademii Dobrego Stylu – uroczystościach wręczenia statuetki „Gracja”, osobom publicznym, słynącym z ponadczasowego stylu i elegancji
- klubowych kolacjach biznesowych i kojarzeniach ofert gospodarczych
- w comiesięcznych spotkaniach z cyklu „poranna kawa z ekspertem”
- wernisażach organizowanych cyklicznie w ramach Akademii Kultury i Sztuki
- zostajesz prenumeratorem magazynu ludzi biznesu „przedsiębiorcy@eu”

## Członkostwo w Klubie to prestiż:

- patronujemy wydarzeniom o charakterze biznesowym, organizowanym regionalnie jak i w skali ogólnopolskiej, tj.: targi, wystawy, konkursy i programy gospodarcze oraz towarzyszące im seminaria i konferencje
- wspieramy wybrane fundacje, aby w praktycznym wymiarze realizować zasady i cele społecznej odpowiedzialności biznesu
- obejmujemy patronatem Klubu ciekawe wydarzenia kulturalne
- wspieramy młode talenty!

Skontaktuj się z nami: Aneta Sienicka, telefon 603 333 711 bądź mail: [asienicka@kie.biz.pl](mailto:asienicka@kie.biz.pl).

[www.kie.biz.pl](http://www.kie.biz.pl)



## Polędwiczka sous-vide z musem z groszku, babką ziemniaczaną, sałatą ze szpinaku, jarmużu i boczniaków

### Składniki:

180 g polędwiczki wieprzowej  
1 łyżka sezamu białego prażonego  
1 łyżka sosu teriyaki  
1 łyżka oleju

### Mus z groszku:

200 g groszku mrożonego  
1/3 łyżeczki wasabi  
cukier, sól i pieprz

### Babka ziemniaczana:

300 g ziemniaków obranych  
50 g boczku  
50 g kiełbasy  
1 łyżka mąki pszennej  
1 cebula  
1 jajko  
sól i pieprz, majeranek

### Sałatka:

100 g boczniaków  
500 g szpinaku  
50 g jarmużu  
3-4 pomidorki koktajlowe

# Szef kuchni Restauracji Florian Ogień czy Woda - Paweł Śliwa poleca



świeżo zmielony czarny pieprz, sól, papryka wędzona w proszku i opcjonalnie 5 ml oliwy truflowej

### Wykonanie:

Zaczynamy od babki ziemniaczanej. Boczek i kiełbasę kroimy w kostkę, przesmażamy na patelni. Cebulę szatkujemy drobno, ziemniaki trzemy na tarce (duże oczka) i mieszamy z wcześniej przygotowanymi składnikami, dodajemy 1 łyżkę mąki, jajko i przyprawy. Masę wlewamy do brytfanki lub blaszki do pieczenia pasztetów wyłożonej pergaminem, wkładamy do piekarnika na ok. 50 minut, temperatura 160°C. Technika sous-vide, stosowana w niektórych restauracjach, polega na długim, dokładnym gotowaniu w niskiej temperaturze produktu zapakowanego próżniowo. Dzięki temu procesowi zachowujemy wszystkie walory smakowe, a konsystencję zmieniamy na bardzo delikatną i szlachetną. W warunkach domowych bez odpowiedniego sprzętu trudno jest nam gotować w ten sposób, ale nic straconego. Dzięki kilku sztuczkom uzyskamy efekt podobny do sous-vide.

Polędwiczkę oczyścimy z błon, myjemy i posypujemy świeżym pieprzem i kilkakrotnie szczelnie owijamy folią spożywczą. W rondelku wodę doprowadzamy do wrzenia, zdejmujemy z ognia i wkładamy mięso na

ok. 30 minut. W drugim rondelku gotujemy groszek z niewielką ilością wody, wasabi, szczyptą cukru i soli. Groszek gotujemy krótko, by nie stracił koloru, blendujemy i przecieramy przez drobne sito.

Gdy babka ziemniaczana już się upiecze, schładzamy ją i kroimy na kwadraty ok. 3x3 cm. Następnie babkę w postaci dwóch bloczków obsmażamy na patelni wraz z polędwiczką, którą wcześniej wyjęliśmy z folii. Obsmażone produkty odsączamy z nadmiaru tłuszczu na papierze kuchennym, mięso z jednej strony smarujemy sosem teriyaki, posypujemy sezamem i kroimy na trzy części.

Boczniaki marynujemy w wędzonej papryce i kroimy na drobniejsze kawałki, szpinak i jarmuż płuczemy.

Grzyby wrzucamy na rozgrzaną patelnię z odrobiną oleju, po kilku sekundach dodajemy pomidorki koktajlowe, a następnie jarmuż i szpinak. Patelnię ściągamy z ognia (jeżeli w domu posiadamy oliwę truflową, możemy ją użyć do skropienia sałatki - daje świetny efekt smakowy).

Na talerzu (w moim wydaniu – łypek kamienny) łyżką rozprowadzamy mus z groszku, na niego w dwóch punktach kładziemy zapiekankę ziemniaczaną, obok niej stawiamy polędwiczkę, a w naczynku obok podajemy sałatkę ze smażonych grzybów, jarmużu i pomidorków koktajlowych.

**SO-AN**  
SUSHI CLUB

**TOBAYA**  
RESTAURANT

*SO-AN – niezmiennie od ponad 10 lat w pierwszej trójce „Susharni” warszawskich. Genialne sushi, które uzależnia.*

*TOBAYA – klasyka kuchni tajskiej, japońskiej i indonezyjskiej oraz wiele autorskich dań inspirowanych podróżami po Azji.*

*Teraz wszystko w jednym magicznym miejscu, w otoczeniu drzew kawowych i antyków.*

**Zaprasza Monika Marzec wraz z załogą.**

**Warszawa, ul. Ogrodowa 58  
22 520 22 22 [www.tobaya.pl](http://www.tobaya.pl)**



*Dla wszystkich członków  
Klubu Integracji Europejskiej  
20% RABATU*

# Szef kuchni poleca

## Marcin Soból

szef kuchni restauracji  
Krasnodwór poleca:

### Kotleciki jagnięce w posypce ziołowej z kulkami z kaszy jaglanej i warzywami sezonowymi

#### Składniki (2 porcje):

1 comber jagnięcy z 6 kostkami  
2 łyżki oliwy  
1 łyżka musztardy dijon  
2 ząbki czosnku  
gałązka świeżego rozmarynu  
sól morska, świeżo zmielony czarny pieprz  
do smaku

#### Wykonanie marynaty:

Zmieszać wszystkie składniki z oliwą, czosnek i tymianek drobno posiekać i dodać do marynaty. Mięso w marynacie trzymać najlepiej 24 godziny.

#### Posypka:

Mięsz z jednej kromki czerstwego chleba



1/4 szklanki liści natki pietruszki  
1 łyżka tartego parmezanu  
1/2 łyżeczki oliwy extra virgin  
świeżo zmielony czarny pieprz

#### Wykonanie:

Jagnięcinę wyjąć z marynaty i na rozgrzanej patelni obsmażyć z obu stron. Następnie włożyć do rozgrzanego piekarnika i piec je przez 7 minut w temperaturze 200 stopni C. Zmiksować wszystkie składniki na posypkę. Mięso wyjąć z piekarnika, przełożyć na deskę, obłożyć posypką od góry i przyklepać, by się dobrze trzymało i ponownie włożyć do piekarnika na 5 minut. Po wyjęciu jagnięciny odstawić na chwilę by mięso odpoczęło, następnie pokroić na pojedyncze kotleciki z kostką i ułożyć w warzywach.



#### Kulki z kaszy jaglanej

kasza jaglana 1 szklanka  
1 cebula  
1 ząbek czosnku  
1/3 szklani natki  
bułka tarta do obtoczenia  
100 g pomidorów suszonych  
sól, pieprz

Kaszę jaglaną przepłukać na sitku, wsypać do garnka, zalać dwoma szklankami wody, przykryć i gotować przez ok. 10 minut pod przykryciem na wolnym ogniu do czasu aż kasza wchłonie wodę, pozostawić do wystygnięcia. Cebulę i czosnek przesmażyć na patelni, dodać pokrojone drobno pomidory suszone i natkę, wymieszać z kaszą i uformować kulki, obtoczyć w bułce tartej i usmażyć na głębokim tłuszczu.

## Manh Cuong Vu

szef kuchni restauracji Wasabi poleca:



### Kalmar z grilla (Grilled ika)

#### Składniki:

kalmar ok. 200 g  
5-6 szparagów (mogą być świeże lub mrożone)  
pomidor  
liść sałaty karbowanej do dekoracji  
porcja ryżu (lub frytek wg uznania)  
szczypta przyprawa aonori (sproszkowane wodorosty)  
szczypta przyprawy shichimi togarashi  
sake – opcjonalnie

#### Sos:

1 łyżka majonezu  
1/2 łyżeczki ostrego sosu sriracha  
szczypta prażonego sezamu do posypania  
1/2 łyżeczki cukru  
kilka kropli soku z cytryny

Wymieszać wszystkie składniki sosu.



#### Wykonanie:

Danie można przygotować na grillu lub w domu na patelni.

Kalmara kroimy w paski z jednej strony, do środka kalmara wkładamy szparagi, pokrojoną stroną kładziemy kalmara na grillu/rogrzanej patelni z odrobiną oleju – podsmażamy ok. 1,5 minuty i przerzucamy na drugą stronę – tu również smażymy ok. 1,5 minuty. Ponownie przekładamy kalmara na drugą stronę i smażymy jeszcze minutę. W czasie smażenia kalmara

przyciskamy czasem łopatką do grilla/patelni, aby zachować swój kształt. Na drugiej patelni rozgrzewamy masło, przekładamy na nią kalmara – podsmażamy króciutko z obu stron, solimy szczyptę, polewamy odrobiną sosu sojowego i ewentualnie sake. Przekładamy na talerz, posypujemy do smaku szczyptą shichimi togarashi i aonori. Kalmara podajemy z ryżem lub frytkami, ozdobionego pokrojonym pomidorem na liściu sałaty. Z boku talerza robimy ozdobny wzór z wcześniej przygotowanego sosu.

**Mariusz Pietrzak**

szeff kuchni restauracji George Sand  
w Hotelu Mazurkas poleca:

## Comber jagnięcy z chrustem z kwiatów ja- dalnych na musie z bata- tów, ziemniakami confit, grillowanym borowikiem i sercami karczochów

**Składniki:**

180 g jagnięciny (comber z kostką)  
20 g suszonych kwiatów jadalnych  
300 g batatów  
200 g ziemniaków  
2 borowiki  
1 karczoch  
100 ml czerwonego wina  
20 g masła  
50 ml oleju  
100 g młodej marchewki  
50 g groszku cukrowego  
rozmaryn  
300 ml oliwy z oliwek

**Przygotowanie****Obróbka mięsa:**

Comber oczyszczamy z błon i zbędnego tłuszczu, tak aby pozostało czyste mięso i białe kostki.

**MCC MAZURKAS**  
CONFERENCE CENTRE & HOTEL\*\*\*\*

**Purée z batatów:**

Umyte bataty zawijamy w folię aluminiową z odrobiną oliwy, cukru i soli i pieczemy, aż będą miękkie, a następnie obieramy, blendujemy i przecieramy przez drobne sito (w razie potrzeby doprawić).

**Ziemniaki:**

Obrane ziemniaki kroimy w równe krążki i gotujemy na delikatnym ogniu w oliwie z ziołami i solą aż zmiękną.

**Karczochy:**

Karczochy obieramy z łupin, tak aby zostały czyste serca i wkładamy do wody z cytryną żeby nie ściemniały, następnie gotujemy w wodzie z masłem, solą i rozmarynem, aż zrobią się al dente.

Jagnięcinę doprawiamy solą i pieprzem, obsmażamy na patelni i pieczemy w temp. 180°C ok 12 min. Na patelnię po jagnięcinie wlewamy czerwone wino i pozwalamy wyparować połowie, następnie dodajemy zimne masło, tak aby powstał sos. W czasie



pieczenia jagnięciny na talerzu rozprowadzamy purée z batata, tak aby utworzyło podstawę dla naszego dania. Ziemniaki confit obsmażamy na suchej patelni i układamy niesymetrycznie na purée. Gorące karczochy z bulionu, plastry grillowanego borowika, zblanszowane marchewki oraz groszek cukrowy układamy tak, aby tworzyły tło dla jagnięciny. Gotowy sos wylewamy punktowo w trzech miejscach, na nim układamy kawałki mięsa z kostką opanierowane w mieszance kwiatów jadalnych, pieprzu młotkowanego i płatków chilli (jagnięcina po wyjęciu z pieca powinna odpocząć chwilę przed krojeniem). Danie dekorujemy świeżymi listkami naturcji.

**Wiesława Dzierżanowska**

szeffowa kuchni restauracji Sardynia, która żyła na Sardynii przez prawie 30 lat, poleca:

**Sardynia**  
Restauracja 

## Ravioli sardyńskie „Culurgiones di Ogliastra” (tradycyjny sardyński przepis na ravioli z ziemniakami pochodzący z Regionu Ogliastra)

**Składniki:****Pasta:**

1,2 kg mąki semola rimacinata durum  
0,6 l ciepłej wody

**Nadzienie:**

1,5 kg ziemniaków  
50 g startego sera pecorino  
15 listków mięty  
2 ząbki czosnku  
Sól do smaku  
1/4 szklanki oliwy ekstrawergine

**Przygotowanie:**

Nadzienie dobrze jest przygotować dzień wcześniej, wtedy będzie pięknie pachniało i wyśmienicie smakowało.

Ziemniaki gotujemy. Jak wystygną, przeciskamy przez praskę, dodajemy posiekaną miętę, przeciśnięty czosnek, starty ser pecorino, oliwę oraz sól do smaku. Wyrabiamy nadzienie i pozostawiamy w lodówce na całą noc.

Ciasto wyrabiamy z mąki i wody. Gotowe odkładamy do lodówki na godzinę.

Wyrabianie ravioli jest początkowo trudne, trzeba mieć trochę zdolności manualnych, ale poświęcony czas się opłaci, bo dobrze wyrobione ravioli wychodzi piękne jak kłosa zboża.

Ciasto wałkujemy cienko (tak jak na polskie pierogi), wykrawamy krążki mniej więcej o średnicy 8 cm, na każdy kładziemy około 25 g nadzienia.

I tu zaczynają się trudności. Ciasto z nadzieniem trzymamy w lewej ręce, a pracujemy tylko prawą. Składamy dwa brzegi, ścisujemy i nachylamy troszkę do przodu, dodajemy następne i znowu ścisujemy, zakończenie powinno przypominać kłosa pszenicy (takie właśnie zamknięcie nazywa się culurgiones), należy je starannie wykończyć, żeby nadzienie nie wypłynęło podczas gotowania. Na pewno pomogą Państwu zdjęcia. Tradycyjnie ravioli podajemy z sosem pomidorowym i listkiem mięty, posypujemy tartym serem. Do tego dania należy koniecznie napić się słynnego na całym świecie czerwonego wina sardyńskiego Cannonau, które nie tylko jest pyszne, ale też bardzo zdrowe. Dzięki niemu Sardynia słynie z długowieczności swoich mieszkańców.

**Dla czytelników magazynu – rabat 15 proc. na dania z karty.**

# Znamy kolejne Ikony Gracji

V Gala Akademii Dobrego Stylu  
Klubu Integracji Europejskiej

patronat magazynu  
przedsiębiorcy@eu



Laureatki „Gracji” w towarzystwie Ambasadorów Akademii Dobrego Stylu i zarządu Klubu Integracji Europejskiej

Już po raz piąty wręczone zostały statuetki „Gracja” honorujące niezwykle kobiety – Ikony Gracji. Z rąk prezes Klubu Integracji Europejskiej Barbary Jończyk i wiceprezesa Krzysztofa Jończyka nagrody odebrały: Katarzyna Frank-Niemczycka, Teresa Rosati i Anna Popek.

ANETA SIENICKA

**N**agroda przyznawana jest wybitnym postaciom życia publicznego, kultury i biznesu za elegancję i wdzięk. Jest hołdem dla wyróżnionych nią osób za to, co w swoim życiu osiągnęły, zachowując przy tym swój indywidualny styl, który budzi podziw.

Nagrodzone panie dołączyły do coraz szerszego grona wcześniej nagrodzonych „Gracjami”: Ewy Błaszczuk, Bożeny Dykiel, Anny Jurkaszewicz, Beaty Tyszkiewicz, Otylii Jędrzejczak, Izabeli Troja-



Izabela Trojanowska na wybiegu

## Nowi członkowie Klubu Integracji Europejskiej:

- Eduvision – Członek Premium
- Telewizja ATV
- Gabinet Stomatologiczny Anna Godula
- Prive Group
- Range Capital
- Restauracja Sardynia



**Karolina Nowakowska z córką**

nowskiej, Laury Łącz, Grażyny Szapołowskiej, Haliny Frąckowiak, Urszuli Dudziak, Katarzyny Dowbor, Lidii Popiel, Grażyny Wolszczak i Jolanty Kwaśniewskiej.

Organizatorzy wydarzenia, które odbywa się w ramach Akademii Dobrego Stylu Klubu Integracji Europejskiej, zadbali o należytą oprawę uroczystości. Miała ona miejsce w pięknej i wypełnionej po brzegi gośćmi sali balowej Warszawskiego Domu Technika NOT. Wśród gości wydarzenia znaleźli się m.in. Magdalena Zawadzka, Emilian Kamiński, Jacek Borkowski i Jerzy Gruza.

Gali towarzyszył niezwykle pokaz mody z kolekcji Francesca Antonucci i Semper, w którym w role modelek wcieliły się gwiazdy sceny i ekranu, m.in.: Izabela Trojanowska, Anna Powierza, Jolanta Mrotek, Karolina Nowakowska, Aleksandra Mikołajczyk czy Aldona Orman. Tego wieczoru odbył się pokaz nie tylko mody dla kobiet, ale i dziecięcej marki Endo. W pięknej kreacji od Francesca Antonucci i butach marki Hogl (które nosiły również modelki w pokazach mody) prezentowała się też prowadząca galę – aktorka Laura Łącz.



**Anna Poppek, Barbara Jończyk i Krzysztof Jończyk**



**Aldona Orman**



**Jacek Borkowski z dziećmi**



**Występ grupy Show Burlesque Dance**

➔ Dodatkową atrakcją wieczoru był niezwykle sensualny występ Show Burlesque Dance oraz energetyczny koncert zespołu Nun Electro. Po części oficjalnej organizatorzy wydarzenia zaprosili wszystkich uczestników na wystawny bankiet. Podczas Gali goście mieli też okazję nabyć losy, z których dochód trafił do Fundacji Ewy Błaszczak „Akogo?”.

Podczas uroczystości wręczono statuetki firmom, które włączyły się w prace programowe Klubu Integracji Europejskiej, organizacji biznesowej cieszącej się dużą popularnością i uznaniem wśród przedsiębiorców w kraju i za granicą. ■



**Dobre samopoczucie dopisywało**



**Aleksandra Mikołajczyk z córką**

Serdeczne podziękowania za wsparcie i zaangażowanie w organizację V Gali Akademii Dobrego Stylu dla naszych sponsorów i partnerów, bez których obecności to wydarzenie nie mogłoby się odbyć. Szczególnie pragniemy wyróżnić Ambasadorów Akademii Dobrego Stylu, wśród których w tej edycji znaleźli się:

- Irena Thomann z Akuna (Złoty Ambasador)
- Jacek Przybysz z Garden Service (Złoty Ambasador)
- Marcin Marcok z Mart Diamonds (Srebrny Ambasador)
- Justyna Sypka Abdulloh z Amrit Kebab Restaurant (Srebrny Ambasador)
- Jerzy Rożek i Ewa Mańkiewicz-Cudny z Warszawskiego Domu Technika
- Dorota Bracha z Eduvision
- Beata Karwacka z Europejskiego Centrum Pomocy Poszkodowanym
- Renata Dąbrowska-Pasterkiewicz z Biura Rachunkowego Victoria
- Dorota Wodzińska z Dorothy Studio Fryzur i Kolorów

Barbara Jończyk, prezes Klubu Integracji Europejskiej





Reprezentanci uhonorowanych firm

Fot. Dobre zdjęcia Tomasz Kowalski (3)

# Ekskluzywne polskie marki na Gali Biznesu

patronat magazynu  
przedsiębiorcy@eu

Ogólnopolska Gala Biznesu 2015 odbyła się 27 lutego w Sheraton Warsaw Hotel. Na Gali zostały wręczone Statuetki Polish Exclusive 2015 oraz wyróżnienia specjalne: BusinessWoman Roku 2015, BusinessMan Roku 2015 oraz Diamenty Odkrycie Roku 2015.

OLGIERD STAŃCZAK

Laureatami statuetki Godła Polish Exclusive 2015 są firmy, dla których priorytetem jest zaspokajanie wyrafinowanych gustów konsumenckich i których produkty i usługi spełniają najwyższe standardy w Polsce.



Osobowości sukcesu

Otrzymanie statuetki to uhonorowanie pozycji firmy na rynku, jej wkładu w rozwój gospodarczy oraz autorytetu, jakim cieszy się wśród konsumentów i specjalistów branżowych.

Natomiast laureaci BusinessWoman Roku 2015 i BusinessMan Roku 2015 to silne osobowości sukcesu, które swoją działalnością, precyzją i konsekwencją podejmowanych decyzji w znacznym stopniu przyczyniają się do sukcesu prowadzonych przez siebie firm. Wśród nich znaleźli się m.in.: Grażyna Piotrowska-Oliwa, prezes Virgin Mobile Polska Sp. z o.o. oraz Arkadiusz Przybył, prezes Santander Consumer Bank S.A.

Podczas gali wręczono też Diamenty Odkrycie Roku 2015, które jest wyróżnieniem szczególnym, przyznawanym za innowacyjność, kreatywność oraz prognozowaną dynamikę rozwoju.

Wieczór umilił występ duetu Duo Amor oraz Sabiny Jeszki – finalistki programu Mam Talent przy akompaniamencie pianisty Bartosza Staszkiwicza.

Listę laureatów można znaleźć na stronie: [www.certyfikacjaekrajowa.org.pl](http://www.certyfikacjaekrajowa.org.pl) ■



Laureaci Diamentów Odkrycie roku 2015 w towarzystwie Barbary Jończyk, prezes Klubu Integracji Europejskiej

# Kolejni dumni laureaci konkursu „Teraz Polska”



Fot. materiały organizatora (3)

Laureaci konkursu „Teraz Polska”

 patronat magazynu  
 przedsiębiorcy@eu

W poniedziałek 30 maja 2016 r. w Teatrze Wielkim w Warszawie odbyła się XXVI uroczysta Gala „Teraz Polska”, podczas której nagrodzone zostały najlepsze polskie firmy, usługi, innowacje i samorządy. Po raz siódmy przyznane zostały również tytuły Wybitnego Polaka.

Olgierd STAŃCZAK

W tym roku kapituła konkursu „Teraz Polska” nagrodziła Godłem 15 produktów, osiem usług, dwa przedsiębiorstwa innowacyjne oraz trzy gminy.

– Tegoroczna edycja konkursu była jedną z najbardziej interesujących pod względem różnorodności zgłoszonych produktów i usług. Kapituła, która na podstawie ocen eksperckich wybierała laureatów, nie miała łatwego zadania. 58 proc. zgłoszeń otrzymało na etapie oceny ekspertów 900 i więcej punktów na 1000 możliwych, co potwierdza, że kolejny raz możemy cieszyć się wysokim poziomem i wyrównaną rywalizacją o Godło „Teraz Polska” – podsumowuje Michał Lipiński, dyrektor konkursu „Teraz Polska”.

– Z satysfakcją obserwujemy, jak z roku na rok wśród laureatów przybywa firm oferujących najnowocześniejsze roz-



wiązania w swoich branżach. Jesteśmy przekonani, że mają one olbrzymi potencjał, by stać się wizytówką polskiej gospodarki na świecie – dodaje.

Godło „Teraz Polska” cieszy się dziś zaufaniem, uznaniem społecznym i dobrą opinią publiczną. Jest gwarancją najwyższej jakości, jaką otrzymują konsumenci, nabywając produkt czy usługę. – W czasach, kiedy coraz większą popularnością cieszy się idea patriotyzmu konsumenciego, Godło pomaga Polakom podejmować wybory również przy sklepowej półce. Daje im pewność, że wybierają towar dobry i produkowany w Polsce – tłumaczy Krzysztof Przybył, prezes Fundacji Polskiego Godła Promocyjnego.

Rozpoznawalność Godła „Teraz Polska” przekłada się także na możliwości promocyjne, jakie pojawiają się przed laureatami.

– Decyzję o wzięciu udziału w konkursie „Teraz Polska” podjęliśmy po otrzymaniu rekomendacji Polskiej Agencji Rozwoju Przedsiębiorczości, która kilka miesięcy wcześniej doceniła wartość i potencjał naszego produktu – systemu C-Eye, przyznając mu nagrodę główną w konkursie „Polski Produkt Przyszłości”. Znaleźliśmy się w gronie laureatów konkursu „Teraz Polska” jest dla nas nobilitacją i świetną okazją do zintensyfikowania działań marketingowych na rynku międzynarodowym – mówi Bartosz Kunka, prezes zarządu AssisTech.

– Przystępując do konkursu „Teraz Polska” chcieliśmy umocnić markę Międzyzdrojów jako gminy wiarygodnej dla inwestorów, przyjaznej dla mieszkańców, nowoczesnej i atrakcyjnej dla turystów z Polski i z zagranicy. Udało się! Przyznanie przez gremium ekspertów i kapitułę konkursu Godła „Teraz Polska” to uznanie i prestiż, którymi możemy się szczycić. Czujemy się niezwykle dumni, że znaleźliśmy się w szacownym gronie laureatów – podsumowuje Leszek Tomasz Dorosz, burmistrz Międzyzdrojów.

Kapituła konkursu „Teraz Polska” po raz piąty przyznała honorowe wyróżnienia wyjątkowym wydarzeniom i inicjatywom promującym Polskę w kraju i za granicą. Honorowe Godła otrzymali:

- Stowarzyszenie WIOSNA za organizację akcji Szlachetna Paczka,
- Muzeum Powstania Warszawskiego,
- Polski Związek Piłki Siatkowej za organizację Ligi Światowej.

– Super! Ja po prostu od zawsze chciałem, aby Polska była lepszym krajem. Nie chciałem, żeby niektórym było dobrze, albo tylko mnie. Chciałem, by wszystkim było dobrze. Tego chcę i dzisiaj. Dlatego krzyczę razem z wami: Teraz Polska!!! – mówi ks. Jacek Strzycki, prezes Stowarzyszenia WIOSNA.



Wybitni Polacy – prof. Krzysztof Matyjaszewski, Elżbieta Wysoczańska i Irena Eris

## Znalezienie się w gronie laureatów konkursu „Teraz Polska” jest nobilitacją i świetną okazją do zintensyfikowania działań marketingowych na rynku międzynarodowym



Zbigniew Wodecki i zespół Mitch&Mitch

Podczas wieczornej Gali poznaliśmy również laureatów VII edycji konkursu „Wybitny Polak”, którzy swoją działalnością oraz licznymi sukcesami promują wizerunek Polski i Polaków na świecie. W tym roku tytuły „Wybitnego Polaka”

otrzymali: Irena Eris, Elżbieta Wysoczańska oraz prof. Krzysztof Matyjaszewski.

Uroczysty wieczór usświetnił koncert Zbigniewa Wodeckiego i zespołu Mitch&Mitch. ■

# Najlepsze warszawskie restauracje wybrane!

21 kwietnia w restauracji LIF odbyła się uroczysta gala wieńcząca piątą edycję konkursu kulinarnego „Warszawa od kuchni”. W ramach tej akcji spośród licznych warszawskich restauracji wyłaniane są te najlepsze.

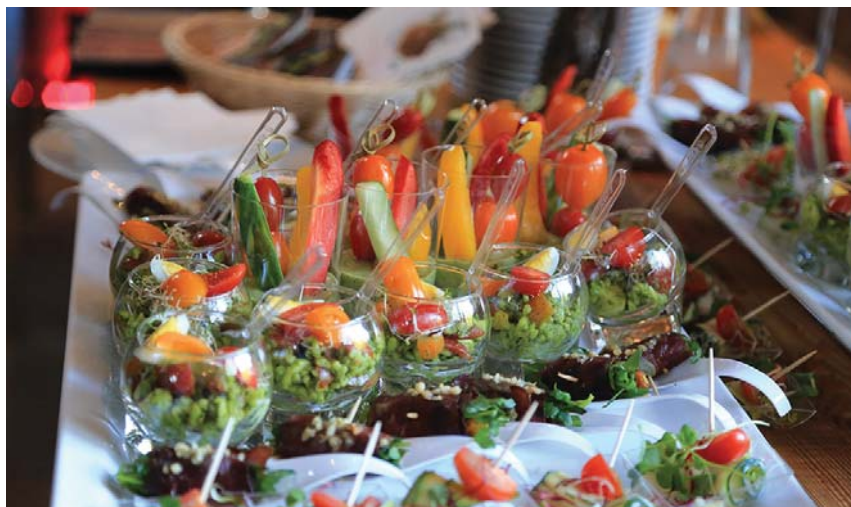
EWA MAJ

**W** tym roku statuetkę Złotego Widelca otrzymało 33 zasłużonych szczęśliwców. Poza tym wybrano też Piekarnię Roku i Cukiernię Roku. Po raz pierwszy organizatorzy przyznali Nagrodę Specjalną dla Polsat Cafe za program telewizyjny o tematyce kulinarnej „Zdrowie na Widelcu”.

Gałę wręczenia nagród prowadziła aktorka Laura Łącz, która z właściwą sobie elegancją odczytywała interesujące uzasadnienia jurorów. Po części oficjalnej goście zostali zaproszeni w podróz kulinarną przez różne kontynenty. Wśród potraw przygotowanych przez samych laureatów znalazły się bowiem m.in. specjalności kuchni indyjskiej, japońskiej, europejskiej oraz amerykańskiej.



Laureaci konkursu „Warszawa od kuchni”



Goście mogli na miejscu spróbować dań laureatów



Wśród laureatów znalazł się Robert Sowa i jego N31 RESTAURANT&BAR

Jak co roku lokale były oceniane przez osoby ze świata show-biznesu i kultury, mediów i polityki. Recenzenci obserwowali jakość obsługi, wygląd posiłku, smak potrawy oraz różnorodność menu. Cenioną zaletą była również obecność potraw lokalnych.

Organizowana przez Warszawską Izbę Przedsiębiorców akcja cieszy się poparciem prezydenta miasta stołecznego Warszawy Hanny Gronkiewicz-Waltz oraz marszałka województwa mazowieckiego Adama Struzika. Przedsięwzięciu towarzyszyła szeroka oprawa medialna. Patronatu medialnego udzieliły branżowe magazyny „Restauracja” i „Hotelarz”, „Przedsiębiorcy@eu”, „Przegląd Gastronomiczny”, telewizja TV VIP, portale NewsGastro.pl, TrudnyKlient.pl, Cytrynowo.pl i PysznaWarszawa.pl. Partnerem Głównym Konkursu był LYONES POLSKA. Lista nagrodzonych na [www.warszawaodkuchni.pl](http://www.warszawaodkuchni.pl). ■



## Salony firmowe

Salon Alles Manufaktura, piętro  
Łódź, ul. Drewnowska 58



Salon Alles Arkady Wrocławskie  
Wrocław, ul. Pow. Śląskich 2-4



Salon Alles Modu Domy Mody  
Warszawa, ul. Łopuszańska 22



*Bielizna, która inspiruje*



*Kobiece wnętrza*



*Intymna atmosfera*



*Kapik dla dzieci*



*Obwody 65-95*



*Mieszki A-K*



*Bielizna dzienna i nočna*



# Jak postępować po wypadku – poznaj swoje prawa!

Tematem kwietniowego spotkania dla przedsiębiorców było postępowanie po wypadku. O zasadach zachowania w tej nietypowej dla każdego sytuacji opowiadała Beata Karwacka, prezes Europejskiego Centrum Pomocy Poszkodowanym, które już od ponad dekady pomaga ofiarom wypadków drogowych w uzyskaniu należnego im odszkodowania.

Rafał KORZENIEWSKI



Beata Karwacka z Europejskiego Centrum Pomocy Poszkodowanym

Nikomu oczywiście tego nie życzymy, ale gdy zdarzy nam się wypadek, powinniśmy wiedzieć, jak postępować, powinniśmy znać swoje prawa, a także wcześniej na wszelki wypadek się przygotować.

Po obfitującym w wiele cennych rad i sugestii spotkaniu uczestnicy mieli okazję zjeść nietypowe, bo azjatyckie śniadanie, które przygotowała restauracja ToBaYa.



Sala pełna słuchaczy



Poranna kawa z ekspertem



Mimo trudnej tematyki, nastój dopisywał



Śniadanie w azjatyckim stylu

# Polski biznes w Afryce

Podczas comiesięcznego spotkania z cyklu poranna kawa z ekspertem Klubu Integracji Europejskiej uczestnicy mieli okazję przenieść się w niezwykle rejony nie dla wszystkich jeszcze odkrytej Kenii.

Rafał KORZENIEWSKI

to rozmowy o biznesie,  
fachowe doradztwo,  
towarzystwo przedsiębiorców,  
pyszne śniadanie i wyborna kawa.

Chcesz wziąć udział?  
zadzwoń: 603 333 711



Spotkaniu towarzyszyło losowanie nagród związanych z Afryką

Pan Grzegorz Kępski, prezes Africaline, firmy organizującej szyte na miarę podróże do Afryki, przedstawił uczestnikom ten kraj nie tylko jako cel niezapomnianej podróży, ale też jako miejsce przyjazne i oczekujące na polski biznes. Polskie firmy mają wiele możliwości eksportu różnego rodzaju towarów do tego wciąż nienasyconego wszelkimi dobrami, a przy tym szybko rozwijającego się kraju.

Po obfitującym w wiele ciekawych i inspirujących opowieści spotkaniu, uczestnicy mieli okazję skosztować wyśmienitej kuchni restauracji Halka po polsku.



Temat był bardzo interesujący



Grzegorz Kępski i Agnieszka Lewandowska z Africaline

# Fundusze unijne dla Mazowsza

Kolejne spotkanie z ekspertem dla biznesu poświęcone było środkom dostępnym dla przedsiębiorców w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Mazowieckiego na lata 2014–2020. Fundusze z tej puli przeznaczone dla przedsiębiorców dostępne będą szerzej właśnie od tego roku.



Paweł Szynowski omówił szczegóły nowej finansowej perspektywy

Rafał Korzeniowski

Temat wciąż jest bardzo aktualny, a że większość firm będących członkami Klubu Integracji Europejskiej jest właśnie z Mazowsza, również dla nich ważny. Jednak nie tylko firmy z Mazowsza mogą się o te środki starać, kryterium jest tu miejsce lokalizacji inwestycji.

Przedstawieniem zasad obowiązujących przy rozdziale tych środków i możliwości ich pozyskania zajął się pan Paweł Szynowski z firmy Projekt Ekspert będącej merytorycznym partnerem spotkania. Środków, co mocno pokreślił, przeznaczonych na wdrażanie innowacji, zatem kryterium dotyczące innowacyjności zawsze tu obowiązuje. Wyjaśnił przy tym szczegółowo kwestie związane z typami projektów i poszczególnymi „osiami pomocowymi”. Odpowiadał też na liczne pytania, dotyczące możliwości skorzystania z tych funduszy w konkretnych przypadkach.

Po tej części spotkania, która odbyła się w sali konferencyjnej, goście przeszli do restauracji Ujazdowska&Mołdawska, gdzie czekało przygotowane przez gospodarzy pyszne śniadanie w mołdawskim stylu.



Temat funduszy unijnych zawsze jest interesujący dla przedsiębiorców



Temat wymagał skupienia



Zwycięzcy loterii z cennymi nagrodami w towarzystwie Barbary Jończyk, prezes Klubu Integracji Europejskiej i Doroty Bracha z Eduvision



# Polubowne metody rozwiązywania sporów

Już po raz drugi przedsiębiorcy zrzeszeni w Klubie Integracji Europejskiej mieli okazję spotkać się z mecenas Agatą Rewerską z kancelarii prawnej Ad Exemplum. Tym razem tematem naszego spotkania były arbitraż i mediacja.



Goście dopisali



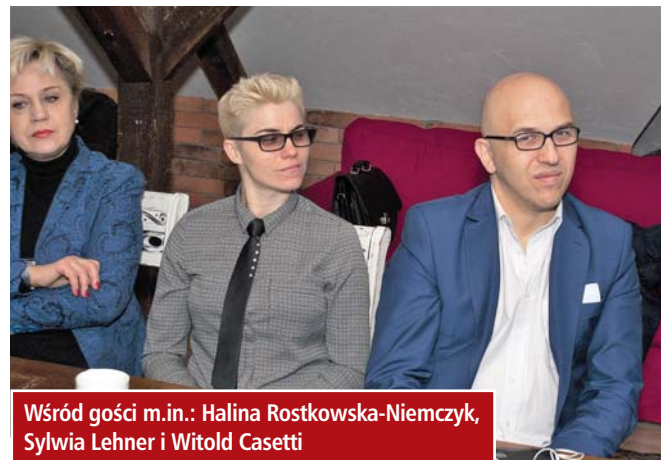
Temat wyłożyła mec. Agata Rewerska

Rafał Korzeniewski

Dwie bardzo różne metody pozasądowego rozstrzygnięcia sporów. Arbitraż to też rodzaj sądu, ale sądu, na którego jurysdykcję sami się godzimy. Wymaga to uprzedniego, odpowiedniego zapisu w umowie. Dzięki temu zyskujemy to, że spór związany z jej realizacją rozstrzygną fachowcy obeznani z biznesową praktyką, a najczęściej i samym przedmiotem sporu. I już to powinno, jak podkreśliła mecenas Agata Rewerska, zachęcić nas do tego, by z takiej klauzuli w umowie korzystać jak najczęściej. Bo słabością naszego sądownictwa jest to, że nie jest ono w sprawach gospodarczych w żaden sposób wyspecjalizowane. Najpierw więc sędziowie muszą zrozumieć, o co w ogóle chodzi, a potem dopiero rozstrzygnąć spór. A to po prostu trwa. Mniej jest też z reguły w postępowaniu przed sądem arbitrażowym formalności, co jest cechą charakterystyczną sądownictwa polubownego. Sąd arbitrażowy będzie tu więc sprawniejszy i wyda wyrok szybciej. Mamy też, jako strona, wpływ na dobór zasiadających w sądzie arbitrów. W praktyce klauzule wskazujące na sąd arbitrażowy, jako miejsce rozwiązywania ewentualnych sporów, pojawiają się w umowach coraz częściej. W dyskusji, jaka się w związku z tą częścią prezentacji wywiązała, zwrócono jednak uwagę, że o ile wielki biznes dysponuje sprawnie działającymi sądami arbitrażowymi (podano jako przykład sąd arbitrażowy działający przy Lewiatanie), to brak tu wciąż dobrych propozycji dla mniejszych firm.

Mediacja to z kolei metoda, do której możemy w przypadku sporów uciec zawsze, nie ma tu żadnych ograniczeń poza tym, by zgodziły się jej poddać obie strony. Pierwotnie służyć miała pomocą w rozstrzygnięciu sporów rodzinnych, z taką intencją ją wprowadzano. To się akurat na naszym gruncie nie sprawdziło, o wiele szersze zastosowanie znalazła przy rozstrzygnięciu sporów gospodarczych. O ile sąd arbitrażowy rozstrzyga spór, o tyle rola arbitra jest zupełnie inna. Poddające się mediacji strony muszą same dojść do ugody, mediator służy im tylko pomocą. Nie powinien przy tym nawet wskazywać na sposób rozwiązania sporu, bo stanąłby po jednej ze stron lub nawet sam stał się trzecią stroną, a to nie jego rola! Ciekawostką jest to, że po ostatnich zmianach w prawie mediatorem może być praktycznie każdy, byleby nie był... zawodowym sędzią.

Tradycyjnie po spotkaniu, uczestnicy zostali zaproszeni na wyśmienite śniadanie przygotowane przez restaurację Florian Ogień czy Woda.



Wśród gości m.in.: Halina Rostkowska-Niemczyk, Sylwia Lehner i Witold Casetti

# Energy Gaz Polska – lider w montażu samochodowych instalacji gazowych!!!

Energy Gaz Polska od 12 lat współpracuje z Klientem zapewniając swoim Partnerom profesjonalny serwis i montaż LPG, jak również wsparcie techniczne i merytoryczne. Nasza Firma spełnia najwyższe normy zgodne ze sztuką montażu systemów LPG, potwierdzone dnia 22.03.16 r. kontrolą i pozytywnym wynikiem Instytutu Transportu Samochodowego. Taka ocena ITS to poświadczenie najwyższych kwalifikacji pracowników Energy Gaz Polska oraz zastosowania procedur, zapewniających komfort pracy z Klientem biznesowym i prywatnym.

Taki scenariusz możliwy jest tylko dlatego, że w Energy Gaz Polska Klient otrzymuje profesjonalną usługę montażu lub serwisu LPG w oparciu o najlepsze w swojej klasie marki instalacji: Landi Renzo, Lovato, Zavoli, BRC, Tartarini, Prins, KME w tym dedykowane kompletacje do bezpośredniego wtrysku benzyny zasilające coraz częściej nowe, flotowe samochody na gwarancji producenta.

## **Energy Gaz Polska – Autogaz do Flot! Biznesowe auta na LPG to ogromny zysk!!!**

Specjalizacja w dziedzinie autogazu, praktyka, wiedza, profesjonalizm oraz stałe podnoszenie kwalifikacji pracowników Energy Gaz Polska z zastosowaniem markowych, sprawdzonych i niezawodnych systemów LPG dają zarządzającym Flotami:

- Zachowanie gwarancji na samochody nowe, dzięki współpracy z producentami aut flotowych lub możliwość zaoferowania dedykowanego ubezpieczenia.
- Radykalne zmniejszenie kosztów eksploatacji pojazdów Firmowych, co jest najistotniejszym czynnikiem zastosowania LPG, bez straty niezawodności i komfortu jazdy po montażu LPG na obu paliwach.
- Montaż wyłącznie dedykowanych, bezawaryjnych, najwyższej klasy instalacji LPG umożliwiających bezawaryjne użytkowanie samochodu po montażu gazu. Samochód po montażu LPG pojawia się jedynie w serwisie EGP na przeglądy gwarancyjne raz do roku lub co 15 tys. km.
- Zwiększony zasięg samochodu, gdyż silnik samochodu zasilany jest poprzez 2 paliwa, niezależnie pracujące systemy benzynowy i gazowy.
- Natychmiastową gotowość serwisową gwarantowaną przez Energy Gaz Polska Klientowi biznesowemu, samochody pracują, a nie tracą czasu z powodu przestoju serwisowych lub awarii.
- Inwestycja w LPG daje imponujące oszczędności oraz podnosi wartość samochodu flotowego. Obsługa Floty przez EGP to gwarancja właściwie serwisowanych samochodów z autogazem i dodatkowy argument przy odsprzedaży aut na rynku wtórnym.

## **Przedsiębiorco - dzięki usłudze montażu LPG w Energy Gaz Polska zyskasz oszczędności, które przeznacysz na inwestycje!!!**

Czasz kiedy diesel wiódł prym odchodzą w zapomnienie, gdyż Floty wybierają autogaz.

Obecnie diesle mają kłopot ze spełnieniem wygórowanych norm spalin, są awaryjne, a ich naprawa kosztuje krocie. LPG wdarło się przebojem na rynek Polski do świata producentów marek flotowych.

### **Zobacz, dlaczego warto!**

Montaż LPG jest zawsze opłacalny, czy to do 3, 20 czy 400 samochodów. Zyski mogą być jedynie jeszcze większe i to doskonała wiadomość dla posiadaczy, administratorów firmowej Floty. Czasem trudno uwierzyć, że wystarczy posiadać w samochodach autogaz, aby zyskać ogromną sumę na inwestycje, podatki czy pensje dla pracowników. Flota 20 jeżdżących Peugeotów Partner w firmie kurierskiej, to gwarantowane oszczędności roczne na poziomie 550 000 zł. To mało? Oczywiście sceptycy powiedzą - najpierw trzeba zainwestować w instalację, więc to wydatek! To prawda, ale taka inwestycja do jednego samochodu zwróci się nawet już po 1,5 miesiąca, gdyż Klient miesięcznie pokonuje dystans 10 tys. km jednym autem!!! Każdy kolejny kilometr niesie czysty zysk!!! Flota 400 pojazdów do montażu LPG to prawdziwy rarytas! Uznana na rynku firma kosmetyczna zmieniając Flotę, zakupiła niezawodne Seaty i od razu założyła do nich instalacje gazowe, aby zadbać o środowisko i budżet firmy. Tutaj kwota zysków zapiera dech w piersiach. 400 Seatów Ibiza na LPG przyniesie dla Firmy blisko 600 000 zł oszczędności miesięcznie! Rocznie w budżecie tego przedsiębiorstwa zostanie 7 040 000 zł, a to już tak ogromna suma, że aż trudno uwierzyć! Można za nią kupić na przykład 140 nowych Seatów!

**CZAS NA GAZ**  
**montowany w Energy Gaz Polska, profesjonalnym zakładzie montażu  
i serwisu LPG dla Flot i Biznesu!**



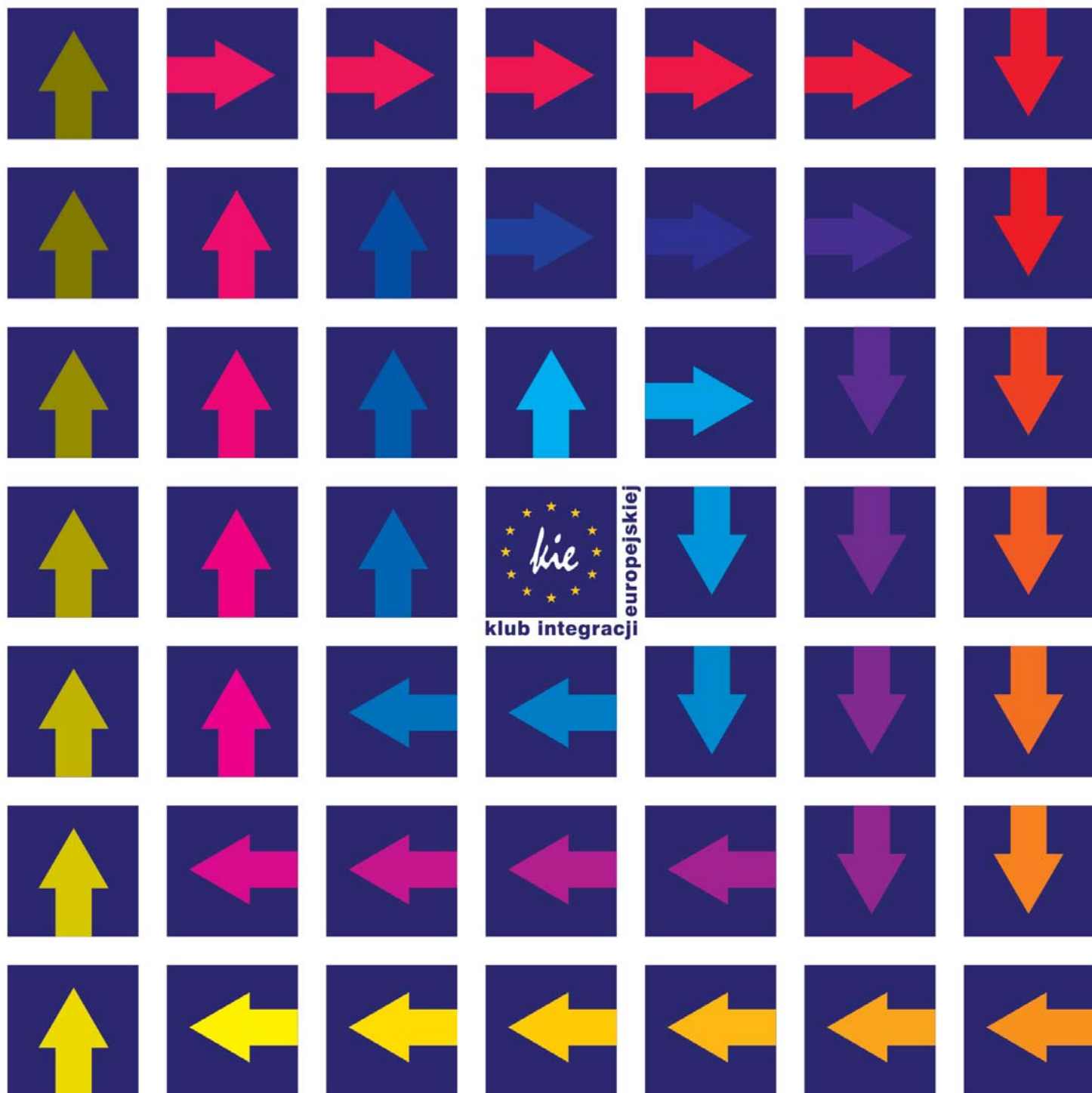
## **LIDER W MONTAŻU LPG DO FLOT, BIZNESU**

- **Gwarancja fachowego montażu LPG do FLOT.**
- **Dedykowane instalacje LPG najlepszych, markowych Producentów Autogazu.**
- **Montaż LPG do nowych aut bez utraty gwarancji.**
- **Obsługa Klientów korporacyjnych: Szkół Jazdy, Dealerów, Flot samochodowych, Korporacji TAXI.**
- **Pewność fachowego montażu instalacji LPG potwierdzona pozytywnym wynikiem kontroli Instytutu Transportu Samochodowego. (18.03.16r)**

**Energy Gaz Polska**  
**ul. Ostrobramska 38A**  
**04-193 Warszawa**  
**tel.: 22 810 00 90, 504 20 01 01**  
**www.egp.pl, egp@egp.pl**



# Bądź twórcą swojego sukcesu **dołącz do nas!**



  
klub integracji europejskiej

[www.kie.biz.pl](http://www.kie.biz.pl)