

magazyn ludzi biznesu

przedsiębiorcy @ eu

Nr 2/2015 kwiecień, maj, czerwiec

Cena 9.90 zł (w tym 8% VAT)



ISSN 2300-0333

Andrzej Blikle

Jakość jest spełnieniem
oczekiwań klienta

Mieczysław Bąk

Fair Play w biznesie

Szymon Majewski

Humor jest ratunkiem w trudach życia

Wieczna „Zgaga” Doroty Stalińskiej

Niemen w Ney Gallery&Prints

Ponadklasowy VW Passat

Wiosenne porządki w diecie

Bajkowa Suwalszczyzna
Zagadkowy Dubaj

przedsiębiorcy@eu
na gali Fair Play

Janusz

Głowacki

Huśtam się nad oceanem

Fot. Hanna Prus

centrum konferencyjne nieograniczonych możliwości

www.mazurkashotel.pl



- 12 km | 12 km od centrum Warszawy
- 15 minut | 15 minut samochodem z Lotniska im. F.Chopina w Warszawie
- 158 pokoi | 158 komfortowych dwuosobowych pokoi hotelowych
- 400 miejsc | 400 miejsc parkingowych
- 3500 m² | 3500 m² powierzchni konferencyjnej
- 9000 kg | 9000 kg udźwigu mocowań sufitowo-ściennych dla rozwiązań multimedialnych

MCC MAZURKAS
CONFERENCE CENTRE & HOTEL****



KONTAKT:

+48 22 721 47 47 (-49)
bankiety@mazurkashotel.pl

- 4 **TWARZE BIZNESU**
- Andrzej Blikle
„Jakość jest spełnieniem oczekiwań klienta”
 - Andrzej Bartkowski
„Forum Humanum Mazurkas – projekty jakich wciąż mało”
 - Marcin Zapędowski
„Okręć na wzburzonym morzu”
- 10 **OSOBOWOŚĆ NUMERU**
- Janusz Głowacki
„Huśtam się nad oceanem”
- 12 **BIZNES I GOSPODARKA**
- Fundusze europejskie na lata 2014-2020 coraz bliżej
 - Fair Play w biznesie
 - Wiele firm gra fair play
 - Standardy mamy światowe
 - Biznes Made In China
- 22 **Z SZUFLADY EKSPERTA**
- Finansowanie: w leasingu czy na kredyt?
 - Niewiedza finansowa to strata czasu i pieniędzy
 - Ochrona danych osobowych a przedsiębiorca
 - Czas na fotowoltaikę
 - Content is King – o sile treści w reklamie
 - Jak networking wspiera rozwój biznesu – poziom 4
 - Aplikacje są wśród nas
 - Przemiany osobiste i rozwój
- 38 **W DOBRYM STYLU**
- W stadzie siła
 - Makijaż biznesowy
 - Poznajcie się, czyli formy przedstawiania osób w biznesie
 - Alzacja – kolebka białych win
 - W gorącej wodzie Company
 - Wiosenna aranżacja balkonu
 - Genewa w dyszy samochodu
 - IV generacja Doblò – dla firmy i dla rodziny
 - Ekskluzywna karta Maserati od Lion's Bank
 - Te auta kochają złodzieje
 - Ponadklasowy VW Passat
 - Kia Optima – upiększa segment D
 - Peugeot 508 – charakter lwa
 - Mitsubishi ASX – uniwersalny crossover
 - Toyota Auris – kompakt idealny
- 58 **KULTURA NA WIDELCU**
- Humor jest ratunkiem w trudach życia
 - Niemen w Ney Gallery & Prints
 - Plener musi mieć formę
 - Dlaczego warto inwestować w sztukę?
 - Wieczna „Zgaga”
 - Subiektywny Przegląd Kulturalny
- 70 **ZDROWIE I URODA**
- Pracować i dbać o formę
 - Wiosenne porządki w diecie – jak się do nich zabrać?
 - Nauka w służbie włosów
 - Futro z norek na rękach
 - Wychodzenie z cienia
 - HCV – a co to?
- 84 **TURYSTYKA I WYPOCZYNEK**
- Dziesięć mitów o Dubaju
 - Suwalszczyzna – kraina jak baśń



Szanowni Państwo,

Bieżący rok będzie obfitował w istotne dla Polski wydarzenia polityczne, jakimi będą wiosenne wybory prezydenckie oraz jesienne – parlamentarne. Zdecydujemy wtedy w czyje ręce oddamy ster państwa na najbliższe lata, co zapewne nie pozostanie bez wpływu na życie wszystkich obywateli. Jednak nie tylko polityka krajowa będzie nas w tym roku zaprzętała. Wydarzenia na sąsiadującej z nami Ukrainie oraz kiereunek, w jakim się one rozwiną mogą budzić nasze obawy, ale też nadzieje, że ten rok przyniesie być może poko-

jowe rozwiązanie istniejącego tam konfliktu.

Jednak polityka, zarówno międzynarodowa, jak i krajowa, chociaż ma ona wpływ także na gospodarkę a przez to na życie przeciętnego obywatela, nie są jedynym co może nas zajmować. Drobne radości życia także mają przecież ogromne znaczenie. Dlatego cieszymy się wspólnie, że świat wokół nas rozkwitł wiosennie. Zapowiada to bowiem miły czas, kiedy możemy, już bez przeszkód cieszyć się urodą natury.

Zaś w wiosennym wydaniu naszego magazynu szczególnie polecam Państwu wywiad. Nasi rozmówcy to osoby nieszlachetne, wybitne jednostki w swoich dziedzinach, ludzie ogromnie interesujący i z dorobkiem wartym szacunku. Nasz wywiad okładkowy tym razem został przeprowadzony ze znanym na całym świecie pisarzem, dramaturgiem i scenarzystą, odnoszącym olbrzymie sukcesy w Stanach Zjednoczonych, a w Polsce będącym wręcz legendą, czyli z Januszem Głowackim. Jest on szczególnie wart polecenia, ze względu na to, że Janusz Głowacki wywiadów w ostatnich latach udziela niechętnie. Czujemy się zatem zaszczytzeni tym, że dla nas zrobił wyjątek. A skoro wiosna, polecam też wiele ciekawych artykułów, dzięki którym przygotujemy nasz umysł i ciało na nowe okoliczności przyrody. Dla tych, którzy myślą już o wakacjach mamy ciekawe propozycje na wypoczynek w kraju i zagranicą. Ci, którzy będą chcieli udać się w podróż autem, a wcześniej zamienić obecne na nowe, może przypadnie do gustu jeden z prezentowanych przez nas modeli, a jest w czym wybierać...

Życzę Państwu miłej lektury naszego magazynu i mam nadzieję, że spełni on Wasze oczekiwania.

Barbara Jończyk

wydawca i redaktor naczelna magazynu „przedsiębiorcy@eu”

- 90 **WYDARZENIA**
- Wielka Gala „Przesiębiorstwo Fair Play” 2014
 - 25 lat Krajowej Izby Gospodarczej
 - Sztuka wśród przedsiębiorców
 - „Moda na tolerancję”
 - Gwiazdy na gwiazdkę
 - La perla w krakowskim Holiday Inn
 - Charytatywna choinka
 - Trzy kolory Krajewskich
 - Poruszenie
 - „Piękno wewnętrzne jest nieśmiertelne”
 - Walentynkowy bal
 - Polskie firmy docenione
 - Szepty Janusza Lewandowskiego
 - Benefis Romana Kłosowskiego
 - „Postrzeżenie” Marcina Painty
 - Niezwykłe spotkanie po 50ce
 - Libańskie smaki w Le Cedre
 - O inwestowaniu on-line
- 104 **AKADEMIA DOBREGO SMAKU**
- Mistrz poleca
- 106 **WARSZAWSKIE SPOTKANIA BIZNESOWE**

Redakcja:

ul. Kaliska 17 lok. 42, 02-316 Warszawa
tel. 501 243 876
e-mail: redakcja@przedsiębiorcy.eu, www.ejp.biz.pl
Redaktor naczelny: Barbara Jończyk
Redaktor prowadząca: Aneta Sienicka
Zespół redakcyjny: Izabela Włodarczyk,
Izabella Jarska, Krystyna Zbylut,
Krzysztof Jończyk, Rafał Korzeniowski,
Dora Rostofska, Paulina Bocheńska

DTP i druk:

MaxMedia,
ul. Estrady 67, 01-932 Warszawa,
tel. 22 832 42 51
wydawnictwo@maxmedia.org.pl
www.maxmedia.org.pl
Kontakt w sprawie reklamy:
Barbara Jończyk, tel. 501 243 876
Korekta:
Dominika Dziurdzikowska

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 29.03.2015 r.

Publikowane zdjęcia i materiały są własnością redakcji oraz prezentowanych firm i instytucji. Przedruk tylko za zgodą wydawcy. Redakcja zastrzega sobie prawo do skrótów.

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam oraz materiałów promocyjnych.

JAKOŚĆ JEST SPEŁNIENIEM oczekiwań klienta

Jak rozumiem jakość? Pojmuję ją jako spełnienie oczekiwań klienta. Co oznacza, że jakość nie jest cechą produktu samą w sobie, ale zależy od tego czego oczekuje jego odbiorca. A te oczekiwania wynikają z tego co konsument wie o danym wyrobie – mówi Andrzej Blikle, z wykształcenia informatyk, profesor nauk matematycznych, członek Rady Języka Polskiego, pracownik naukowy, specjalista w zakresie matematycznych podstaw informatyki, wykładowca akademicki oraz mistrz cukierniczy.

ROZMAWIA IZABELLA JARSKA



Czy nauki ściśle związane z Pana wykształceniem – matematycznym i informatycznym – były przydatne w zarządzaniu firmą Blikle?

– Tak, były przydatne, ponieważ porządkują sposób myślenia, a przede wszystkim dają nawyk do precyzyjnego formułowania zadań, pytań i projektów... Matematycy nazywają to kulturą matematyczną. Oczywiście w sensie technicznym to czego się uczułem podczas studiów, gdy idzie o matematykę było mi w firmie przydatne znacznie mniej. Ale już wiedza informatyczna przydała mi się w praktyce, ponieważ podczas dwudziestu lat, kiedy zarządzałem firmą, zrobiłem dwa programy bazodanowe, których nie udawało mi się kupić na rynku. Dzięki temu byłem też w stanie mój program szybko i tanio modyfikować pod oczekiwania moich pracowników.

Blikle jest jedną z nielicznych polskich firm, które przetrwały okres PRL-u i istniały nawet wtedy jako marka. Jak udało się ją przeprowadzić przez tamten, niełatwy dla prywatnych przedsiębiorstw, czas?

– W tamtych czasach mówiło się, że Polska była najweselejszym barakiem w socjalistycznym obozie. W naszym kraju, inaczej niż w pozostałych państwach RWPG, istniał sektor prywatny. Nazywano go rzemieślniczym i obejmował małe firmy liczące do 40 pracowników. Nie był instytucjonalnie zakazany jak w Czechosłowacji czy w Rumunii lub na Węgrzech, gdzie praktycznie nie istniały prywatne firmy. Drugim ważnym powodem, dla którego marka Blikle przetrwała tamten czas, było zaangażowanie mojego ojca i jego poczucie, że dla niego nie ma życia poza tą firmą. Liczyło się także to, że chciał przekazać w przyszłości tę schedę kolejnemu pokoleniu. Miał wielkie poczucie odpowiedzialności wobec tych pokoleń, które budowały firmę przed nim, ale i wobec tych, które nadejdą. To jego zaangażowanie wyraziło się dobitnie w tym, co mi kiedyś powiedział: „Wielu moich kolegów samych rezygnuje, bo nie wytrzymują presji emocjonalnej, jaką stwarzają kontrole, aresztowania i nieustanne zagrożenie przypadkiem majątku. Ja sobie powiedziałem: sam nie zrezygnuję. Chyba, że zabiorą mi firmę siłą. Sam jej nie oddam”. I rzeczywiście walczył o tę naszą firmę. No i na koniec – mój ojciec prowadził szeroki PR, który nazywał reklamą. Oczywiście w tamtych czasach reklama sensu stricto nie istniała, ale można było różnymi sposobami powodować wydarzenia medialne. Na przykład takie, że kiedy Juliette Greco przyjechała do Polski, ojciec ofiarował

jej 50 róż i 100 pączków, o czym później francuska gwiazda powiedziała w wywiadzie dla „Przekroju”. Podczas konkursów chopinowskich codziennie dostarczał kilka tac pączków na stoły jury i oczywiście Małcużyński i Rubinstein, którzy w nim zasiadali później o tym publicznie opowiadali. Dzięki temu marka Blikle była obecna w prasie. I później w 1956 roku, kiedy nastąpiła tzw. „odwilż”, przestaliśmy być – prywatni przedsiębiorcy – instytucjonalnym wrogiem klasowym i władza zaczęła się nieco chwalić niektórymi niepaństwowymi firmami. Blikle był też znany za granicą, np., we Francji, więc upaństwowienie naszej marki odbiłoby się jakimś echem międzynarodowym i to na pewno również nam sprzyjało.

Blikle ma w swojej ofercie wiele znakomitych wyrobów, ale to pączki są waszym produktem sztandarowym. Dlaczego tak się stało?

– Pączki stały się produktem sztandarowym marki Blikle nie tyle z naszego wyboru, co z wyboru klientów. Może dlatego, że pączek jest specyficznym wyrobem, który wbrew pozorom jest bardzo trudnym produktem... Wydawałoby się, że jest to zwykła słodka bułka, jednak dobry pączek nie jest łatwy do zrobienia. Można go porównać do pizzy, która powstała jako potrawa ludzi ubogich i zdaje się być prostym produktem. A przecież są pizzerie tanie i byle jakie, ale są także takie, w których trzeba wcześniej zamówić stolik, żeby się do nich dostać. My podnieśliśmy pączki do rangi produktu luksusowego. Są one kilkakrotnie droższe niż u naszej konkurencji, ale mimo to wciąż mają wielu nabywców. I nadal jest to u nas produkt numer 1, chociaż w czasie gdy zarządzałem firmą bardzo się starałem aby rozwinąć sprzedaż także innych wyrobów. Nie poprzez zmniejszenie sprzedaży pączków, ale przez zwiększenie sprzedaży pozostałych produktów, a tym samym obniżenie udziału tego pierwszego w całkowitej sprzedaży wszystkich naszych produktów. Uważałem bowiem, że nie jest bezpiecznie uzależniać firmę od jednego tylko wyrobu.

Jest pan autorem książki „Doktryna jakości” – jak pan rozumie słowo „jakość” w odniesieniu do zarządzania firmą?

– Książka powstała z notatek, które robiłem przygotowując się do wykładów prowadzonych dla moich pracowników, na temat metody zarządzania jakością. Ponieważ jestem nauczycielem akademickim postanowiłem, że sam będę prowadził te wykłady, sam ucząc się przy tej okazji, bo najefektywniej człowiek uczy się przekazując wiedzę innym. Było to w 1997 roku i od tego czasu, nie wiedząc jeszcze o tym, pisałem moją książkę. Jednak w 2006 roku

zaczęłem tę książkę udostępniać w Internecie. Nie miałem wtedy jeszcze własnej witryny, ale rozsyłałem książkę w PDF, pozwalając innym na rozpowszechnianie jej bezpłatnie. Potem w 2008 roku założyłem własną stronę internetową www.moznainaczej.com.pl i tam książka jest dostępna w PDF do tej pory. W wersji drukowanej pojawiła się nakładem wydawnictwa Helion, w zeszłym roku – w kwietniu. I – co jest ewenementem – wydawnictwo zgodziło się, aby książka nadal była dostępna bezpłatnie w PDF na mojej witrynie. Bardzo to sobie cenię i myślę, że dzięki temu ta publikacja sprzedaje się lepiej, niż gdyby nie można było po nią sięgnąć w wersji elektronicznej, żeby sobie ją przejrzeć i po tym zdecydować czy chce się ją kupić także w formie drukowanej. „Doktryna jakości” sprzedaje się bardzo dobrze i cały czas jest na liście 20 bestsellerów wydawnictwa Helion. A jak rozumiem jakość? Pojmuję ją jako spełnienie oczekiwań klienta. Co oznacza, że jakość nie jest cechą produktu samą w sobie, ale zależy od tego, czego oczekuje jego odbiorca. A te oczekiwania wynikają z tego, co konsument wie o danym wyrobie. Można je kształtować za pomocą rozsądnego i uczciwego marketingu, w ramach którego odbiorca otrzymuje infor-

może się po trabancie spodziewać i nikt potem nie był rozczarowany. Podsumowując – jakość to stopień spełnienia oczekiwań klienta, który po produkcji oczekuje wszystkich cech, o których wie i braku wad których się nie spodziewał.

A jak się weryfikuje te oczekiwania w praktyce?

– Są na to różne metody. Czasami mogą to być ankiety i stosowaliśmy taki sposób badania oczekiwań klientów. Na przykład pytaliśmy czy dany wyrób ma być bardziej słodki czy mniej, czy pączki powinny być z lukrem czy z pudrem itp. Źródłem wiedzy są także nasi sprzedawcy, którzy mają bezpośredni kontakt z konsumentami i po prostu słyszą to co ludzie mówią. Później te oczekiwania klientów trzeba było przełożyć na język zrozumiały dla osób na poszczególnych stanowiskach pracy. Słyszac od klientów, co w produktach cenią, a czego nie cenią, później przekazują tę wiedzę cukiernikom. Czyli napiszą powiedzmy: że pączek powinien mieć taką a taką wagę, taką a taką średnicę i kolor, a lukier powinien być błyszczący, ale elastyczny i niepopękany. To się fachowo nazywa „pyłosuchy”, czyli jeśli się lukier posypie talkiem, to można ten talk zdmuchnąć, ale jednocześnie dotykając lukru palcami powinno się poczuć

Jakość to stopień spełnienia oczekiwań klienta, który po produkcji oczekuje wszystkich cech, o których wie i braku wad których się nie spodziewał

macje, jakie są cechy danego wyrobu. Czasami można podnieść jakość produktu mówiąc klientowi jakie są nie tylko jego zalety, ale także jakie są wady. Ponieważ jakość w pewnym stopniu mierzy się także liczbą wad danego wyrobu. A wadą jest każda cecha, której konsument ma prawo się nie spodziewać. Jeśli pani zamówi cappuccino, to ma pani prawo nie spodziewać się, że ono będzie zimne. Odwrotnie z kawą mrożoną – klient ma prawo nie spodziewać się, że będzie miała temperaturę plusową, bo prawidłowo powinna mieć bliską 0 st. C. Zatem jeśli klientowi uczciwie powiemy, jakie są cechy naszego produktu, to on go będzie prawidłowo oceniał. Moim ulubionym przykładem produktu, który miał niską wartość, ale wysoką jakość, był samochód marki trabant. Nie widziałem użytkownika tego samochodu, który by czuł się nim zawiedziony. Mówiąc kolokwialnie „wiedziały gały co brały”. Każdy wiedział czego

jego lepkość. I taki opis pączka trafia na poszczególne stanowiska pracy. Ale na przykład na stanowisku lukrowania nie można powiedzieć, że lukier ma być pyłosuchy, bo tam on jest w płynnej postaci. Zatem aby pracownik wiedział co ma zrobić musi mieć to napisane w postaci składu recepturowego tego lukru oraz wskazania jego temperatury i jeszcze paru innych parametrów. W ten sposób to, co klient mówi do sprzedawcy tłumaczy się na języki zrozumiałe na poszczególnych stanowiskach pracy.

Rodzina Blikle już nie zarządza firmą, o czym widząc jej nazwę nie wszyscy wiedzą. Zachowaliście państwo udziały i członkostwo w radzie nadzorczej, ale ktoś inny prowadzi firmę. Jak to teraz wygląda? O ile to oczywiście nie jest tajemnica handlowa?

– Nie byłoby mi zrzęcznie o tym mówić, więc ocenę pozostawiam naszym klientom. ■



Krzysztof Penderecki i Andrzej Bartkowski po rozmowie na proscenium

FORUM HUMANUM MAZURKAS

– projekty jakich wciąż za mało!

„Spotkać sztukę, czerpać z niej, spotkać i poznać ciekawych ludzi i samemu być widzianym – słowem Forum Humanum Mazurkas”. Rozmowa z Andrzejem Bartkowskim prezesem Grupy Mazurkas.

ROZMAWIA BARBARA JOŃCZYK

Jaka Idea przyświeca projektowi Forum Humanum Mazurkas?

– Ideą działań kulturalnych MCC Mazurkas Conference Centre & Hotel jest

wzbudzenie potrzeby kontaktu ze sztuką nie tylko w galeriach, muzeach czy salach koncertowych, ale również w codziennej przestrzeni świata biznesu. Sztuka może i powinna towarzyszyć nam każdego dnia, bowiem tkwi w nas, jako ludziach, natu-

ralna potrzeba obcowania z tym, co piękne i wartościowe. A skoro mamy taką potrzebę to czemu jej nie zaspokajając?

Jakie cele stawia sobie Hotel Mazurkas przy takim projekcie i jakie korzyści pojawiają się z jego realizacji?

MAESTRO KRZYSZTOF PENDERECKI W HOTELU MAZURKAS



Fot. Katarzyna Ceglowska

– W pewnym momencie życia biznesowego doszedłem do wniosku, że powinienem tworzyć projekty, których celem są nie tylko zyski firmy. Jestem przekonany, że większość dojrzałych przedsiębiorców chciałoby osiągnąć coś więcej niż tylko dobry wynik finansowy. Dla mnie to taka przystań artystyczna, ale wbrew pozorom nie spokojna a bardzo twórcza. Forum Humanum Mazurkas bowiem, wymaga od nas przygotowania koncepcji, artystycznej aranżacji, długich i ciekawych rozmów z artystami, zaproszenia odpowiednich gości, reżyserii, prowadzenia, logistyki. Chcemy, aby były to spotkania aktywne, żeby każdy mógł bezpośrednio zetknąć się ze sztuką i artystami. W ten sposób, nawiązują się dyskusje, które wiele wnoszą w odczucia setek uczestników tych spotkań. Trudno tu mówić o bezpośrednich korzyściach, zresztą nie o to nam chodzi,

to ma być artystyczna uczta i zapraszamy na nią osoby, które chcą z niej skorzystać. Oczywiście, jeśli przy okazji Forum Humanum Mazurkas sprawi, że uczestniczący w nim gość, będzie chciał kiedyś zorganizować w naszym centrum konferencyjnym jakąś swoją imprezę, na pewno nie odmówimy. Wydarzenie to jest dla nas przede wszystkim misją, ale też pomaga nam budować i umacniać markę firmy. Liczymy na to, że świat biznesu, który zapraszamy, zainspiruje się naszymi działaniami i również zainwestuje w sztukę. Sztuce należy pomagać tym bardziej, że bez niej trudno żyć. Na całym świecie sztuka liczy na biznes. Jesteśmy sobie potrzebni.

Nasze Forum Humanum Mazurkas wpisało się już w krajobraz kulturalny Warszawy. Zorganizowaliśmy już 30 wielkich wydarzeń kulturalnych, na których gościmy od 400 do 1000 osób. Na ostatnim Forum gościliśmy Maestro Krzysztofa Pendereckiego z Polską Orkiestrą Sinfonia Iuventus. Wystąpili też soliści, wirtuozzi: Bartosz Koział – wiolonczela, Robert

dokumentację filmową. Ponad trzysta materiałów profesjonalnie zmontowanych można znaleźć na naszej stronie www.forumhumanummazurkas.pl. Jest to dzieło realizatora Jana Sumikowskiego. Ta dokumentacja ma wielką wartość dla kultury. Szczególnie uroczyste benefisy takich mistrzów jak Bernard Ładysz czy Marek Sewen z wywiadami i udziałem najlepszych artystów i orkiestr. Chciałbym by mogła z niej skorzystać również publiczność telewizyjna.

Czy dzięki spotkaniom takim jak te, więcej eventów będzie miało w swoim programie także element związany ze sztuką, czy kulturą?

– Forum Humanum Mazurkas pokazuje, że sztuka wzbudza emocje i to jest w niej najistotniejsze. Trudno znaleźć kogoś, kto przejdzie zupełnie obojętnie obok wystawy czy wernisażu, w kim koncert czy film nie wzbudzą żadnych odczuć. Ludzie są emocjonalni w swojej istocie i to ich łączy. Sztuka zaś zawsze stanowiła i będzie nadal stanowić element

Ludzie są emocjonalni w swojej istocie i to ich łączy. Sztuka zaś zawsze stanowiła i będzie nadal stanowić element istotny. Powinna, w moim rozumieniu, towarzyszyć każdej konferencji i każdemu eventowi. Często organizatorzy konferencji nie dostrzegają roli sztuki w dziele osiągnięcia sukcesu wydarzenia

Kabara – altówka i Rafał Kwiatkowski – wiolonczela. Była też dyskusja na proscenium z Mistrzem Pendereckim i Panią Elżbietą Penderecką, był wernisaż 20 malarzy, aukcja obrazów, tort-gigant i wreszcie bankiet. Sztuka musi mieć piękną oprawę jak brylant w kolii. Partnerami Mazurkas w organizacji tego koncertu byli Burmistrz Ożarów Mazowieckiego Paweł Kanclerz oraz Starosta Powiatu Warszawskiego Zachodniego Jan Żychliński. Bohaterami naszych spotkań są gwiazdy błyszczące dziś, takie jak Daniel Olbrychski, Krzysztof Jakowicz, Olgierd Łukasiewicz i błyszczące wczoraj, jak Bernard Ładysz, Bohdan Łazuka. Są ich dziesiątki, ale także orkiestry symfoniczne, chóry, artyści zagraniczni, śpiewacy starzy i młodzi, poeci, malarze, rzeźbiarze. Kuratorem naszych wernisaży jest Janina Tuora. Prowadzimy też bardzo dokładną

istotny. Powinna, w moim rozumieniu, towarzyszyć każdej konferencji i każdemu eventowi. Często organizatorzy konferencji nie dostrzegają roli sztuki w dziele osiągnięcia sukcesu wydarzenia. Programy eventów i konferencji odchudzają się i często ograniczają tylko do części merytorycznej i jedzenia, no i powiedzmy didżeja, a co najwyżej muzyki czysto rozrywkowej. Myślę, że event czy konferencja mogłyby być okazją do spotkania ze sztuką ambitną, głęboką, refleksyjną. Wszak uczestnikami tych biznesowych wydarzeń są inteligenci, którzy tego potrzebują. Konsumpcja takiej właśnie sztuki zbiorowo tworzy zupełnie nowy klimat jej odbioru. Zachęcam więc organizatorów do przemyśleń. Sztuka integruje, inspirowa, cieszy, satysfakcjonuje i skłania do dyskusji, a o to przecież chodzi w takich spotkaniach. ■



OKRĘT na wzburzonym morzu

O rodzinnej firmie, charyzmatycznym dziadku, dzieciństwie oraz satysfakcji z pracy, rozmawiamy z Marcinem Zapędowskim, szefem firmy Auto Caros.

ROZMAWIA KRZYSZTOF JOŃCZYK

Jakie były pana początki w firmie?

– Po skończeniu studiów rozpocząłem pracę w rodzinnej firmie Auto Caros, którą 20 lat wcześniej założył mój ojciec. Wtedy sytuacja ekonomiczna i polityczna w kraju była zupełnie inna niż w pierwszych latach istnienia firmy. Mój ojciec, zakładając firmę, musiał borykać się z wieloma sztucznymi barierami stworzonymi przez ówczesny system. Dzięki dużemu wysiłkowi udało mu się rozwinąć firmę do poziomu, który umożliwił rozpoczęcie bezpośredniej współpracy z polskimi i europejskimi producentami części i bagażników samochodowych.

Skąd pomysł na sprzedaż bagażników samochodowych?

– Na początku lat 90. mój tata kupił bagażnik firmy Mont Blanc w Niemczech, który bardzo się sprawdził. Zorientował się, że w Polsce nie ma dostępnych produktów tej firmy, skontaktował się więc ze Szwedami i w 1995 roku rozpoczęliśmy współpracę.

Co pana zdaniem decyduje o sukcesie?

– W ciągu kilku lat, jakie przepracowałem w naszej firmie, utwierdziłem się w przekonaniu, że pasja i zaangażowanie w pracę to fundamentalne elementy, które pozwalają pokonywać wciąż pojawiające się przeszkody. Zrozumiałem, że prowadzenie biznesu jest jak prowadzenie okrętu po wzburzonym morzu. Im mniejszy okręt, tym zagrożenie jest większe. Jest to powiedzenie, które mój dziadek – kapitan okrętów pełnomorskich i zapalony żeglarz – powtarzał mi, kiedy byłem dzieckiem.

Jaki cel panu przyświeca w prowadzeniu firmy Auto Caros?

– Mając w pamięci słowa dziadka, staram się robić wszystko, aby firmę rozwijać, czyli żeby – używając dalej morskiego porównania – zwiększyć jej „tonaż”. Są

dzię, że jesteśmy na dobrej drodze do zrealizowania tego celu. Moim zadaniem, któremu poświęcam praktycznie cały czas i siły, jest dostarczanie na rynek jak najlepszej jakości produktów w rozsądnej cenie.

Widzę, że dziadek jest kimś, kto odcisnął się bardzo na pana osobowości. Czy mógłby pan powiedzieć o nim coś więcej?

– Dziadek był niezwykłą osobą. Miał silny charakter. W czasie wojny był żołnierzem Armii Krajowej, przez co nie mógł po wojnie pracować w wojsku, dlatego podjął pracę na statkach handlowych i po

Czy firma ma swoich dystrybutorów?

– Współpracuje z nami około stu firm, które dystrybuują oferowane przez nas produkty na terenie całego kraju. Firmy te w większości specjalizują się w sprzedaży i montażu tych produktów.

Czy prowadzicie państwo sprzedaż internetową?

– Oczywiście, nie zapomnieliśmy o klientach internetowych, którzy mogą odwiedzić nasz sklep internetowy www.bagazniki.pl, gdzie mogą samodzielnie dobrać np.: bagażnik dopasowywany do konkretnego modelu samochodu. Złożone za-

Zrozumiałem, że prowadzenie biznesu jest jak prowadzenie okrętu po wzburzonym morzu. Im mniejszy okręt, tym zagrożenie jest większe

pewnym czasie został Kapitanem Żeglugi Wielkiej. Kochał morze i wyzwania, które ono niesło. Na barkach kapitana spoczywa ogromna odpowiedzialność za załogę i pasażerów. Nauczył mnie tego, że jak coś się robi, to trzeba to robić dobrze. **Z jakimi producentami współpracuje pana firma?**

– Obecnie możemy się poszczycić bardzo dobrą i bliską współpracą z takimi znanymi producentami, jak Cruz, Mont Blanc, Junior, Magneti Marelli, Wix-Filtron, Castrol, Orlen Oil, Lumag, Mikoda, Menabo, Autoforma, Amos, Thule i wiele innych. Nawiazane bezpośrednie i przyjacielskie kontakty z producentami pozwalają wzbogacać ofertę o produkty, które uwzględniają szczególne wymagania, zarówno użytkowników, jak i specyficzne potrzeby polskiego rynku.

mówienie realizowane jest w ciągu jednego dnia, pod wskazany przez nich adres, za pośrednictwem firm kurierskich.

Co daje panu najwięcej satysfakcji?

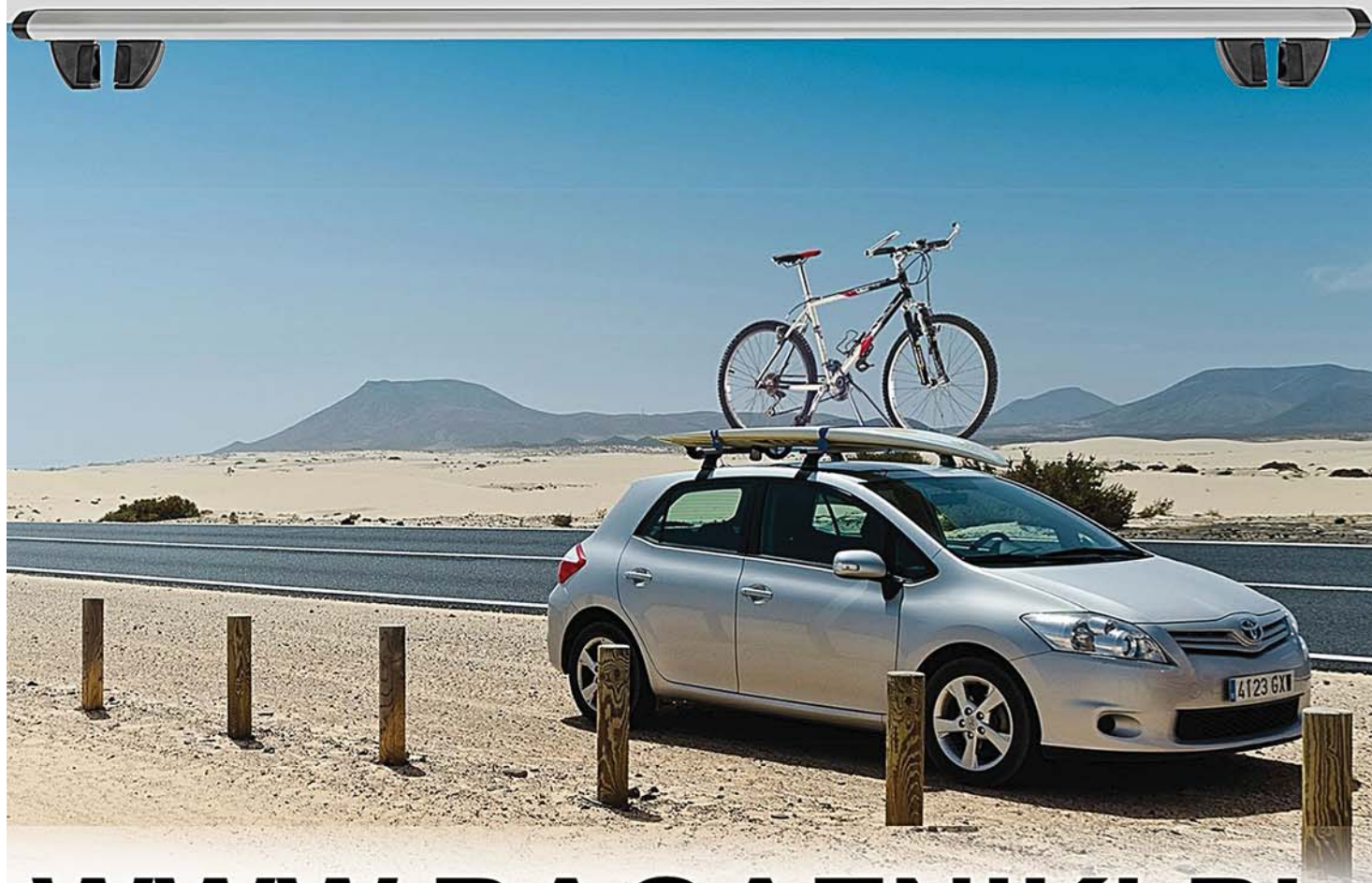
– Wszystko to wymaga ogromnego wysiłku, ale nagrodą dla nas jest zadowolenie klienta. Przede wszystkim cieszy fakt, iż w pewnym stopniu przyczyniamy się do bezpieczeństwa i wygody w realizacji pasji sportowych czy podróżniczych, jak również ułatwiamy codzienną pracę. **A jeśli już mowa o pasjach sportowych, to jak najchętniej spędza pan czas wolny?**

– Moją wielką pasją jest snowboard. Latem windsurfing, rower, ale bardzo lubię też domową ciszę z książką, szczególnie interesuje mnie historia.

Dziękuję za rozmowę i życzę realizacji postawionych sobie i firmie celów. ■

AC AUTO CAROS

CRUZ



WWW.BAGAZNIKI.PL

Gdańsk, ul. Elbląska 54 tel. 58 303 14 44 , tel. 502 166 171 Gdynia, ul. Morska 246 , tel. 58 664 00 42

HUŚTAM SIĘ nad oceanem



ROZMAWIA IZABELLA JARSKA

Nie jest łatwo umówić się z panem na wywiad. Jakiego pytania stawianego przez dziennikarzy nie lubi pan najbardziej?

– Wszystkich. Za dużo się nasłuchałem i nagadałem. Wolę pisać.

A'propos pisania - kiedy się teraz patrzy na półki w księgarniach i śledzi rynek wydawniczy, można odnieść wrażenie, że obecnie każdy uważa, że może pisać książki... Byłe się znalazł wydawca. A talent nie jest konieczny. Jak pan to ocenia?

– Świat tak już zgłupiał, że odróżnienie talentu od beztalencia jest prawie niemożliwe. Kiedy ukazuje się coś ciekawego i znajomi mi mówią, że warto, to wtedy kupuję. Mam też zaprzyjaźnioną księ-

garnię na Wiejskiej, tam mi doradzają. Jest zalew książek i niby-książek. „Wzruszające” wyznania różnych gwiazd, czy gwiazdeczek... Ale skoro ludzie chcą to czytać, to ja to szanuję. Jak wszystko, czego nie rozumiem.

Nawiązując do przeszłości – z książek i wspomnień wiadomo, że w czasach PRL-u kwitło życie towarzysko-kulturalne, były w Warszawie miejsca, gdzie spotykali się artyści: kawiarnie, restauracje, kluby... Ba! Nawet, jak czytamy we wspomnieniach Jerzego Gruzzy, istniały tzw. stoliki. Teraz tego nie ma...

– Raczej nie ma. W Nowym Jorku w ogóle nie ma życia kawiarnianego. To wymysł europejski. W NY, jak spotyka się dwóch pisarzy, to musi być to zjazd PEN

O życiu w PRL-u, Nowym Yorku, dowcipach Gustawa Holoubka, polewaczkach na Placu Trzech Krzyży, a także o SPATIF-ie, Ścieku i barwnym życiu nocnym opowiada Janusz Głowacki, wybitny prozaik, dramaturg, scenarzysta i felietonista.

Clubu. W Polsce międzywojennej buzo- wało życie kawiarniane. W PRL-u też były takie miejsca. Kawiarnia PIW-u na Foksal, a zwłaszcza kawiarnia Czytelnika na Wiejskiej. Był tam m.in. stolik Tadeusza Konwickiego. Zaglądał często Antoni Słonimski, wpadał Adam Michnik, a Gucio Holoubek cudownie opowiadał dowcipy... I, oczywiście, przychodzili także tajniacy, którzy nagrywali nasze rozmowy. Jednak kompletnie się tym nie przejmowaliśmy. Zresztą mało rozmawiało się o polityce. Konwicki niedawno umarł, Holoubek wcześniej... I już właściwie po wszystkim... Zresztą te stoliki już wcześniej się rozpadały z rozmaitych powodów. Przez dwadzieścia lat był stolik Henia Berezy... Bywali tam także: Jerzy Gruza, Kazio Kutz, Gustaw Holoubek, ksiądz Andrzej Luter. No, ale odkąd Henio Bereza umarł, to już teraz przyjmuje goście jedynie na cmentarzu – za to całodobowo na Powązkach. Teraz przy stolikach w Czytelniku siedzą duchy głównie. Na ścianie wisi piękne zdjęcie Gucia Holoubka, pod którym siadał Tadeusz Konwicki. I tyle. Eksplozją nocnego życia towarzyskiego w PRL-u był SPATiF, czyli Klub Aktora w Alejach Ujazdowskich, a potem Ściek na Trębackiej. Pierwszy był zamykany o północy, a wtedy na Placu Trzech Krzyży ustawił się sznur polewaczek, którymi się jeździło do Ścieku. Nawiasem mówiąc, to ja wymyśliłem nazwę „Ściek”, co uważam za swój najpoważniejszy wkład w kulturę narodową. Była to artystyczna piwnica, otwarta długo w nocy, do której się „ściekało” ze wszystkich knajp. Schodziło w dół i tam działy się rzeczy straszne. A dojeżdżało się polewaczkami, co kosztowało stówę bez polewania, a sto pięćdziesiąt z polewaniem. Kierowcy zawsze pytali łojalnie: „lać?” – i jak się chciało zaimponować jakiejś damie, z którą się wdrapało na tę polewaczkę, mówiło się: „lej pan”. Jechało się potem przez Nowy Świat, pryskając na wszystkie strony, i była to podróż romantyczna w stronę alkoholowego upadku.

Czy takie życie towarzysko-kulturalno-stolikowe było zapładniające dla kogoś, kto pisze książki?

– Jak dla kogo. Dla mnie było. O SPATiF-ie pisałem wiele razy. To było zupełnie wyjątkowe miejsce, nie tylko w Polsce, ale na mapie Europy chyba także. W SPATiF-ie mieszczyli się aktorzy, reżyserzy, cinkciarze, dysydenci, pisarze, tajniacy i prominenci partyjni z pobliskiego gmachu KC, na których czekały samochody służbowe. Na pianinie grał Zdzisław Makiłowicz, miejscowy chochoł, który zawodził swoją pieśń o polskim bohaterze niedorzecznym: „Wczoraj szedłem po Warszawie, gołąb nasrał mi na głowę. Ja, dlaczego zawsze ja? Warszawa milion mieszkańców ma”. Taki lament obywatelski. Koło północy pijani tajniacy skarżyli się na niską jakość aparatury podsluchowej. „Jak my mamy nagrywać na takim ch...m sprzeczcie? Japończycy to mają sprzecz!” – narzekali – „Ja połowy z tego, co panowie tu mówicie, w ogóle nie mogłem nagrać. W tych warunkach się nie da pracować”. W SPATiF-ie rozmawiano się o wszystkim, o aktualnym kursie dolara i o szansach odzyskania niepodległości. O Heideggerze i o tym, jak zdobyć jakąś panienkę, która aktualnie upijała się przy barze. Tam z Markiem Piwowolskim i Makiłowiczem wymyślaliśmy scenę „rozmowy o kinie polskim”, która weszła do filmu „Rejs”. Himilbacha do SPATiF-u nie wpuszczali, bo kiedyś tam strasznie narozrabiał. Himilbach zemścił się potem na szefie SPATiF-u, używając w „Rejsie” jego nazwiska – Sidorowski. Ale w tym wszystkim, w tym naszym życiu i twórczym kawiarnianym i nocnym, była też jakaś rezygnacja. Zastanawialiśmy się, co można napisać, czego cenzura nie puści, a co do druku nigdy nie trafi... I tak się marnowało zdrowie i talent, co zresztą należało do sztyku.

Ale za to jakie książki wtedy powstawały...

– I książki i filmy i spektakle... całkiem nie gorsze, o ile nie dużo lepsze, od tego, co się dzieje teraz w wolnym kraju. Było wtedy jakieś napięcie twórcze. Może dlatego, że był wyraźny wróg – cenzura, komunizm. I to mobilizowało. Jak nie było wolno, to funkcjonował system aluzji. Na przykład wiadomo było, że jak się napisze sztukę i w niej umieści cokolwiek mówionego po rosyjsku, to publiczność zrozumie, że to szyderstwo i będzie się śmiała. Cała niemal polska literatura tamtego czasu oparta była na systemie aluzji. Jeśli się napisało, że ktoś jest garbaty, albo jest alkoholiczkiem lub zdrazca go żona – od razu było jasne dla każdego, że winien jest komunizm. Kiedy w „Powszechnym” wystawiano był mój „Kopciuch”, to jako pod-

kładu muzycznego do jednej ze scen użyłem standardu „Strangers in the night”, tyle że śpiewanego po rosyjsku, i to brzmiało bardzo śmiesznie. Zderzenie Siatry i Nowego Jorku z domem poprawczym w Falenicy (gdzie działa się akcja sztuki) i językiem rosyjskim było odpowiednio absurdalne.

Żyje pan między Nowym Jorkiem a Warszawą – gdzie bardziej jest dom?

– Huśtam się nad oceanem. Nowy Jork jest fascynujący, ale tam jest straszny tłok i straszna walka o wszystko. O wydanie książki, o wystawienie sztuki, wepchnięcie się do metra... Dużo rzeczy mi się tam udało. Ale się okropnie zmęczyłem.

W SPATiF-ie mieszczyli się aktorzy, reżyserzy, cinkciarze, dysydenci, pisarze, tajniacy i prominenci partyjni z pobliskiego gmachu KC, na których czekały samochody służbowe

Teraz jeżdżę do Stanów tylko jak mam ważny powód. Wygląda np. na to, że na podstawie mojej książki „Good night Dżerzi” powstanie film, szykuje się kolejne wystawienie mojej sztuki „Polowanie na karaluchy” na Broadway’u, to pojadę. Na razie jeżdżę na Ukrainę, do Izraela, Argentyny, do Turcji. Tam wystawiają moje sztuki, albo wydają książki. A poza tym Putin straszy tuż za naszą granicą. Chcę się przyglądać z bliska.

Czy początki w Nowym Jorku rzeczywiście były takie trudne, jak to wynika z pana książek?

– Lekko nie było. Bohaterka mojej sztuki „Polowanie na karaluchy” mówi: „Emigrant to ktoś, kto stracił wszystko poza akcentem”. Nie planowałem emigracji. Wyjechałem z kraju na premierę mojej sztuki „Kopciuch” do Londynu. Tam złapał mnie stan wojenny. Jak już „wyrwało mnie z bloku”, to postanowiłem jechać do Ameryki, bo Broadway, Mickey Mouse itd... Dostałem oficjalne zaproszenie na wykłady do Bennington College. Kiedy poszedłem w Londynie do amerykańskiego konsulatu po wizę, przesłuchiowano mnie prawie jak w Polsce. Urzędnik pytał np.: Czy jadę do USA, żeby zamordować prezydenta. Później się dowiedziałem, że administracja Reagana, oficjalnie pełna miłości do Polski, wydała rozporządzenie, aby utrudniać wydawanie wiz Polakom i Afgańczykom, bo jedni i drudzy mogą prosić o azyl.

Ma pan duży dorobek zarówno w Polsce, jak i w Stanach Zjednoczonych. Jak to się

przekłada na liczbę zamówień czy gażę tu i tam? Czy to jest porównywalne?

– Pieniądze są nieporównywalne. W Stanach o moje interesy dba ogromna, sławna agencja, która, np. za moje sztuki żąda tak wysokiej gaży, że czasem teatry się wycofują. W Ameryce szacunek mierzy się też wysokością honorarium. W Polsce płacą dużo mniej, za to dużo dłużej się targują. No i nie możemy narzekać na brak sławnej w świecie bezinteresownej zawiści. Kiedy „Polowanie na karaluchy” było grane w ponad 50 teatrach w Ameryce, to niektórzy w Polsce kręcili głowami, że wiedzą na pewno, że mi to wszystko załatwili albo Żydzi, albo pe-

deraści. A przecież każdy sukces polskiego artysty za granicą, to dla kraju czysty zysk i reklama. Bardzo dobrze by było, żeby „Ida” dostała Oscara.

Rozmowa z Januszem Głowackim odbyła się przed galą rozdania „Oskarów”.
Dzisiaj wiadomo, że „Ida” zdobyła tą prestiżową statuetkę.

Janusz Głowacki

dramaturg, prozaik, felietonista, autor scenariuszy filmowych. Studiował historię na Uniwersytecie Warszawskim, aktorstwo w PWST, a następnie ukończył wydział Filologii Polskiej UW. W czasie studiów pisał recenzje teatralne, od 64 do 81 roku pracował jako felietonista w tygodniku „Kultura”. Wydał kilka tomów opowiadań m.in. „Wirówka nonsensu”, „Nowy taniec LA-BA-DA”, „Polowanie na muchy” (tytułowe opowiadanie zostało sfilmowane przez Andrzeja Wajdę), „Raport Piłata” oraz „My sweet Raskolnikow”. Był także współscenarzystą „Rejsu” Marka Piwowolskiego. Światowy sukces przyniosły Głowackiemu sztuki teatralne. M.in. wystawiony w londyńskim Royal „Kopciuch” oraz „Polowanie na karaluchy” i „Antyгона w Nowym Jorku”. Janusz Głowacki był wykładowcą na Columbia University, Bennington College. Zaś szereg jego artykułów i esejów ukazało się w „New York Timesie”.



FUNDUSZE EUROPEJSKIE na lata 2014-2020 coraz bliżej

Komisja Europejska zatwierdziła wszystkie polskie programy operacyjne (zarówno regionalne, jak i krajowe) przewidziane na lata 2014-2020. Od tego momentu nic nie stoi już na przeszkodzie, żeby instytucje zarządzające poszczególnymi programami mogły przygotować szczegółowe opisy priorytetów, kryteria oceny projektów oraz rozpiśały pierwsze nabory wniosków.

PAWEŁ IWANEK,
Kierownik Zespołu
ds. Funduszy Europejskich

26 lutego br. w Centrum Nauki Kopernik, premier Ewa Kopacz symbolicznie zainaugurowała start nowej perspektywy finansowej na lata 2014–2020, która gwarantuje Polsce 82,5 mld euro. Priorytetem będą inwestycje, z których czerpana będzie nie tylko doraźna korzyść. Projekty mają służyć Polsce i jej rozwojowi przez wiele na-

stępnych lat, a szczególny nacisk zostanie położony na innowację oraz wsparcie B+R (prac badawczo-rozwojowych). Podobnie jak w poprzedniej perspektywie największe środki zostaną przekazane na inwestycje związane z infrastrukturą oraz ochroną środowiska. Nie zabraknie również środków na działania „miękkie”, czyli szkolenia i inne formy podnoszenia kwalifikacji w przedsiębiorstwach. Nadal finansowane będą także projekty z dziedziny kultury, edukacji, zatrudnienia czy przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu.

Gdzie po środki?

Po środki europejskie będzie można sięgać do sześciu krajowych programów operacyjnych oraz szesnastu programów regionalnych zarządzanych przez Urzędy Marszałkowskie. Kwoty przyznane poszczególnym województwom zostały dostosowane do potrzeb rozwojowych regionu oraz posiadanego potencjału. Choć ciągle nie pojawiły się szczegółowe opisy priorytetów określające ostateczny poziom oraz formę wsparcia, znane są już terminy pierwszych naborów. Przygotowania do aplikacji po środki z regional-

nych programów operacyjnych mogą rozpocząć przedsiębiorcy w województwach opolskim i kujawsko-pomorskim, w których pierwsze nabory spodziewane są już w II kwartale 2015 r. oraz w województwach podkarpackim i lubuskim, gdzie nabory planowane są na przełom III/IV kwartału 2015 r. W pierwszej kolejności instytucje zdecydowały się rozpocząć konkursy na działania skierowane na rozwój oraz wsparcie innowacyjności przedsiębiorstw z sektora MŚP. Najszybciej, bo już w II kwartale po te środki będą mogli aplikować przedsiębiorcy z województwa kujawsko-pomorskiego, którzy w naborze zapowiadzonym na II kwartał będą mieli do wykorzystania 120 mln złotych. Wsparcie można przeznaczyć m.in. na zwiększenie aktywności badawczo-rozwojowej w swoich przedsiębiorstwach. W IV kwartale 2015 r. wsparcie na rozwój przedsiębiorstw będą mogły pozyskać także firmy z województwa opolskiego, podkarpackiego i lubuskiego.

Postaw na innowacje

Znany jest już także harmonogram konkursów w Programie Operacyjny Innowacyjny Rozwój – największym krajowym programie operacyjnym wspierającym inwestycje w innowacje. W marcu rozpoczęły się nabory wniosków w ramach „Wsparcia na uzyskanie Grantu” oraz „Wsparcia w ramach dużego bonu”. Pozyskany grant będzie mógł zostać przeznaczony przez przedsiębiorstwa z sektora MŚP na pokrycie kosztów przygotowania i złożenia jednego wniosku projektowego w ramach międzynarodowych programów badawczych. „Duży bon” dla mikro i małych przedsiębiorstw o maksymalnej wysokości 50 tys. zł będzie mógł zostać przeznaczony na zakup usługi polegającej na opracowaniu nowego wyrobu, projektu wzorniczego, nowej technologii produkcji albo na znaczącym ulepszeniu wyrobu lub technologii produkcji.

W najbliższych miesiącach można się spodziewać kolejnych naborów konkursowych w ramach Programu Operacyjnego Innowacyjny Rozwój. Już w kwietniu ogłoszone zostaną konkursy dla przedsiębiorców z sektora MŚP w ramach działania 1.1.1 tzw. „Szybka ścieżka”. Wsparcie będą mogły uzyskać projekty dotyczące działań przemysłowych i eksperymentalnych prac rozwojowych. Alokacja na ten nabór sięgać będzie aż 1,6 mld złotych, a nabór wniosków odbywał się będzie w trybie ciągłym. W kolejnym konkursie w ramach tego samego działania zaplanowanym na III kwartał 2015 r. ze wsparcia skorzystają duże przedsiębiorstwa, a alokacja dla tej grupy beneficjentów sięgać będzie 750 mln zł. Niedługo rozpoczną się także nabory w ramach pod-

działania 1.1.2 oraz działania 1.2 PO IR. Pierwszy z wymienionych naborów o alokacji 500 mln zł ogłoszony zostanie 7 kwietnia, a wsparcie będą mogły uzyskać projekty B+R związane z wytworzeniem instalacji pilotażowej/demonstracyjnej. Działanie 1.2 PO IR wspierać będzie projekty w ramach sektorowego programu Innolot (alokacja 400 mln zł) oraz Innomed (alokacja 95 mln zł) realizowanego przez Narodowe Centrum Badań i Rozwoju. Dofinansowanie będzie można uzyskać

aplikować będą mogli przedsiębiorcy z sektora MŚP, a projekty służyć mają wdrożeniu nowych technologii, a co za tym idzie, podniesieniu konkurencyjności firm na rynku krajowym i międzynarodowym. Najmniejszą alokacją charakteryzować się będzie poddziałanie 3.1.5. Podczas planowanego na grudzień 2015 r. konkursu, do dyspozycji przedsiębiorstw będzie 10 mln zł, które może zostać przeznaczone na przygotowanie dokumentacji niezbędnej do pozyskania zewnętrznych źródeł finansowa-

W ramach naboru planowanego na lipiec 2015 r. dostępnych będzie 500 mln zł, które przeznaczone zostanie na wdrożenie wyników prac B+R nabytych lub przeprowadzonych przez przedsiębiorcę w celu uruchomienia nowych produktów lub usług. Nieco mniejszą alokacją – 303 mln zł dysponować będzie konkurs na kredyt technologiczny w ramach poddziałania 3.2.2.

na duże projekty B+R z branży lotniczej oraz medycznej. Pierwsze nabory spodziewane są w kwietniu 2015 r. – w przypadku Innolot oraz w III kwartale 2015 r. – w przypadku programu Innomed. Na lipiec 2015 r. planowane jest rozpoczęcie naborów w ramach działania 2.1 PO IR, które przewiduje wsparcie na tworzenie i rozwój centrów badawczo-rozwojowych, a całkowita alokacja przewidziana w ramach konkursu sięga 460 mln zł.

Wsparcie dla innowacji

Na III kwartał 2015 r. przewidywane są nabory w ramach priorytetu 3 - Wsparcie innowacji w przedsiębiorstwach. Planowane są konkursy poddziałań 3.1.5, 3.2.1., 3.2.2. Wszystkie wymienione nabory ogłaszane będą przez PARP, a pierwszych konkursów należy się spodziewać już w lipcu. Największą alokacją z wymienionych powyżej działań dysponować będzie poddziałanie 3.2.1. W ramach naboru planowanego na lipiec 2015 r. dostępnych będzie 500 mln zł, które przeznaczone zostanie na wdrożenie wyników prac B+R nabytych lub przeprowadzonych przez przedsiębiorcę w celu uruchomienia nowych produktów lub usług. Nieco mniejszą alokacją – 303 mln zł dysponować będzie konkurs na kredyt technologiczny w ramach poddziałania 3.2.2. Na tą formę pomocy

nia pozwalających na wprowadzenie zmian organizacyjnych, produktowych lub technologicznych.

Środki zwrotne

W nowym okresie programowania w znacznie większym stopniu niż w latach 2007-2013 wykorzystywane będą zwrotne instrumenty finansowe takie jak pożyczki czy poręczenia. Dlatego w przyszłych konkursach można spodziewać się zapisów o dofinansowaniu udzielanym w formie pożyczki, a nie dotacji bezzwrotnej. Takie rozwiązania przewidziane zostały m.in. w instrumencie „Pożyczka dla kobiet”, w ramach którego preferencyjna pożyczka z oprocentowaniem 2 proc. może zostać przeznaczona na rozwój lub tworzenie działalności gospodarczej. Warto jednak uspokoić zainteresowanych dotacjami, ponieważ nadal najpopularniejszą metodą wsparcia będą dotacje bezzwrotne, a instrumenty finansowe będą wykorzystywane jako element uzupełniający. ■



Varsovia Capital S.A.
ul. Solec 81 B lok. 73 A, 00-382 Warszawa
tel: +48 22 379 78 00, +48 662 229 249

FAIR PLAY w biznesie

Uczciwość, rzetelność w działalności, wiarygodność, postępowanie zgodnie z przepisami prawa, zgodnie z zasadami etyki – to najważniejsze cechy firmy, która działa na zasadach fair play. O tym, jak rozpoznać rzetelną firmę rozmawiamy z Mieczysławem Bąkiem, prezesem zarządu Fundacji „Instytut Badań nad Demokracją i Przedsiębiorstwem Prywatnym”, organizatorem programu „Przedsiębiorstwo Fair Play”.

ROZMAWIA BARBARA JONCZYK



W sporcie często spotykamy się z pojęciem „fair play” i dla wszystkich jasne jest, co to pojęcie oznacza w tej dziedzinie. A co wg pana oznacza i z czym się wiąże to pojęcie w biznesie?

– Pozwoli pani, że odpowiadając na pytanie oprę się na doświadczeniach wynikających z wieloletnich kontaktów z firmami – laureatami programu „Przedsiębiorstwo Fair Play”, który w tym roku ma już swoją XVIII edycję i do udziału w którym, jak co roku zapraszamy firmy z terenu całego kraju. Celowo o tym wspominał, ponieważ to właśnie laureaci tego programu od lat pokazują nam, jak stosować wspomniane przez panią zasady na co dzień i proszę mi wierzyć, z całą pewnością nie uda nam się tego tematu wyczerpać, a ledwie się po nim przeslizgnąć, ponieważ jest on bardzo szeroki i wielowątkowy.

Przechodząc jednak do rzeczy i odpowiadając na pani pytanie można stwierdzić, że w zasadzie fair play w biznesie oznacza to samo, co w sporcie. Chodzi o uczciwość, rzetelność w codziennej działalności, wiarygodność, postępowanie zgodnie z przepisami prawa, zgodnie z zasadami etyki oraz kultury w relacjach z wszystkimi grupami, z którymi kontaktuje się firma i jej przedstawiciele. Mam tu na myśli klientów, kontrahentów, pracowników, akcjonariuszy, konkurencję czy Skarb Państwa.

Brzmi bardzo teoretycznie, a jak przekłada się na praktykę?

– Stosowanie zasad fair play w praktyce wygląda na bardzo proste, trudność polega na tym, że dotyka wszystkich sfer działalności firmy i to faktyczne stosowanie zasad odróżnia laureatów programu „Przedsiębiorstwo Fair Play” od wielu innych firm działających na rynku. To co teraz powiem wyda się oczywiste i teoretycznie powinno być normą w biznesie, choć wszyscy doskonale zdajemy sobie sprawę, że nie jest. Fair play w biznesie to chociażby właściwy stosunek do kwestii fi-



PRZEDSIĘBIORSTWO FAIR PLAY

Fair play to także właściwe relacje międzyludzkie, w tym pomiędzy zwierzchnikami i podwładnymi oparte na wzajemnym szacunku i kulturze osobistej, a także dające możliwość wymiany opinii czy wiedzy

nansowych, gdzie fair play oznacza między innymi płacenie swoim pracownikom czy kontrahentom zgodnie z zawartymi umowami, nie przekraczanie ustalonych terminów płatności, rozliczanie się ze Skarbem Państwa zgodnie z przepisami i w wyznaczonych terminach, nie kredytowanie się u swoich kontrahentów, płacenie podatku do ZUS itp. Jednym słowem rzetelne regulowanie swoich zobowiązań finansowych w stosunku do wszystkich interesariuszy.

Inną kwestią jest fair play w stosunku do konkurencji. Jak łatwo się domyślić, zasady te nie uznają czarnego PR-u, zniesławiania konkurencji, plagiatów, czy też stosowania reklam bazujących na niewłaściwych emocjach oraz wartościach i zatajających istotne informacje o produkcie czy usłudze.

Tylko tyle?

– Raczej aż tyle.

A jak wygląda kwestia praktycznego stosowania zasad fair play w sferze pracowniczej?

– To bardzo obszerne zagadnienie i w tym zakresie wiele zależy od firmy, jednak najprościej mówiąc chodzi o uczciwe zatrudnianie pracowników i realizowanie wobec nich swoich zobowiązań finansowych, budowanie kultury organizacyjnej w sposób, który umożliwi rozwój zawodowych pracowników i osiągnięcie tzw. work-life balance. Ponadto fair play to także właściwe relacje międzyludzkie, w tym pomiędzy zwierzchnikami i podwładnymi oparte na wzajemnym szacunku i kulturze osobistej, a także dające możliwość wymiany opinii czy wiedzy.

I te wszystkie elementy weryfikujecie państwo w ramach udziału firmy w programie?

– Te i wiele innych, ponieważ zasady fair play dotyczą także relacji z kontrahentami, które nie kończą się na rzetelnych rozliczeniach, ale dotyczą takich sfer jak na przykład lojalność i zaufanie oraz szacunek do cudzej pracy i czasu. To ostatnie stwierdzenie jest istotne także w relacji z klientami i przekłada się nie tylko na dobrej jakości wyroby czy usługi oferowane przez firmę, ale także na jakość i formę obsługi klientów, w tym również obsługę ewentualnych reklamacji, które przecież zdarzają się najlepszym. W trakcie weryfikacji w programie „Przedsiębiorstwo Fair Play” sprawdzamy między innymi, jak przebiega proces reklamacyjny oraz na co w jego ramach i w zależności od czego mogą liczyć klienci firmy.

Chciałbym wspomnieć o jeszcze jednym zakresie, w którym widać, jak zasady fair play działają w praktyce, a mam tu na myśli relacje firm ze społecznością lokalną. W tym wypadku fair play rozumiemy jako działania podejmowane przez firmy na rzecz szeroko rozumianego środowiska lokalnego, wynikające ze świadomości, że firmy te istnieją i funkcjonują w określonym środowisku i jako takie mają na nie konkretny wpływ.

Ma pan na myśli działalność sponsoringową oraz charytatywną?

– Nie tylko. Oczywiście jak pani wspomniała, działalność sponsoringowa i charytatywna przychodzą na myśl jako pierwsze. Wiele firm będących laureatami programu „Przedsiębiorstwo Fair Play” czuje potrzebę współpracy i dzielenia się tym, co wypracowały. Dzięki temu powstają fundacje na rzecz dzieci, osób starszych czy zwierząt. Poddjowana jest współpraca z domami dziecka, przed-

szkolami, szkołami, NGO itp. Dofinansowywane są kluby sportowe oraz remontowane zabytki. Jednak inicjatywa firm funkcjonujących zgodnie z zasadami fair play dociera o wiele dalej. U jej podstawy leży odpowiedzialność firm za otoczenie, za ludzi oraz za środowisko naturalne. Stąd też inicjatywy podejmowane we współpracy z lokalnym samorządem, mające na przykład na celu usprawnienie komunikacji, chociażby poprzez partycypację firm w kosztach budowy dróg i chodników, wpływ na ustanawianie nowych przystanków autobusowych i wytyczanie nowych tras, dzięki czemu pracownicy firmy mogą łatwiej dojechać do zakładu, poprawę jakości środowiska naturalnego i jego ochronę, czy też działania mające na celu poprawę bytu mieszkańców, chociażby poprzez angażowanie się liderów firm w tworzenie lokalnego prawa, poprzez udział w ciałach doradczych samorządu, takich jak na przykład Rada Dyrektorów czy Lokalna Rada Biznesu.

Bardzo dziękuję za rozmowę, jest ona tym bardziej istotna i wartościowa, że jak pan wspominał na początku podane w niej przykłady są prawdziwe a nie teoretyczne. Podajcie mi tylko życzy państwu również udanych laureatów tegorocznej edycji programu „Przedsiębiorstwo Fair Play”, jak dotychczas.

– Również bardzo dziękuję. Na uczestników tegorocznej edycji czekamy do końca maja br. Wszystkie szczegóły dotyczące uczestnictwa można znaleźć na naszej stronie www.fairplay.pl ■

Mieczysław Bąk

Prezes Instytutu Badań nad Demokracją i Przedsiębiorstwem Prywatnym. Dyrektor Biura Polityki Gospodarczej KIG, odpowiedzialny za rzecznictwo interesów przedsiębiorców i programy badawcze. W zakresie jego działalności i zainteresowań znajdują się: badania zagadnień dotyczących innowacyjności i dostępu do źródeł finansowania, kultura prawna, etyka biznesu, przeciwdziałanie korupcji; rozwój organizacji pozarządowych i stowarzyszeń przedsiębiorców, w tym diagnoza organizacji w odniesieniu do standardów międzynarodowych, szkolenia w zakresie etyki biznesu, zarządzania organizacją i wpływanie na proces legislacyjny oraz kierowanie projektami badawczymi z w/w zakresu i realizacja projektów promujących społeczną odpowiedzialność biznesu, a także szkolenia w zakresie etyki biznesu w krajach transformujących gospodarkę, takich jak: Rosja, Gruzja, Azerbejdżan, Armenia, Kazachstan, Ukraina, Białoruś, Kosowo, Serbia, Bośnia.

Wiele firm **GRA FAIR PLAY**

Sukces firmy jest w dużym stopniu związany z osiągniętym zyskiem, bowiem zysk jest celem działania wszystkich firm. Przedsiębiorcy jednak coraz częściej zdają sobie sprawę z faktu, że dobry wizerunek, dobrze funkcjonujący zespół pracowników oraz sprawne zarządzanie przekładają się bezpośrednio na wzrost wyników finansowych firmy.

NINA ALT

Dla firm, które nastawiają się na działanie w dłuższej perspektywie, postępowanie zgodnie z zasadami fair play jest sprawą priorytetową. W dobie globalnej gospodarki konieczne jest uwzględnienie w strategii działania potrzeb i oczekiwań nie tylko właścicieli, kadry zarządzającej, pracowników, ale również otoczenia zewnętrznego. Laureaci programu „Przedsiębiorstwo Fair Play” są doskonałym dowodem na to, że zachowania fair play są nie tylko dostrzegane i doceniane, ale i nagradzane.

Program w liczbach

Program realizowany jest od 1998 roku i od tego czasu zgłosiło się do niego 9611 firm, które pragnęły poddać się weryfikacji. W siedemnastu zrealizowanych dotychczas edycjach programu „Przedsiębiorstwo Fair Play” przyznano 8694 certyfikaty, które otrzymało 2869 firm. Wiele z nich uzyskało kilka, a nawet kilkanaście certyfikatów, uczestnicząc w programie wielokrotnie. Do ostatniej, XVII edycji programu zgłosiło się 419 firm z całej Polski, spośród których 393 przeszły dwustopniową weryfikację i spełniając wymagania regulaminowe, decyzją Kapituły Programu, uzyskały tytuł i certyfikat „Przedsiębiorstwo Fair Play” 2014.

Ważne w fair play

Program „Przedsiębiorstwo Fair Play” to przedsięwzięcie, w którym oceniane są wszystkie aspekty działalności firmy, uwzględniające między innymi sposób i styl prowadzenia przedsiębiorstwa, a nie tylko jego wyniki ekonomiczne, czy jakość produktów. Celem programu „Przedsiębiorstwo Fair Play” jest promowanie etyki w działalności gospodarczej, rozumianej jako zespół norm rzetelnego postępowania we wzajemnych relacjach przedsiębiorców z klientami, kontrahentami, pracownikami, współnikami, społecznością lokalną, a także władzą lokalną i państwową. Ideą programu jest zachęcenie wszystkich firm w Polsce do zachowań etycznych i wprowadzenia sto-



To inicjatywa stworzona dla firm, które hołdując zasadom społecznej odpowiedzialności, nie wahają się poddać obiektywnej weryfikacji niezależnej instytucji



sownych zmian, nie tylko w wewnętrznej organizacji pracy, ale także do kształtowania pozytywnych relacji ze społecznością lokalną oraz dbałości o środowisko naturalne.

Dla kogo?

Program „Przedsiębiorstwo Fair Play” jest inicjatywą stworzoną dla firm, które hołdując zasadom społecznej odpowiedzialności, nie wahają się poddać obiektywnej weryfikacji niezależnej instytucji. Firmy uzyskując certyfikat rzetelności, wzmacniają swój wizerunek i prestiż, co ułatwia im między innymi podejmować współpracę z najlepszymi na danym rynku pracownikami, dla których istotne jest, w jakiej firmie pracują i co im

ona może zaoferować poza satysfakcjonującym wynagrodzeniem. „Przedsiębiorstwa Fair Play” są szeroko promowane przez organizatorów w mediach oraz w trakcie spotkań i konferencji gospodarczych.

Dotychczasowi laureaci programu to wyjątkowe firmy z terenu całej Polski, rozwijające się oraz dbające o prestiż i korzystny wizerunek. „Przedsiębiorstwa Fair Play” dotrzymują podjętych zobowiązań, a współpraca z nimi obciążona jest mniejszym niż przeciętne ryzykiem, ponieważ są firmami zweryfikowanymi przez organizatorów programu. Miejsce w grupie „Przedsiębiorstw Fair Play” daje możliwość nawiązania nowych, korzystnych kontaktów handlowych, a także zwiększa zaufanie, zarówno kontrahentów, jak i klientów. „Przedsiębiorstwa Fair Play” udowadniają, że również w biznesie istnieją zasady etyczne, uczciwość i tzw. dobre praktyki. ■

BĄDŹ TWÓRCĄ SWOJEGO SUKCESU — DOŁĄCZ DO NAS!



www.kie.biz.pl

To prestiż

- jako Klub obejmujemy patronatem wydarzenia o charakterze biznesowym, zarówno te o wymiarze ogólnopolskim, jak i regionalne, 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 wydarzenia kulturalne i wspieramy młode talenty

Będąc Członkiem Klubu

- wspierasz ideę integracji europejskiej, gdyż od tego jak odnajdziemy się w Europie, a Europa w świecie, zależy nasza przyszłość
- wchodzisz w nowe środowisko, w którym możesz przyjemnie i owocnie spędzać czas, poszerzając swoje horyzonty oraz nawiązując kontakty biznesowe i towarzyskie

Przystępując do klubu:

Zyskujesz

- nowe kontakty biznesowe
- pełny dostęp do klubowego portalu www.kie.biz.pl
- możliwość zaprezentowania własnej firmy poprzez portal
- dostęp do ofert specjalnych firm i instytucji należących do KIE
- możliwość prezentacji swojej działalności w kwartalniku „przedsiębiorcy@eu”
- aktualne informacje o ważnych wydarzeniach gospodarczych, społecznych i politycznych, a także o wydarzeniach kulturalnych w stolicy

Bierzesz udział

- w organizowanych przez KIE kolacjach biznesowych, na które zapraszane są znane osoby ze świata kultury, nauki, mediów, polityki i biznesu
- w szeregu wydarzeń gospodarczych, społecznych, kulturalnych i sportowych, których patronem jest KIE

Barbara Jończyk

Prezes Europejskiego Forum Przedsiębiorczości
Założyciel i administrator Klubu Integracji Europejskiej

kontakt: Barbara Jończyk, tel. 501 243 876, e-mail: biuro@kie.biz.pl



STANDARDY mamy światowe

Standardy mamy światowe i dorównujemy najlepszym, przykładem KDM w Konstancinie Jeziornej. Problemem jest brak odpowiedniej ustawy, tak regulującej prawo drogowe, by móc budować całą nowoczesną infrastrukturę w Polsce – mówi Ryszard Marcińczak, prezes zarządu Warszawskiej Izby Gospodarczej oraz Przewodniczący Głównej Komisji Rewizyjnej Federacji Stowarzyszeń Naukowo-Technicznych Naczelnej Organizacji Technicznej.



ROZMAWIA IZABELLA JARSKA

Jest pan inżynierem elektrykiem z wykształcenia. Czy taki wybór branży związany jest z rodzinnymi tradycjami?

– Tak, w trzecim pokoleniu. Mój dziadek, Wojciech Marcińczak elektryfikował Podkole Leśną, Grodzisk Mazowiecki, Pruszków i Powiśle. Zbudował także elektrownię w Zduńskiej Woli, gdzie zamieszkał przed II Wojną Światową.

Obecnie pełni pan m.in. funkcję prezesa zarządu Warszawskiej Izby Gospodarczej oraz Przewodniczącego Głównej Komisji Rewizyjnej FSNT-NOT. Czy droga zawodowa do tych stanowisk była łatwa? Jak ona wyglądała?

– Pierwszym znaczącym stanowiskiem, jakie objąłem była posada dyrektora największego w Polsce Rejonu Energetycznego w Sieradzu. Następnie wygrałem konkurs na dyrektora departamentu eksploatacji PSE S.A, prowadzonego przez firmę HEYS. Potem zostałem prezesem zarządu zespołu Usług Technicznych Rady Stołecznej NOT Sp. z o.o., które to stanowisko piastuję do dziś. I dopiero wtedy, doceniając mój wkład pracy na Mazowszu, wyborcy w tajnym głosowaniu wybrali mnie na te dwa zaszczytne stanowiska, o których pani mówi.

Pełni Pan także funkcję biegłego sądownego, czy zdarzyło się panu wystawić ekspertyzę w jakimś głośnym procesie?

– Przez 30 lat, w czasie których sprawuję tę funkcję, było wiele takich przypadków. Ale najtrudniejszy chyba był wypadek w Pabianicach, gdzie młoda piękna kobieta została przez spadający przewód linii elektrycznej porażona prądem i zginęła na miejscu. Wtedy do zbadania okoliczności tego zdarzenia zaangażowałem profesora Knycha, z krakowskiej AGH, który ustalił przyczyny zgonu tej kobiety.

Branża energetyczna jest jedną z kluczowych dziedzin gospodarki, jak pana zdaniem ona się rozwija? Czy dorównuje

my innym krajom Unii pod tym względem?

– Standardy mamy światowe i dorównujemy najlepszym, przykładem KDM w Konstancinie Jeziornej. Problemem jest brak odpowiedniej ustawy tak regulującej prawo drogowe, by móc budować całą nowoczesną infrastrukturę w Polsce. Innowacja oczywiście pomaga, ale niestety nie rozwiązuje wszystkich problemów, co widzimy w konkursie LAUR INNOWACYJNOŚCI.

W ramach pełnionej w NOT funkcji wprowadził pan szereg usprawnień...

– W NOT mamy wielu wybitnych inżynierów i profesorów np. Laureatów tytułu Złoty Inżynier. Stosujemy nowe formy działania przez spółkę wspomagającą – Informatyka NOT.

Pana „oczkiem w głowie” jest innowacyjność i jest pan twórcą międzynarodowego konkursu „Laur innowacyjności” - dla kogo jest ten konkurs i jak wygląda?

– Kapitułę konkursu tworzą znani specjaliści różnych dziedzin z całego świata. Do nagrody Laur Innowacyjności zgłaszane są zarówno firmy polskie, jak i zagraniczne oraz polonijne, które walczą o ten tytuł w 14 kategoriach. Oto kilka przykładów naszych laureatów: Złoty Laur Innowacyjności – elektryczny autobus SOLARIS, kamizelka kuloodporna z Łodzi, KGHM MIEDŹ za super metody odzyskiwania metali itp. Te wynalazki przynoszą później olbrzymie pieniądze naszej krajowej gospodarce.

Czy pełniąc tak wiele różnych zawodowych funkcji znajduje pan jeszcze czas na odpoczynek? A jeśli tak to w jaki sposób pan najlepiej wypoczywa?

– Oczywiście, znajduję czas i na wypoczynek. Odpręża mnie basen, rower oraz pobyt na polskim wybrzeżu. Co roku spędzam także dwa tygodnie w Karwi, a wszystkie weekendy w moim ukochanym Sieradzu. ■



Tajniki Charyzmy

czyli Wizerunkowy Trening Charyzmatyczny

PIOTR TYMOCHOWICZ

18 kwietnia 2015 roku
10:00 – 20:00
Hotel LORD WARSZAWA

**Zapraszamy na szkolenie,
na którym dowiesz się,**

**że każdy człowiek może być postrzegany
jako charyzmatyk**

- w różnym stopniu w zależności od potrzeb.

**Dowiesz się także jak budzić u innych
pozytywne emocje,**

**jak przekonywać innych i jak kierować
i zarządzać zespołem.**

Szkolenie poprowadzi PIOTR TYMOCHOWICZ - charyzmatyczny trener biznesu, ekspert ds. wizerunku i wywierania wpływu, doradca medialny i ds. marketingu politycznego, twórca sukcesu wielu osób z pierwszych stron gazet. Uzupełnieniem będą wykłady Marka Błądka i Rafała Buchty, trenerów biznesu z wieloletnim doświadczeniem.

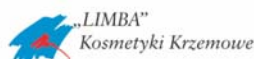


Dla czytelników magazynu przedsiębiorcy@eu rabat 10% z kodem PrzedsiębiorcyEU

Bilety do nabycia u Organizatora - www.szkolenia.ppiu.pl

Szczegółowe informacje: 502-289-256, 512-642-104

www.platformaproduktowiuslug.pl



Biznes **MADE IN CHINA**

Poznań od Pekinu dzieli blisko 7 tys. kilometrów i aż 7 stref czasowych. Mimo to nawiązanie poważnych relacji inwestycyjnych z chińskimi partnerami nie jest aż tak trudne. Wystarczy w dniach 27-29 maja dotrzeć na targi China Homelife Show, by w jednym miejscu i czasie zapoznać się z ofertą 500 producentów z Państwa Środka.

NINA ALT

Chiny to kraj wielkich inwestycji, imponującego przemysłu i osiągnięć gospodarczych. To także wiarygodny partner biznesowy, który od lat prowadzi udane interesy z polskimi przedsiębiorcami. Inicjowaniu nowych kontraktów i współpracy między azjatyckimi producentami, a europejskimi importerami służy China Homelife Show, unikalne wydarzenie w całości dedykowane wzajemnej wymianie handlowej.

Rekordowa ekspozycja

Organizowane przez władze jednej z najbogatszych chińskich prowincji Zhejiang na terenie Międzynarodowych Targów Poznańskich wydarzenie, odbędzie się po raz czwarty. Swój udział w nim potwierdziła już rekordowa liczba pół tysiąca chińskich producentów, podwajając tym samym ilość wystawców i powierzchnię ekspozycyjną z pierwszej edycji.

Podczas China Homelife Show swoją ofertę zaprezentują przedstawiciele branży tekstylnej i odzieżowej, a także producenci elektronicznego sprzętu domowego, kuchennego i łazienkowego, mebli, oświetlenia i artykułów budowlanych.

W wydarzeniu będą uczestniczyć jedynie wiarygodni partnerzy biznesowi o bogatym doświadczeniu w handlu zagranicznym. Dostarczają oni swoje produkty m.in.: do Europy, Australii, Japonii, Kanady i USA, gdzie sprzedawane są przez znane międzynarodowe marki jak Levi's, Adidas, Zara, C&A, H&M, Esprit, Mango, Primark, Wal-mart, M&S, Tesco czy Leroy Merlin.

Biznes i edukacja

Targi China Homelife Show to wydarzenie w całości dedykowane biznesowi polsko-chińskiemu. Dzięki profesjonalnemu doradztwu i wsparciu bezpłatnych tłumaczy jest to także skuteczna platforma współpracy, matchmakingu i wzajemnego zbliżenia obu rynków. Pogłębianiu wzajemnych relacji biznesowych, a także przybliżaniu jej prawnych i kulturowych aspektów służy także Forum Inwestycyj-



Polscy i chińscy biznesmeni podczas zeszłorocznej edycji China Homelife Show

Swój udział potwierdziła już rekordowa liczba pół tysiąca chińskich producentów, podwajając tym samym ilość wystawców i powierzchnię ekspozycyjną z pierwszej edycji

ne, podczas którego przedsiębiorcy dowiedzą się m.in. z jakimi problemami można się spotkać podczas importu towarów z Chin i jak je skutecznie rozwiązywać. W trakcie spotkań z profesjonalistami poruszone zostaną także takie zagadnienia jak negocjacje handlowe, kontrola jakości produkcji, zasady bezpiecznego importu oraz transport morski i lotniczy.

Handel bez pośredników

Zlokalizowane w pawilonach 3 i 3A MTP wydarzenie jest adresowane do importerów i przedsiębiorców zainteresowanych rozszerzeniem działalności swojej firmy, poszukujących nowych dostawców oraz pomysłów na biznes. W ramach ekspozycji chińscy producenci zaprezentują 20 000 produktów, których atutem jest nie tylko atrakcyjna cena, ale i wysoka jakość, zmieniająca stereotyp postrze-

gania produktów „made in China”. Co najważniejsze, targi umożliwią nawiązanie bezpośrednich kontaktów z najlepszymi i najbardziej doświadczonymi producentami bez pośredników, co pozwala zaoszczędzić czas i pieniądze. Eliminowane jest też niepotrzebne ryzyko, organizatorzy – grupa Meorient – zaprosili bowiem jedynie wyselekcjonowaną grupę przedsiębiorstw gwarantujących najwyższą jakość produkcji.

Targi China Homelife Show odbędą się w Poznaniu w dniach 27-29 maja 2015 r. Zarejestruj swój udział już dziś. Szczegóły na www.chinahomelife.org/pl/. ■





Burlington School
Excellence in English

Accredited by the
BRITISH COUNCIL

ENGLISHUK
member

Private Further Education
The Burlington School of English
Certification No. 149
www.burlingtonschool.co.uk
Educational Oversight 2014

TRINITY COLLEGE LONDON
Registered Examination Centre 46190

1-3 Chesilton Road, London SW6 5AA, UK
+44 (0)20 7736 9621
marketing@burlingtonschool.co.uk
www.burlingtonschool.co.uk

BURLINGTON SCHOOL

Kursy w Londynie:

- ✓ j. angielski o profilu ogólnym
- ✓ Egzaminacyjne (IELTS & Cambridge)
- ✓ Specjalistyczne i Business English
- ✓ Zajęcia indywidualne
- ✓ Program dla dzieci (8-17), Londyn



4 tyg. od £336

8 tyg. od £611

12 tyg. od £844

LETNI PROGRAM JĘZYKOWY DLA DZIECI (8-17) 19.07 - 9.08.2015 W ARDINGLY (PŁD. ANGLIA)

- 15 lekcji tygodniowo
- Certyfikat ukończenia kursu
- Materiały w cenie
- Zakwaterowanie na miejscu
- Pełne wyżywienie
- Dostępność pralni
- Bogate zaplecze sportowe
- Ciekawe wycieczki całodniowe
- Bogaty program pozalekcyjny
- Niezapomniane przeżycia



£50 MNIEJ

**CENA ~~£750~~ £700 ZA POBYT TYGODNIOWY
POWYŻSZE WLICZONE W CENĘ**

www.englishsummercamps.co.uk

FINANSOWANIE: w leasingu czy na kredyt?



Praktycznie każdy rodzaj inwestycji może zostać sfinansowany na kilka sposobów. Rynek oferuje tutaj szerokie spektrum możliwości, a najpopularniejszymi z nich są kredyt i leasing.



Adriana Kaczmarek,
ekspert ds. sprzedaży mBanku
ul. Emilii Plater 28, 00-688 Warszawa
tel. 22 584 97 85
Adriana.kaczmarek@mbank.pl

Wybór odpowiedniego sposobu zgromadzenia środków inwestycyjnych zależy m.in. od kondycji przedsiębiorstwa, jego sytuacji prawnej, stażu, branży czy oczekiwań właścicieli. Jednak pierwszym kryterium selekcji dla osób zastanawiających się nad finansowaniem kredytem lub leasingiem, powinien być sam cel, czyli to, na co ma zostać przeznaczony kapitał. Leasing możemy zastosować w celu sfinansowania dowolnego przedmiotu, pod warunkiem, że będzie to środek trwały. Może to być komputer, samochód, linia produkcyjna, pojedyncza maszyna lub nieruchomość. Natomiast kredyt pozwala przedsiębiorcy sfinansować zarówno przedmiot, jak i bieżącą działalność np. software lub zakup technologii do obsługi danej linii produkcyjnej.

Jeśli jednak przedmiot inwestycji pozostaje w obszarze finansowania zarówno leasingowego, jak i kredytowego, decyzja wymaga głębszej analizy. Przykładem, który w tym wypadku wart jest rozważa-

nia, jednocześnie najbardziej popularnym, jest zakup pojazdu. W tym wypadku klienci mogą skorzystać i z leasingu, i z kredytu samochodowego.

Kredyt – dłuższy okres finansowania, elastyczność w zakresie wcześniejszej spłaty

Czynnikiem, który niewątpliwie większość osób bierze pod uwagę przy podejmowaniu tego typu decyzji, jest cena. Jednak często krótkowzrocznie rozumiana jako wysokość raty, a nie całkowity koszt zobowiązania. Porównanie ceny kredytu samochodowego i leasingu może jednak okazać się trudne. Oferty kredytowe operują marżą kredytową, a leasingowe, sumą opłat. Pomocą w takich przypadkach może służyć doradca bankowy dysponujący fachową wiedzą w tym zakresie. mBank oferuje obie formy finansowania na atrakcyjnych warunkach z wykorzystaniem uproszczonego i dogodnego dla klienta procesu. Biorąc kredyt, klient nie musi posiadać wkładu własnego. Podobnie jest w przypadku leasingu, choć tutaj, ze względu na korzyści podatkowe, klient często sami decydują się na wniesienie udziału. Wybór odpowiednio długiego okresu kredytowania bądź leasingowania pozwala zaś dopasować wysokość comiesięcznego zobowiązania do możliwości klienta (zmniejszyć miesięczne zobowiązania ratalne poprzez wydłużenie okresu finansowania). Przy czym finansowanie kredytowe charakteryzuje się większą elastycznością. W mBanku kredyt może być udzielony na okres od kilku miesięcy do nawet 10 lat, w przypadku leasingu samochodu minimalny okres to 2 lata, a maksymalny przy standardowym procesie do 6 lat. Kredyt samochodowy można też uregulować wcześniej (w całości lub w części) bez dodatkowych opłat. Leasing również zakłada dużą elastyczność: opłata wstępna i wartość wykupu mogą zostać ukształtowane przez klienta, a wysokość raty i termin płatności może uwzględniać np. sezonowość przychodów firmy. Jednak wcześniejsza spłata leasingu możliwa jest dopiero po upływie 40 proc. przyjętego czasu amortyzacji.

Leasing – korzyści podatkowe

Wybierając formę finansowania warto przeanalizować stronę podatkową danego produktu. Leasing operacyjny daje możliwość korzystania z różnego rodzaju korzyści podatkowych. W myśl przepisów, wydatki poniesione na raty leasingowe w całości zaliczane są do kosztów uzyskania przychodu. Dotyczy to zarówno części kapitałowej i odsetkowej, jak również opłaty wstępnej. Umożliwia to szybkie zaliczenia do kosztów podatkowych wydatków związanych z nabyciem pojazdu, co z kolei pozwala na zmniejszenie wysokości płaconego przez firmę podatku dochodowego. Przy kredytach można odliczyć tylko amortyzację i część odsetkowej raty. Jest to szczególnie istotne w sytuacji zakupu samochodu osobowego o wartości powyżej 20 tys. EUR. Kwota ta, podobnie jak gdy kupujemy za gotówkę, stanowi maksymalny limit odpisów amortyzacyjnych stanowiących koszt uzyskania przychodu dla przedsiębiorcy. Co warto podkreślić, nawet w tym przypadku rata leasingowa może być w całości zaliczona do kosztów.

Leasing i kredyt – formalności

Kolejnym istotnym kryterium są formalności. Tutaj finansujący prześcigają się w upraszczaniu wymogów i wprowadzaniu mniej czasochłonnych procedur. Aby ubiegać się o leasing, często wystarczy przedstawić podstawowe dokumenty ewidencyjne i finansowe przedsiębiorstwa. Sam proces podejmowania decyzji może trwać zaledwie kilka minut. Podobnie łatwo wygląda proces starania się o kredyt dla firm na zakup auta do 3,5T. Można go otrzymać na tzw. oświadczenie, czyli deklarację o osiągniętych wynikach finansowych w danym okresie. Klient nie przedstawia nie tylko dokumentów finansowych, ale też nie musi mieć ze sobą dokumentów rejestrowych firmy – analityk sprawdza niezbędne informacje w odpowiednich bazach online. Istotne różnice pomiędzy leasingiem, a kredytem pojawiają się w zakresie dodatkowych obowiązków związanych z realizacją umowy. Przy leasingu przedsiębiorca odbiera za-



rejestrowane i ubezpieczone auto. W przypadku kredytu, formalności związane z zarejestrowaniem i ubezpieczeniem pojazdu spoczywają na kliencie. Z kredytu mogą także skorzystać firmy, które prowadzą działalność już jakiś czas (choć i tu banki starają się ograniczyć wymagania i np. w mBanku o kredyt samochodowy może wnioskować firma już po 6 miesiącach działalności i 3 w przypadku „samozatrudnienia”). Firmy leasingowe zwykle są mniej restrykcyjne i niekiedy oferują finansowanie wręcz debiutantom. Związane jest to z inną oceną ryzyka przy podpisywaniu umowy, która wynika z własności pojazdu.

Kredyt – jesteś właścicielem pojazdu

Własność pojazdu to też jeden z kluczowych elementów, który trzeba rozważyć zastanawiając się nad wyborem: „kredyt czy leasing”. W przypadku kredytu samochodowego klient od początku jest współwłaścicielem pojazdu. W przypadku leasingu, przez cały okres spłaty należności właścicielem jest leasingodawca, a samochód może zostać wykupiony za wartość wykupu określoną w umowie. Leasing może zakończyć się zakupem lub w szczególnych przypadkach być de facto usługą najmu długoterminowego. Warto też wiedzieć, że firmy leasingowe mają zazwyczaj dobre rozeznanie na rynku samochodów. Mogą wy negocjować lepszą cenę zakupu, a w przypadku pojazdu uży-

wanego zweryfikować jego wartość oraz wcześniejszą historię. Zazwyczaj też promują towarzystwa ubezpieczeniowe cieszące się opinią najbardziej rzetelnych i proponują ubezpieczenia w wersjach bogatszych, niż standardowa. Ma to duże znaczenia, ponieważ w przypadku kradzieży lub zniszczenia samochodu, odszkodowanie do wartości zobowiązania z umowy leasingu zawsze trafia do właściciela pojazdu, czyli właśnie firmy leasingowej.

Płaszczyzn, na których można porównać ofertę kredytową i leasingową jest niewątpliwie więcej, jednak już po przeanalizowaniu kilku czynników (ce-

ny, skutków podatkowych, formalności i własności prawnej) widać wyraźnie, że nie da się jednoznacznie określić – lepszym rozwiązaniem jest leasing, korzystniejsze jest zaciągnięcie kredytu. Przy wyborze nie warto sugerować się ani statystykami popularności, ani aktualnym trendem. Jest to decyzja bardzo indywidualna, ponieważ dla niektórych firm ważniejsze będą uproszczone procedury i korzyści podatkowe, a dla innych własność pojazdu i wysokość raty. Warto pamiętać, że przedsiębiorcy często wybierają obie formy finansowania, ponieważ każda z nich jest na swój sposób atrakcyjna. ■

Kredyt czy leasing?

	Kredyt	Leasing operacyjny
Własność samochodu	Klient	Leasingodawca
Wkład własny	Nie jest wymagany	Opłata wstępna – od 0 proc. do 45 proc.
Okres spłaty	Max. 10 lat	Max. 6 lat
Wcześniejsza spłata	W każdym momencie	Po upływie 40 proc. czasu amortyzacji – po 2 latach
Korzyści podatkowe	Koszt stanowi amortyzacja oraz część odsetkowa raty kredytowej	Cała rata leasingowa stanowi koszt uzyskania przychodu
Wiek firmy	Firmy prowadzące działalność min. 6 miesięcy	Brak ograniczeń, nawet początkujące przedsiębiorstwa
Formalności	Rejestracja i ubezpieczenie po stronie klienta	Klient odbiera zarejestrowany i ubezpieczony samochód

OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH a przedsiębiorca

Ustawa o ochronie danych osobowych ma na celu przede wszystkim chronić osoby fizyczne, których dane osobowe są lub mogą być przetwarzane przez różne podmioty w tym pracodawców, instytucje i organizacje.



KATARZYNA DĄBROWSKA,
PRAWNIK, DORADCA PODATKOWY, SPECJALISTA
DO SPRAW OCHRONY DANYCH OSOBOWYCH

Pracodawcy, tak samo jak inne podmioty, w różnych sytuacjach mogą posiadać dane osobowe, czy to swoich pracowników, współpracowników czy osób, z którymi współpracują na podstawie umów zlecenia lub o dzieło.

Ustawa szczegółowo określa zasady postępowania z tymi danymi, które posiada pracodawca. Wskazuje warunki przetwarzania danych, czyli co musi zrobić pracodawca, aby można było powiedzieć, że legalnie, zgodnie z prawem, przetwarza te dane, a także określa prawa osób, których dane posiada.

Ustawa ma zapobiegać sytuacjom nadużywania danych osób fizycznych, szczególnie wbrew ich woli i zmuszać tych, którzy te dane posiadają, do dbania o bezpieczeństwo tych danych. Ponadto w ustawie zostały określone kompetencje organu do spraw ochrony danych osobowych, czyli Generalnego Inspektora Ochrony Danych (tzw. GIODO).

Obowiązki pracodawcy

Bardzo ważne jest, aby mieć świadomość, że posiadanie danych osobowych

nakłada na pracodawców (tak jak i na inne podmioty) szereg różnych obowiązków. Są to m.in.:

- obowiązek ochrony tych danych (zabezpieczenia ich przed dostępem do nich osób trzecich),
- obowiązek informacyjny wobec osób, których dane posiadamy (informowania, że mamy te dane i do jakich celów je wykorzystujemy),
- obowiązek rejestracyjny (czyli zgłoszenia informacji o danych do rejestru prowadzonego przez GIODO).

Pamiętajmy, że posiadając dane osobowe różnych osób musimy je przede wszystkim chronić (dbać o ich bezpieczeństwo, aby nie dostały się w posiadanie innych osób i podmiotów, aby były aktualne itp.), a także spełnić szereg innych obowiązków, które nakłada ustawa. Obowiązek rejestracyjny nie zawsze będzie dotyczył organizacji, bo być może nie po-

Ochrona danych osobowych w 2015 r. – zmiana przepisów

W ustawie o ochronie danych osobowych od dnia 1 stycznia 2015 roku ustawodawca wprowadził istotne zmiany. Dotyczą one w przeważającym zakresie nowej roli administratora bezpieczeństwa informacji, któremu powierzony został większy zakres obowiązków. Nowe przepisy wymagają od firm uregulowania statusu Administratorów Bezpieczeństwa Informacji (ABI), którzy mają być czymś w rodzaju wewnętrznego inspektora ochrony danych w firmie.

ABI – kim jest i kto może nim być

Nasuwa się pytanie, czy każdy przedsiębiorca musi zatrudnić ABI? Otóż nie. Ustawa mówi teraz jasno, że administrator (czyli każdy kto ma do czynienia z danymi osobowymi osób fizycznych) danych może powołać ABI. Taki ABI bę-

Warto zastanowić się nad tym, czy wszystkie dane, które posiadamy bądź zbieramy, będą nam rzeczywiście potrzebne

siadamy danych, które wymagają zgłoszenia do GIODO. Ale z całą pewnością posiadamy „jakieś” dane (czy to wspólników, pracowników), których nie musimy zgłaszać do GIODO, ale musimy im zapewnić ochronę.

Warto też zastanowić się nad tym, czy wszystkie dane, które posiadamy bądź zbieramy, będą nam rzeczywiście potrzebne. Część z nich z pewnością tak, potrzebujemy ich do prowadzenia bieżącej działalności lub różne przepisy prawa obligują nas do ich gromadzenia. Są jednak i takie dane, które zebraliśmy niepotrzebnie lub, które w chwili obecnej (i w przyszłości) nie będą nam potrzebne. Te dane lepiej jest usunąć lub poddać anonimizacji.

dzie zajmował m.in. sprawdzaniem, czy przetwarzanie danych osobowych odbywa się zgodnie z przepisami o ochronie danych osobowych. Generalny Inspektor Ochrony Danych Osobowych będzie mógł nawet zwrócić się do ABI o dokonanie tego sprawdzenia. ABI będzie też pilnował dokumentacji i będzie starał się o to, aby osoby upoważnione do przetwarzania danych osobowych w firmie były zapoznane ze stosownymi przepisami.

Nie każdy może zostać ABI. Osoba na tym stanowisku nie może być karana za przestępstwo umyślne i musi posiadać wiedzę z zakresu przepisów o ochronie danych osobowych. Nie musi mieć wykształcenia wyższego. Ponadto ustawa wy-

maga, aby taka osoba podlegała bezpośrednio kierownikowi jednostki organizacyjnej lub osobie fizycznej będącej administratorem danych. Ma to zapewnić ABI odpowiedni poziom niezależności. Administrator danych może powierzyć swojemu ABI wykonywanie innych obowiązków, jeżeli nie będzie to przeszkadzało w wykonywaniu zadań ABI.

ABI będą wpisywani do specjalnego rejestru prowadzonego przez GIODO. Powołanie i odwołanie ABI będzie trzeba zgłosić w terminie 30 dni. W zgłoszeniu trzeba będzie podać dane administratora danych, administratora bezpieczeństwa oraz oświadczenie o spełnieniu przez ABI odpowiednich warunków.

Co z tego wynika?

Administrator danych, który powołał ABI i zgłosił go do rejestru, nie będzie podlegał obowiązkowi rejestracji zbiorów danych osobowych (z wyjątkiem zbiorów zawierających dane, które ujawniają pochodzenie rasowe lub etniczne, poglądy polityczne, przekonania religijne, stan zdrowia, przynależność partyjną i inne bardzo wrażliwe informacje).

Można się też często spotkać z opinią, że wśród przedsiębiorców nadal niska jest świadomość przepisów związanych z ochroną danych. Dlatego zawsze warto rozwa-



żyć współpracę z osobą, która przypilnuje tych spraw.

Nowelizacja dotyczy oczywiście nie tylko ABI. Ze względu na zamiany w obowiązkach rejestracyjnych, od 1 stycznia 2015 roku, GIODO przyznało kolejne zadanie. Oprócz prowadzenia rejestru zbiorów danych, GIODO prowadzi także rejestr administratorów bezpieczeństwa informacji oraz udziela informacji zarówno o zarejestrowanych zbiorach danych, jak i administratorach bezpieczeństwa informacji. GIODO ma prawo zwrócić się do administratora bezpieczeństwa

informacji, wpisanego do rejestru, o dokonanie sprawdzenia zgodności przetwarzania danych osobowych z przepisami o ochronie danych osobowych i opracowania w tym zakresie sprawozdania dla GIODO. Oczywiście, niezależnie od dokonania przez ABI sprawdzenia, GIODO będzie mógł przeprowadzić u danego administratora danych kontrolę. ■



NIEWIEDZA FINANSOWA to strata czasu i pieniędzy

Na każdym kroku różnej maści instytucje finansowe zachęcają nas do tego, byśmy z ich pomocą zaspokajali wszelkie swoje potrzeby. Zewsząd atakują nas reklamy obcego finansowania: „Weź kredyt, pożyczkę, chwilówkę na cokolwiek chcesz: wakacje, święta, prezenty ... Nie ograniczaj się ... ”.



MARIUSZ GEPPERT
MANAGER GENERALNY FSM Polska

Jeżeli jesteśmy wolnym krajem dopiero od ćwierć wieku, ciągle na dorobku, a chcemy korzystać z uroków życia jak inne kraje, które na te dobra oszczędziły, a nie zapożyczyły się. Takie myślenie dotyczy nie tylko przeciętnych obywateli, ale również firm. Małe i średnie przedsiębiorstwa to kategoria biznesowa, która zapewnia pracę ponad 5,5 mln Polaków, skupiając ponad 2/3 zatrudnionych. Z badań Polskiej Agencji Przedsiębiorczości wynika, że sektor MŚP odpowiada za ponad 47 proc. PKB. Jesteśmy jednym z najbardziej przedsiębiorczych krajów w Europie.

Sposoby na finansowanie

Jeżeli przedsiębiorcy samodzielnie szukają obcego finansowania, z reguły rozważają kredyt, i to zazwyczaj gotówkowy, rzadziej inwestycyjny. Sporadycznie biorą pod uwagę kredyt odnawialny czy leasing, niemal nigdy natomiast factoring czy akredytywę. Tymczasem aby produkować, niekoniecznie musimy być właścicielami hal i maszyn. Możemy je równie dobrze leasingować, najmować i wypożyczać. Podobnie rzecz się ma z płaceniem – nie musimy posiadać gotówki, wystarczy dobrze dobrany factoring czy akredytywa.



Kto jednak o tym słyszał? W instytucji finansowej jesteśmy obsługiwani przez doradców bankowych, których głównym zadaniem jest sprzedać kredyt z największą zyskowością dla banku i własnej kieszeni. Factoring czy akredytywa sprzedawane są tylko tym, którzy o to poproszą. Przedsiębiorcy są przekonani, że od tego mają swoje księgowo (najczęściej zewnętrzne, bo to taniej, a oszczędności szuka się wszędzie). Tymczasem zadaniem księgowej jest ewidencja zaistniałych zdarzeń, a nie doradzanie w wyborze rozwiązań.

Bardzo podobnie wygląda też sytuacja, w której przedsiębiorcy wykazują ogromną indolencję, jeżeli chodzi o dobieranie form oszczędzania czy inwestowania. Dominująca część z nich posiada jedynie zwykły ROR lub zupełnie nietrafione, nieumiejętnie dobrane fundusze inwestycyjne.

Z perspektywy mojego 30-letniego doświadczenia na rynku finansowym mogę jednak stwierdzić, że powoli wzrasta liczba inwestorów zainteresowanych korzystaniem z niezależnego doradztwa finansowego. Wprawdzie to nadal kropla w morzu potrzeb, oznacza mimo wszystko, iż budzi się świadomość przedsiębiorców.

Kto pomoże polskiemu biznesmenowi?

Niezależni doradcy finansowi to jedyna skuteczna droga do sukcesu polskich przedsiębiorców, zwiększenia PKB, a co za tym idzie, do lepszego jutra dla nas wszystkich. Dzięki temu, że są oparci o wiele banków, instytucji finansowych i towarzystw ubezpieczeniowych, mogą znaleźć najlepsze rozwiązania dla swoich klientów. Niewątpliwym ich atutem jest też fakt, że

Przedsiębiorcy nie zdają sobie sprawy, że wybierając współpracę z niezależnym doradcą finansowym, zyskują pomocnika, który ZA DARMO wykona za nich ogrom żmudnej pracy

za swoje usługi nie pobierają od przedsiębiorców żadnych opłat. Ich dochody wynikają z prowizji wliczonych we wszystkie produkty finansowe.

Przedsiębiorcy jednak nadal nie zdają sobie sprawy, że wybierając współpracę z niezależnym doradcą finansowym, zyskują pomocnika, który całkowicie ZA DARMO wykona za nich ogrom żmudnej pracy, przeanalizuje gąszcz różnych, skomplikowanych ofert i rozwiązań i w efekcie przedstawi to najkorzystniejsze. Takiej pomocy od doradcy można także oczekiwać na innych płaszczyznach, takich jak np. dobór ubezpieczeń (majątkowych, działalności, życiowych, grupowych, zdrowotnych). Samodzielny wybór często bywa nietrafiony, co nierzadko wynika z niezrozumienia, niewiedzy, braku czasu na dogłębną analizę i porównanie ofert. Dobry doradca finansowy poprzez wykorzystanie specjalistycznych narzędzi może obniżyć koszty firmy, zwiększyć zyski, a także wypracuje czas wolny dla właściciela. W podobny sposób może ułatwić życie i poprawić sytuację finansową każdego obywatela.

Dzisiaj jeszcze wielu przedsiębiorców chce rozwiązywać samodzielnie pojawia-

jące się w firmie problemy informatyczne, prawne, a bywa, że i zdrowotne pracowników. A już na pewno finansowe. Jednak w niedalekiej perspektywie korzystanie z usług niezależnych doradców finansowych stanie się normą, tak jak to dzieje się w krajach lepiej rozwiniętych. Bo to nic nie kosztuje, nie boli, a zawsze przynosi wymierne korzyści finansowe i czasowe.

Jak dotrzeć do dobrego doradcy?

Niestety, na każdym młodym rynku jest wiele nieuczciwych firm. Aby uniknąć rozczarowań, kierujemy się rekomendacją zaufanej osoby czy firmy, która skorzystała z usług i jest z nich zadowolona. Zwróćmy tylko uwagę, aby nasz doradca był niezależny i miał dostęp do jak najszerszego wachlarza rozwiązań z wielu banków, instytucji finansowych, towarzystw ubezpieczeniowych. To najlepsza gwarancja jakości, wysokiego standardu i kompletności obsługi. ■



CENTRUM KONFERENCYJNO-BANKIETOWE W STYLowym PAŁACU W WARSZAWIE



W PEŁNI WYPOSAŻONE
SALE KONFERENCYJNE I SZKOLENIOWE

ELEGANCKIE SALE BANKIETOWE I RESTAURACYJNE

ROZLEGŁY TEREN PIKNIKOWO-EVENTOWY

PIĘKNE OTOCZENIE SOSNOWEGO LASU

BUSINESSMAN INSTITUTE Warszawa, Trakt Lubelski 40a
tel.: 22 379 31 00 kom.: 502 707 711 repcja@bi.waw.pl www.bi.waw.pl

Czas na FOTOWOLTAIKĘ

20 lutego, blisko dwa lata po pierwszym wskazanym terminie, Sejm przyjął ostateczną wersję długo oczekiwaną ustawy o odnawialnych źródłach energii. Znalazły w niej miejsce m.in. ustalenia wprowadzające zasady i warunki wytwarzania energii elektrycznej ze słońca, określające mechanizmy i taryfy wspierające oraz warunki i tryb certyfikowania instalatorów instalacji PV. Co to oznacza w praktyce? Jakie korzyści płyną z zastosowania fotowoltaiki? Czy jesteśmy w przededniu fotowoltaicznego boomu? Czy fotowoltaika okaże się inwestycyjnym hitem?



GRZEGÓRZ KACZOROWSKI,
PREZES GREENNET Doradcy Sp. z o.o.

Z pewnością. Wiele jednak zależy od dostępności informacji, a także, biorąc pod uwagę stosunkowo niewielką na tę chwilę świadomość konsumentką możliwości jakie stwarza fotowoltaika i jej zastosowanie, obecności na rynku podmiotów pełniących funkcje doradcze w zakresie projektowania, finansowania i zarządzania instalacjami.

Czym jest fotowoltaika?

Najprościej rzecz ujmując, fotowoltaika to proces przetwarzania energii słonecznej w energię elektryczną, inaczej wytwarzanie prądu z promieniowania słonecznego. To jedno z najbardziej popularnych źródeł energii odnawialnej na świecie (tuż po energii wiatrowej), którego głównymi zaletami jest prosta konstrukcja, łatwość montażu w porównaniu do innych źródeł energii, a przede wszystkim dostępność dla konsumentów. Prostą wynikową tych zalet są korzyści płynące z zastosowania tej technologii. Z punktu widzenia konsumenta to:

- niezależność od zakładów energetycznych (produkcja elektryczności na własne potrzeby; niższe rachunki za prąd)
- możliwość osiągnięcia dodatkowego przychodu z tytułu sprzedaży nadwyżek wyprodukowanej energii
- ochrona środowiska (obniżenie emisji gazów cieplarnianych i niski poziom hałasu)

Zapewne w tym momencie pojawia się pytanie: a co jeśli nie ma słońca, w końcu Polska to nie słoneczne wybrzeże Hiszpanii...? Wbrew powszechnym obawom, instalacja fotowoltaiczna gwarantuje stały dostęp do energii elektrycznej, niezależnie od nasłonecznienia, stanu pogody. Chociaż najwyższą produkcję energii osiąga przy pełnym słońcu i ustawieniu na południe, produkuje prąd również w dni pochmurne, korzystając z promieniowania rozproszonego – nie ma zatem obaw, że nastąpi przerwa w dostawie energii.

Oszczędności i profity

W momencie przystąpienia do UE, Polska zobowiązała się do przestrzegania zasad i reguł panujących we wspólnocie. Wymogi unijne określone przez Komisję Europejską w dyrektywie UE o emisji CO₂ wymuszają na Polsce szybkie zwiększenie udziału odnawialnych źródeł energii, co pozwala prognozować duże zainteresowanie instalacją fotowoltaiczną w Polsce, w gospodarstwach domowych. Stosowanie się do dyrektyw unijnych niesie za sobą w tej kwestii szereg korzyści – nie dość, że o znaczeniu globalnym (ochrona środowiska) to jeszcze w ujęciu lokalnym i konsumenckim (niezależność i oszczędność).

W Polakach w ostatnich latach dość mocno wykształciła się świadomość oszczędzania, nie tylko energii. Przemawia do nas nie tylko aspekt środowiskowy, ale i czysto ekonomiczny – niższe rachunki za energię elektryczną. Coraz częściej korzystamy z żarówek energooszczędnych, częściej wyłączamy zbędne oświetlenie, kontrolujemy ilość i natężenie światła

w naszych domach. Zastosowanie instalacji fotowoltaicznej w gospodarstwie domowym łączy 2 w 1 – ochronę środowiska i oszczędność, tworząc jednocześnie potężną wartość dodaną w postaci niezależności i możliwości uzyskania dochodu ze sprzedaży nadwyżek wyprodukowanej energii. I to jest sedno sprawy. Zastosowanie instalacji fotowoltaicznych czyni z konsumenta jednocześnie producenta energii – PROSUMENTA. Może się nim stać każdy, kto dysponuje odpowiednim terenem (odpowiednio usytuowana działka duża powierzchnia dachu, etc.), leży mu na sercu ochrona środowiska, zależy mu na niezależności energetycznej i oszczędnościach. Taka osoba, jako prosument może produkować prąd w ilości wystarczającej na zasilenie domu (do tego wystarczy już 4 kW prądu), dodatkowo sprzedawć nadwyżki wyprodukowanej energii, zaś wspomniane regulacje ustawowe gwarantują odbiór nadwyżek energii po 0,75 zł na instalacji do 3 KW i 0,65 zł na instalacji o mocy do 10 KW, zapewniając tym samym stałe źródło dochodu nawet przez 15 lat użytkowania. Co ważne, instalacja o mocy do 40 kW nie wymaga pozwolenia na budowę. Konieczne są jedynie odpowiednie warunki techniczne przyłączenia do sieci niskiego napięcia zakładu elektroenergetycznego, czyli do sieci w jaką uzbrojony jest każdy dom oraz podpisanie umowy ze sprzedawcą zobowiązanym na odbiór nadwyżek energii wyprodukowanej naszej przydomowej elektrowni.

Zastosowanie fotowoltaiki może zagwarantować niezależność nie tylko pojedynczym konsumentom, ale i całym regionom. Z tej możliwości korzystają już niektóre gminy, adaptując pod instalacje fotowoltaiczne obszary do niej należące i włączając w te projekty lokalną społeczność. Jest oszczędność, jest i profit.

Wsparcie na start

Znamy zasady działania fotowoltaiki, podoba się nam to, co oferuje. Chcemy

wykorzystać ją jako źródło energii w naszym gospodarstwie domowym lub regionie i chcemy zarabiać na sprzedaży nadwyżek energii. Istotna, z prosumenckiego punktu widzenia, jest obecność szeroko pojętego wsparcia dla fotowoltaicznych inwestycji – od projektowania, przez finansowanie, po montaż i rozliczenia ze sprzedawcą zobowiązany.

Takie wsparcie oferuje m.in. Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej i uruchomiony przez niego Program „Prosument”. Dzięki niemu możliwa jest dotacja dla inwestycji na poziomie 20-40 procent. Jej połączenie z preferencyjnym kredytem może sfinansować nawet 100% inwestycji.

Wartościowym wsparciem są także firmy doradczo-wykonawcze, specjalizujące się w obsłudze prosumentów. Oferują pakiet usług, gwarantujący kompleksowe wsparcie, na które składa się przeprowadzenie weryfikacji technicznych możliwości posadowienia mikroinstalacji we wskazanej lokalizacji, przeprowadzenie całego procesu dot. finansowania projektu

sument ze źródeł WFOŚiGW/BANK w kilkudziesięciu innych gminach, oferując im wdrożenie Programu Prosument wraz z kompleksową obsługą administracyjno-finansową beneficjentów końcowych, tj. mieszkańców (w tym złożenie wniosku dotacyjnego w imieniu Gminy oraz wdrożenie dokumentacji prawnej łączącej Gminę z mieszkańcem w zakresie spłat pożyczki i udzielenia Beneficjentowi końcowemu dotacji), doradztwo w procesie koncepcyjnym dotyczącym budowy instalacji, doradztwo w obszarze formy prawnej, doradztwo techniczne oraz generalne wykonawstwo.

Długie oczekiwanie na ustawę o OZE

Ustawa o OZE kazała na siebie długo czekać. W ostatnich latach pojawiało się wiele kontrowersji z nią związanych – od nierównego podziału wsparcia dla różnych źródeł energii, po ostatnie niekorzystne dla prosumentów zapisy dotyczące stawek odbioru nadwyżek energii czy tzw. opłaty OZE, pojawiającej się jako pozycja w rachunkach za energię elektryczną osób nie

siębiorcy byli zmuszeni do wyhamowania działań i wstrzymania ewentualnych inwestycji w PV biznes.

Nowe perspektywy, jakie tworzył projekt ustawy o OZE z 2012 roku, stanowiły szerokie pole do działania dla przedsiębiorców działających w obszarze odnawialnych źródeł energii. Regulacje ustawowe miały stanowić silne wsparcie dla rozwoju rynku OZE w Polsce zarówno po stronie popytu jak i podaży.

Podczas gdy boom w branży PV w innych krajach europejskich nieznacznie słabnie, Polska ma go jeszcze przed sobą. Według wszelkich przewidywań przyszły rok to dla polskiego rynku OZE początek intensywnego rozwoju. Być może wykorzystanie energii słonecznej nie będzie stanowiło lwiej części naszego mixu energetycznego, jednak jej znaczenie będzie ogromne, szczególnie w kontekście energetyki rozproszonej i mikroinstalacji, stosowanych w gospodarstwach domowych, małych firmach, domach prywatnych. Obecność na rynku takich podmiotów jak greenNet Doradcy Sp. z o.o. to dobra „wróżba” na najbliższe lata. Dzięki istnieniu takich firm możemy liczyć na wsparcie kampanii informacyjnych, sprawne przeprowadzenie całości inwestycji w instalacje PV i maksymalizację korzyści płynących z ich zastosowania. Zapowiada się ciekawy okres w sektorze energetyki. Czy fotowoltaika zyska tak wielką popularność wśród Polaków, jaką cieszyła się u naszych sąsiadów – Niemców i Czechów? Na to pytanie nie da się teraz odpowiedzieć jednoznacznie. Pewnym jest jednak to, że zainteresowanie OZE i podążanie za eko trendami leży w interesie nas wszystkich. Odzyskujesz energię, chronisz środowisko, oszczędzasz, zarabiasz. ■

Wymogi unijne określone przez Komisję Europejską w dyrektywie UE o emisji CO₂ wymuszają na Polsce szybkie zwiększenie udziału odnawialnych źródeł energii, co pozwala prognozować duże zainteresowanie instalacją fotowoltaiczną w Polsce, w gospodarstwach domowych

wraz z dotacją, projektowanie instalacji, dobór sprzętu, montaż, a nawet zarządzanie inwestycją.

Ta kompleksowość to przede wszystkim wygoda dla inwestora-prosumenta. Oddając w zarządzanie całość inwestycji, może być pewny, że zostanie ona odpowiednio zaplanowana, a on będzie mógł się skupić jedynie na czerpaniu z niej korzyści. Profesjonalne doradztwo techniczno-dotacyjne oraz wcześniejsza współpraca z ośrodkami gminnymi, w znaczącym stopniu ukierunkowana na OZE, zapewniła naszej spółce zaufanie, dzięki któremu władze poszczególnych Gmin zleciło wdrożenie Programu Prosument właśnie nam. Do tej pory podpisaliśmy umowy dotyczące wdrożenia Programu Prosument z kilkoma gminami. Są już efekty tej współpracy. Obecnie wnioski do NFOŚiGW na łączną kwotę 46 mln PLN złożyło 8 jednostek samorządu terytorialnego. Na tym jednak nie koniec. Pracujemy nad wdrożeniem Programu Pro-

korzystających bezpośrednio z rozwiązań fotowoltaicznych. Wszystko to skutecznie odsuwało w czasie stworzenie nowych możliwości i eko-energetycznych rozwiązań dla konsumentów. Także przed-

 greenNet
D O R A D C Y

Tempo zmian i działań rozwojowych determinowała ustawa o OZE, która pierwotnie miała wejść w życie w roku 2013. GreenNet Doradcy przygotowywali się do tego intensywnie, budując nowe struktury sprzedaży dedykowane do obsługi klientów w zakresie OZE, przygotowując i wdrażając procedury wewnętrzne dotyczące wdrożenia w skali ogólnopolskiej programu miniOZE, realizowanego przez BOŚ BANK w kooperacji z ARiMR, budując portfel klientów chcących zrealizować mikroinstalacje PV, a także budując relacje biznesowe w całej Polsce z lokalnymi władzami gmin i powiatów. Realizacja wielu projektów była uzależniona od zapisów w ustawie. Wtedy jednak ustawa nie została przyjęta, a prace nad poprawkami do niej przeciągnęły się znacznie. Jak już wiemy ustawodawca zmusił nas do czekania kolejne dwa lata. Mylił się ten, kto myśli, że to były dla nas dwa lata hibernacji, że projekt naszej działalności zawisł na przysłowiowym kołku, a my czekaliśmy bezczynnie na ustawę. To był dla nas czas intensywnego działania. Wcześniej czy później ustawa musiała wejść w życie. Byliśmy tego świadomi i cierpliwie czekaliśmy. W chwili obecnej jesteśmy doskonale przygotowanym podmiotem doradczo-wykonawczym dla inwestycji PV w programach dedykowanych klientowi indywidualnemu i jednostkom samorządowym. Czas wykorzystać tę wiedzę i doświadczenie. Czas na intensywne działanie. Czas na fotowoltaikę.

CONTENT IS KING

– o sile treści w reklamie

Jeśli chcesz ugotować niebanalny obiad, sięgasz po ciekawe przepisy, kulinarne sztuczki i porady profesjonalnych kucharzy czy po prostu bierzesz to, co jest akurat w sklepie? Urządzać nowe mieszkanie szukasz inspiracji w prasie i sieci, śledzisz trendy i ciekawe propozycje czy decydujesz pod wpływem chwili?



MARTA BUZALSKA
Specjalistka ds. MARKETINGU
w AGENCJI REKLAMOWEJ QA

Jeśli zaliczasz się do pierwszej grupy, nie należysz do wyjątków. Polacy (i konsumenci na całym świecie) są coraz bardziej świadomi trendów, ale też o wiele bardziej wymagający wobec marek. W dodatku sieć i media społecznościowe dały im ogromną władzę – negatywne komentarze na forach czy portalach społecznościowych potrafią wywołać kryzys nawet w dużych firmach. Do takich konsumentów nie trafisz nachalną i banalną reklamą. By zdobyć ich serca, postaw na content.

Content marketing (ang. content – wartość) to ostatnio ulubione narzędzie wielu marketerów. Jest o wiele skuteczniejsze i tańsze niż tradycyjne narzędzia, a w dodatku pomaga budować długotrwałą relację z klientem. A klient przyzwyczajony do naszej marki jest na wagę złota. Czym jest jednak tajemniczy content? To pojęcie niezwykle szerokie. Content obejmuje całą gamę wartości, które narosły wokół produktu, ale nie reklamują go wprost. To materiały, np. filmy lub teksty, które przynoszą konsumentom korzyść, jednocześnie kojarząc ją z naszym produktem lub usługą. Przykład? Kampania „Kuchnia Lidla” z Pascalem i Okra-

są. To świetnie prowadzony portal z przepisami kulinarnych gwiazd i pięknymi fotografiami, które aż zachęcają, by od razu wprowadzić jeden z pomysłów w życie. I przy okazji subtelnie przypomina, że jeśli masz ochotę wypróbować jakiś przepis, wszystkie niezbędne rzeczy znajdziesz w Lidlu. Nienachalne i... bardzo sprytne. Bo czy jest ktoś, kto nie lubi dobrego jedzenia i... wygody?

O co w tym chodzi?

W contencie chodzi właśnie o pomoc udzielaną klientowi i praktyczne podejście. Ktoś oferuje mi coś czego potrzebuję lub coś z czego lubię korzystać (np. przepisy Okrasy i Pascala) przy okazji przyzwyczajając mnie w ten sposób do swoich produktów i usług. Przywiązuję się do marki i zaczynam darzyć ją sympatią, bo np. zrobiłam dzięki niej obiad, który tak smakował mężowi i dzieciom. To pozytywne relacje, których po prostu nie sposób zbudować agresywną reklamą. Jeśli to nie przekonało Cię do stawiania na con-

ternta zwiększyć budżet na działania z zakresu content marketingu. Jednak, aby to osiągnąć, firmy muszą zrozumieć swojego odbiorcę, poznać nie tylko jego potrzeby, ale też zachowania i przyzwyczajenia. Dopiero wtedy mogą stworzyć autentyczny przekaz, który trafi do klienta i zatrzyma go przy marce. Działania z contentem to także tworzenie kultury wokół produktu, przyciągnięcie opowieścią o marce i zaciekawienie formą. Dlatego ogromne znaczenie zyskują formy video, takie jak vlogi, micro-video czy kanały na Youtube. W content marketingu coraz większe znaczenie odgrywa także kontekst: do kogo mówimy, w jakiej sytuacji i przede wszystkim w jaki sposób. Nawet jeśli nasz produkt lub usługa są masowe, nie możemy już zakładać, że jego odbiorcami są wszyscy w wieku 18-65 lat, bez względu na płeć, wykształcenie czy pochodzenie. Aby wśród ogromnego szumu informacyjnego, naprawdę trafić do klienta musimy podejść do niego osobiście i ze zrozumieniem.

Content marketing to ostatnio ulubione narzędzie wielu marketerów

tent, dodam jeszcze, że Google promuje wartościowe treści. Z dobrym contentem masz po prostu większe szanse na wskoczenie na pierwsze miejsca w wyszukiwarkach, a co za tym idzie, na zwiększenie zasięgu swojego przekazu. W dodatku treść nie jest wykorzystywana jednorazowo, ale cały czas pracuje na rzecz Twojej marki. Dobry content jest wielokrotnie odtwarzany i przekazywany dalej, podobnie jak marketing wirusowy. Wszystkie prognozy na najbliższe lata mówią jasno – content, content i jeszcze raz content. To absolutny priorytet dla wielu ludzi z branży. Według raportu B2B Content Marketing Benchmarks 2014, prawie 70 proc. specjalistów ds. marketingu za-

Jak być skutecznym?

Powodzenie content marketingu zależy od tego, czy potrafimy inteligentnie zaangażować go do działań związanych z wizerunkiem marki – jeśli chcemy promować firmę jako ekologiczną, pokażmy odbiorcom coś więcej niż deklaracje. Miło, jeśli dostaną od nas aplikację, która pokaże jak oszczędzać energię i wodę. Jednak, jeśli przy okazji sama firma pokaże, że np. segreguje odpady w firmie, a jej pracownicy zorganizowali maraton dla zieleni lub zasadzili drzewa wokół firmy, nasz przekaz będzie bardziej autentyczny i skuteczny. Dlatego, tak ważne jest, by nasz content był tworzony z pomysłem, ale też inteligentnie eksponowany. ■

JAK NETWORKING WSPIERA ROZWÓJ BIZNESU

– poziom 4

To, że relacje w biznesie są najważniejsze, jest już oczywiste dla wielu przedsiębiorców. Dobrze rozwinięta i pielęgnowana sieć kontaktów pozwala dotrzeć do wiedzy która ułatwi Ci prowadzenie firmy i zdobywanie klientów.

Fot. Piotr Szałański



GRZEGORZ TURNIAK
Ekspert w dziedzinie NETWORKINGU

Przedsiebiorcy na zachodzie chętnie udzielają się w różnych organizacjach, ponieważ otrzymują tam wsparcie, które jest nie do przecenienia. Świadomie stosują zasadę wzajemności, aby rozwijać biznes i uczynić go bardziej efektywnym. Poznaliśmy trzy poziomy, jak sieć kontaktów wspiera rozwój firmy. Dowiedzieliśmy się czym jest networking, jak działa, czy może być przydatny dla mojej firmy, jak networking jest umiejscowiony w moim

świecie oraz o tym, że jeśli nie czerpię radości z nawiązywania relacji, robię coś źle.

Poziom czwarty (wg. Robyn Henderson): w pełni zarządzasz relacjami

Wszedłeś na poziom świadomej kompetencji. Wiesz, że Twoją rolą jako przedsiębiorcy jest takie delegowanie zadań na

Jeśli znasz swoje słabe strony to istnieje kilka rozwiązań, które pomogą Ci je zniwelować.

Możesz wypracować procedury i metody, aby w pełni panować nad zarządzaniem relacjami. Jeśli trzeba, poproś przyjaciół ze swojej sieci, aby Ci podpowiedzieli jak oni to robią. Jeśli Cię to nie satysfakcjonuje sięgnij do literatury, po-

W pewnych obszarach radzimy sobie lepiej w innych gorzej. Każdy z nas ma jakąś strefę umiejętności lub zachowań, które powinien wyeliminować, znaleźć sposoby ich minimalizowania

swoich menadżerów, żebyś miał czas brać udział w różnych zewnętrznych wydarzeniach. Dzięki temu sprawnie możesz zająć się strategią, rozwijać sieć kontaktów z innymi przedsiębiorcami czy konsultantami. Zostawienie pracowników i menadżerów w firmie, aby pracowali w biznesie, a samemu praca nad biznesem świadczy dobrze o Twojej biznesowej dojrzałości.

Jednak nikt z nas nie jest doskonały. W pewnych obszarach radzimy sobie lepiej, w innych gorzej. Każdy z nas ma jakąś strefę umiejętności lub zachowań, które powinien wyeliminować, znaleźć sposoby ich minimalizowania. Niektórzy ociągają się z wpisywaniem kontaktów do bazy, wysyłaniem maila z podziękowaniem za spotkanie w 24 godziny od niego, inni nie dzwonią z życzeniami urodzinowymi lub obawiają się wchodzić w nowe środowiska.

proś coacha, mentora lub konsultanta. Czasem najlepszym rozwiązaniem jest skorzystanie z pomocy kogoś, kto lubi robić to, czego Ty nie lubisz. Może to być asystentka, handlowiec czy ktoś z marketingu.

Następnie należy sprawdzać co jest ważne dla klientów, czym się interesują, w jakich są sieciach, strukturach czy organizacjach. Jakie role tam pełnią. Następnie wypracuj strategiczne podejście wzmacniania kontaktów z głównymi graczami w twojej sieci.

Na tym poziomie pytaj jakie drobne przysługi możesz dla nich zrobić zanim będziesz chciał skorzystać z ich pomocy. Nawiązuj przyjacielskie relacje z współpracownikami i asystentkami swoich kluczowych kontaktów. Staraj się też zrozumieć w jakich społecznościach funkcjonują przyszły liderzy i poznawaj ich nawiązując z nimi partnerskie relacje. ■

APLIKACJE SĄ WŚRÓD NAS

czyli jak smartfony mogą zmienić twoją firmę

Przyzwyczailiśmy się do wszechobecnego Internetu, otaczających nas komputerów i telefonów komórkowych, przez które nie tylko dzwoniemy, ale załatwiamy coraz więcej różnych spraw. Czy potrafimy jednak skutecznie wykorzystywać te narzędzia, a zwłaszcza urządzenia mobilne do rozwoju naszej firmy?

Adam Leśniewski, Łukasz Kowalczyk

Jesteśmy otoczeni przez smartfony i tablety. Wystarczy rozejrzeć się podczas podróży pociągiem, czy w innym publicznym miejscu, aby zobaczyć ludzi pochylonych nad swoimi telefonami. Większość z nas ma je zawsze przy sobie, niektórzy bez nich czują się wręcz zagubieni. Według raportu PWC z czerwca 2014 roku w Polsce jest już 27 mln smartfonów, a do roku 2018 ma ich być już 44 mln.

Smartfony coraz częściej zastępują kalendarze, notatniki i o wiele bardziej skomplikowane narzędzia. Nie ma się czemu dziwić. Korzystanie z rozwiązań mobilnych jest o wiele wygodniejsze, niż noszenie przy sobie sterty papieru, czy kilku innych urządzeń, które można zastąpić smartfonem. Kiedyś pierwsze komputery zajmowały powierzchnie kilku pokoi. Dziś o wiele bardziej skomplikowane zadania wykonują nasze telefony. To wszystko jest możliwe dzięki aplikacjom mobilnym, czyli działającym na smartfonach i tabletach programom, zaprojektowanym specjalnie na te urządzenia, a więc umożliwiających korzystanie z pełni ich możliwości.

Do czego służą aplikacje?

Z pewnością każdemu z nas zdarzyło się śpieszyć na ważne spotkanie. W gąsz-

czu przepisów kodeksu ruchu drogowego, chaotycznie ustawionych znaków drogowych, czy nie zawsze uzasadnionych ograniczeń prędkości trudno jest się zorientować. Może to się skończyć niemiłym spotkaniem z funkcjonariuszami policji. Wtedy o punktualności i podpisaniu ważnej umowy możemy zapomnieć. Stąd pomysł na aplikację Yanosik, która wykorzystując system GPS, oficjalne komunikaty i ostrzeżenia społeczności informuje o wypadkach, korkach, ograniczeniach prędkości, kontrolach drogowych policji, czy nieoznakowanych radiowozach.

Równie popularne są aplikacje treningowe takie jak Endomondo, pomagające w utrzymaniu formy. Ich najważniejszą cechą jest regularność przypomnień i powiadomień o zaplanowanych ćwiczeniach. Również odpowiednia zachęta przez inteligentne wplecenie elementów grywalizacji (osiągnięcia, trofea, publikacje wyników na portalach społecznościowych) oraz czytelne przedstawienie wyników dotychczasowych ćwiczeń i wymagań do osiągnięcia ustalonego wcześniej celu, jest bardzo istotne w tego typu aplikacjach. Na podobnych mechanizmach oparte są aplikacje szkoleniowe, służące poprawie



znajomości obcych języków, czy umiejętności miękkich. Aplikacje tego typu coraz częściej uzupełniają ofertę szkół językowych, salonów fitness, czy trenerów personalnych.

Ciekawym rozwiązaniem są aplikacje zniżkowe, oferujące łatwy dostęp do zniżek i promocji restauracji czy fast food (aplikacje McDonald's, KFC), zniżek w sklepach czy zniżek studenckich, jak popularna wśród studentów w Warszawie aplikacja programu UW HERE. Takie aplikacje w sposób nieinwazyjny przypominają o usługach czy produktach danej firmy. Powiadomienia w smartfonie nie są traktowane przez użytkowników jak irytujący spam, w przeciwieństwie do niechcianych smsów, czy maili. Ponadto powiadomienia można wysłać w odpowiednim momencie, akurat gdy użytkownik aplikacji znajduje się w pobliżu lokalu (dzięki geolokacji) lub gdy w punkcie gastronomicznym jest mniejszy ruch w określonych godzinach lub sklep ma nadwyżki któregoś z towarów.

Powyższe przykłady dotyczą aplikacji powszechnie dostępnych w cyfrowych sklepach Android Market i iStore, odpowiednio dla systemów Android i iOS. Jednak istnieją też inne udostępniane przez

firmy tylko dla ich klientów lub do użytku wewnętrznego.

Aplikacje dedykowane

Specjalne aplikacje dostępne tylko dla klientów danej firmy, wzbogacają jej ofertę. Przykładowo aplikacje szkoleniowe wspierające kursy językowe, dzięki którym klienci dostają gotowe materiały i testy na swoje mobilne urządzenie. Osoba prowadząca kurs może zdalnie nadzorować postępy osoby szkolonej. W tego typu aplikacji zapisywane są wszelkie postępy i plany szkolenia oraz wykorzystywane są elementy grywalizacji do motywacji kursantów. Podobnie działają aplikacje dla klubów fitness, szkół tańca itp. W ich przypadku materiały szkoleniowe mogą być materiałami filmowymi.

Ciekawy jest także przykład aplikacji dla fryzjerów i salonów piękności. Aplikacje dla salonów fryzjerskich zawierają często kalendarz, w którym można samemu rezerwować sobie termin wizyty. Poza tym w aplikacji zawarta jest indywidualna baza historii fryzur dostępna dla konkretnego klienta, dzięki której może on bez problemu odwołać się do zdjęć idealnej fryzury sprzed paru miesięcy.

Podobnie działają aplikacje pozwalające na zdalne zapisy do stomatologa czy lekarza specjalisty. Nietrudno wyobrazić sobie, że niedługo podstawową konsultację ze swoim lekarzem będziemy mogli odbyć właśnie za pomocą aplikacji mobilnej. Dzięki niej będziemy mogli porozmawiać przez Internet, bądź przesłać lekarzowi zdjęcia zmian chorobowych do wstępnej konsultacji. Wszystko oczywiście w ramach wykupionego przez pacjenta pakietu. Pomyślmy ile czasu może to zaoszczędzić zarówno pacjentowi jak i lekarzowi.

Aplikacje służą także wewnątrz firm. Dzięki nim można kontrolować swojego pracownika w terenie, odbierając od niego poparte zdjęciami raporty. Takie rozwiązania sprawdzają się między innymi w branży budowlanej. Raport oprócz zdjęcia zawiera od razu czas oraz współrzędne geograficzne, co zamyka pola do ewentualnych nadużyć. Aplikacje służą też uproszczeniu procedury reklamacyjnej czy wypłaty ubezpieczenia. Dzięki nim możemy zarejestrować usterkę czy szkodę i od razu przesłać ją dalej wypełniając odpowiedni formularz na urządzeniu mobilnym.

Smartfony z odpowiednim oprogramowaniem mogą być uzupełnieniem specjalistycznych narzędzi pracy. Dzięki coraz dokładniejszym odbiornikom GPS są chętnie wykorzystywane przez geodetów, rolników i inne pracujące w terenie osoby. Ich ogromną zaletą jest niebywała

poręczność w porównaniu do urządzeń wysoko wyspecjalizowanych. Ponadto można do nich dodać anteny i dodatkowe moduły, które znacząco poprawiają ich użyteczność.

Przykładów ciekawych aplikacji mobilnych można podać jeszcze wiele. W zasadzie głównym ograniczeniem ich zastosowań jest w dużej mierze pomysłowość twórcy.

Aplikacja a mobilna strona internetowa?

Częstym błędem w myśleniu o aplikacjach, jest porównywanie ich z mobilnymi wersjami stron internetowych. Aplikacje mobilne są odrębnymi programami, które dają o wiele więcej możliwości niż nawet najbardziej skomplikowana witryna internetowa. Po pierwsze aplikacja generuje powiadomienia, dzięki którym można bezpośrednio dotrzeć do użytkownika telefonu czy tabletu. Takie powiadomienia są akceptowalne przez użytkowników i nie uznawane przez nich za spam. Łatwo nimi zarządzać, dzięki czemu użytkownik dostaje tylko interesujące go powiadomienia. Oferta trafia więc do osób, które rzeczywiście będą nimi zainteresowane.

Poza tym, jak już było wspomniane, aplikacje korzystają z narzędzi telefonu takich jak geolokacja, aparat, żyroskop, mikrofon, głośniki oraz inne wyspecjalizowane czujniki znajdujące się we współczesnych smartfonach. Dzięki geolokacji można ustalić dokładne miejsce, w którym znajduje się użytkownik. To pozwala informować go, jeżeli znajduje się w pobliżu miejsca określonego w aplikacji (na przykład punktu gastronomicznego), co daje możliwość zainteresowania go akurat w tym momencie usługami tego punktu. Oprócz tego GPS może być wykorzystany do dokładnych pomiarów terenowych przez specjalistów.

Aparaty telefoniczne posiadają na tyle duże rozdzielczości, że bez problemu mogą służyć do skanowania dokumentów, jako czytniki kodów kreskowych, czy specjalnych QR kodów, wzbogacających aplikacje o elementy rzeczywistości rozszerzonej. Dobrym przykładem wykorzystania aparatu jest aplikacja Word Lens, pozwalająca na tłumaczenie on-line tekstów stanowiących otoczenie miejskie. Wystarczy skierować aparat na tablice czy szyld, a aplikacja zamieni tekst w języku obcym na zrozumiały dla nas, a na ekranie telefonu widzimy już przetłumaczoną informację wkomponowaną w oryginalne otoczenie.

Natomiast żyroskop pozwala ustalić pozycję telefonu w przestrzeni, a więc także jego przyspieszenie czy obrót. Dzięki temu telefon może być wykorzystywa-

ny jako profesjonalne narzędzie. Wiele nietypowych zastosowań mają także mikrofon oraz głośniki.

Jeżeli w samym smartfonie nie ma potrzebnych nam czujników, często można je po prostu dodać poprzez moduł podłączany przez port micro USB czy bluetooth. Świetnym przykładem są pulsometry, czy krokometry wykorzystywane przez aplikacje treningowe.

Aplikacje są wśród nas

Aplikacje mobilne upowszechniają się i w coraz większym stopniu nas otaczają. Kiedyś tylko największe firmy mogły pozwolić sobie na ich stworzenie, teraz stają się powoli narzędziem oferowanym przez wiele średnich i małych przedsiębiorstw. Ciekawe aplikacje odbijają się szerokim echem w mediach.

Wraz z popularnością samych aplikacji, zwiększa się rynek ich projektantów. Pojawiają się małe studia developerskie, oferujące produkty tak samo dobre jak te od największych graczy. Często najwięksi korzystają wręcz z usług mniejszych firm na zasadzie outsourcingu. Różnica w cenie aplikacji może być nawet kilkukrotna. Jest to możliwe dzięki pominięciu skomplikowanych struktur i pośredników. Minusem może być czas wykonania aplikacji, ale na pewno nie jakość, gdyż mniejsze studia skupiają się na konkretnym projekcie i nie rozpraszają sił pomiędzy parę większych zleceń.

Korzyści dla firm

Dzięki mobilnym aplikacjom firma może nawiązać ściślejszą więź z klientami. Stosowanie elementów grywalizacji pozwala na ściślejsze przywiązanie klientów do danej marki. Aplikacje mogą bezpośrednio przełożyć się na wyniki finansowe poprzez zwiększenie sprzedaży, czy zainteresowania usługami w szczególnych momentach. Na przykład poprzez generowanie obrotów w dniach mniejszego ruchu, poprzez konkretne promocje docierające do zainteresowanych klientów. Minimalizują też koszty marketingu i dotarcia do konkretnego klienta. Samo oferowanie tego typu rozwiązań w ofercie pokazuje firmę jako nowoczesną i przystosowaną do rosnących potrzeb klienta. Wewnętrzne aplikacje natomiast wzmacniają motywację pracowników i pozwalają na skuteczniejszą ich kontrolę.

Czy tego chcemy, czy nie smartfony i inne urządzenia mobilne szturmem wdarły się w nasze codzienne życie. Należy to zaakceptować i skutecznie wykorzystywać jeżeli chcemy, żeby nasz biznes był nowoczesny, wydajny i przyjazny klientowi. Aplikacje mobilne to przyszłość, która na naszych oczach staje się teraźniejszością. ■

PRZEMIANY OSOBISTE I ROZWÓJ

Pojęcie przemian osobistych jest bliskie pojęciu rozwoju, chociaż nie zawsze te dwa procesy opisywane tymi słowami chodzą ze sobą w parze. O ile rozwój osobisty wiąże się z przemianami wewnętrznymi i w zachowaniu, o tyle mogą zachodzić w naszym życiu różnego typu okoliczności, które wymuszają na nas przemiany, które wcale nie musimy uznawać za nasz rozwój.

LESZEK MELLIBRUDA
psycholog biznesu

Instotą rozwoju jest świadomość zmian w kierunku, który my sami uznajemy za dobry dla nas i naszego otoczenia. W tym znaczeniu rozwój i wynikające z niego przemiany osobiste są źródłem coraz to wyższych poziomów zdrowia i dobrego samopoczucia. Jednakże jednym z najczęściej pojawiających się skojarzeń z określeniem „przemiany osobiste” jest odnośnienie się do tego zjawiska jako wspomnienia zmian, najczęściej mało korzystnych. Utrata kontaktów, ludzi lub zmiany związane z wyglądem zewnętrznym są częstym przykładem opisującym te przemiany. Osoby mające zwyczaj sięgania nieco głębiej w znaczenia różnych pojęć potrafią dostrzec w procesie przemian osobistych przede wszystkim to, co wiąże się z ich charakterem, osobowością oraz stylem życia i reagowania na życie. Zwykle ten proces dostrzegania własnych przemian osobistych rozpoczyna się w wieku średnim.

Życie, przemiany osobiste a rozwój człowieka

Chociaż głęboka, refleksyjna i pełna świadomość przemian pojawia się stosunkowo późno w naszym życiu, to jednak sam fakt przemian osobistych jest obecny niemalże na każdym etapie naszego rozwoju.

Dzieciństwo

Już w okresie wczesnego dzieciństwa przemiany osobiste związane są z takimi procesami jak rozszerzanie się znajomości słów i pojęć, czy też uczeniem się w formalnych (szkoła) i nieformalnych (grupy rówieśnicze) organizacjach, których członkami stajemy się niemal automatycznie. Dodatkowym i równie ważnym czynnikiem wpływającym na nasze przemiany

w nas samych jest uczenie się różnych sposobów radzenia sobie z sytuacjami trudnymi. Jak każdy etap rozwojowy człowieka, tak i dzieciństwo ma swoje słabe strony. Jest to okres, w którym ludzie są szczególnie bezbronni. Jedną z głównych przyczyn zgonów w okresie dzieciństwa są wypadki, w tym także zatrucia. Na drugim miejscu, co może wydawać się zaskakujące, są nowotwory złośliwe. A więc i dziecko może na skutek samych okoliczności sytuacyjnych doświadczać przemian osobistych, które nie koniecznie muszą świadczyć o jego rozwoju. Dobrze jest pamiętać, iż czasami trudno być dzieckiem.

Dojrzewanie

Okres dojrzewania jest szczególnie intensywnie wypełniony różnego typu okolicznościami, które przyczyniają się do przemian osobistych i czasami sprzyjają a czasami nie sprzyjają rozwojowi osobistemu. Okres pomiędzy dwunastym a dwudziestym rokiem życia obfituje bodaj w największą ilość, w porównaniu z innymi okresami życia, wydarzeń i okoliczności, które mogą stać się źródłem zarówno przemian jak i rozwoju osobistego. Głębokie zmiany psychiczne, jakie zachodzą w tym okresie są również związane z zasadniczymi zmianami somatycznymi rozwijającego się organizmu. Gdyby przyjąć często wykorzystywany podział okresu dojrzewania na trzy fazy (wczesną, środkową i późną), to okazuje się, że w każdej z tych faz trochę inne sytuacje mają wpływ na przemiany osobiste młodych ludzi. Podczas wczesnej fazy dojrzewania – od 11 do 14 roku życia – która jest okresem dramatycznych zmian hormonalnych, dochodzi do uświadomienia sobie i zaakceptowania dojrzewania płciowego oraz w tym właśnie okresie rozpoczynają się narodziny tendencji do uniezależniania się od rodziców. I chociaż rodzina jest stale na pierwszym miejscu, to jednak

w tym właśnie czasie zwiększa się radykalnie wrażliwość na opinie rówieśników. Jeśli w tym czasie występują jakieś problemy z obrazem własnego ciała, takie jak wątlność budowy, otyłość, trądzik lub późny rozwój piersi, to może to być powodem poważnych zaburzeń emocjonalnych oraz źródłem niekorzystnych przemian osobistych w stosunku do samego siebie lub otoczenia. W środkowym okresie dojrzewania (od 14 do 17 roku życia) źródłem przemian osobistych, a czasami również i rozwoju są konflikty i walka z rodzicami o niezależność. Główny wpływ zdobywa w tym okresie grupa rówieśnicza, a centralne miejsce w życiu nastolatka zajmują takie problemy jak rola płci, identyfikacja seksualna, obraz ciała i popularność w grupie. W tym okresie u większości dziewcząt występuje pierwsza miesiączka, a głowy wielu wypełnione są wizjami osób płci przeciwnej, fantazje natomiast bujają najczęściej wedle scenariuszy z seriali telewizyjnych. W późnym okresie dojrzewania (17–20 lat) kształtują się: stabilna tożsamość oraz poglądy dotyczące kariery zawodowej, małżeństwa i filozofii życiowej. Potrzeba odnalezienia siebie w tłumie i poradzenia sobie z rozwojowym dylematem, jakim jest rozdziarcie pomiędzy poczuciem tożsamości a wątpliwościami co do pełnionych ról społecznych (syna/córki, ucznia, partnera, itp.) powoduje również rozwój w zakresie postaw moralnych i etycznych. Oczywiście każdy z tych etapów może ulec opóźnieniu lub przyspieszeniu, lecz trzy filary tego okresu: sprawy płci, dążenia do niezależności i pytania o tożsamość – są głównymi wyzwaniami, które wpływają na przemiany osobiste, a często również i na osobisty rozwój człowieka.

Wstęp w dorosłość

Wczesna dorosłość (można powiedzieć „po dwudziestce i przed czterdziestką”) to

Osoby pozostające w związku małżeńskim relacjonują większe szczęście i satysfakcję niż ludzie samotni, rozwiedzeni lub owdowiali. Jednak ludzie, którzy nigdy nie weszli w związek małżeński (szczególnie mężczyźni) relacjonują jeszcze większe poczucie szczęścia

również okres bardzo wielu znaczących przemian osobistych, najczęściej związanych z okolicznościami i zadaniami, w jakie młodzi ludzie „wchodzą” lub „biorą” na siebie. Decyzja o opuszczeniu rodziny i podjęciu niezależnego życia na własną rękę wcale nie uwalnia od tęsknoty za bliskimi dotąd osobami, wobec których czasami latami oczekiwanie wsparcia emocjonalnego (i nie tylko) pozostaje hamulcem procesu własnego rozwoju, któremu towarzyszą osobiste przemiany. Podstawowe wyzwanie tego okresu dotyczące rozdarcia pomiędzy ustalaniem intymnych związków a poczuciem izolacji jest potężnym źródłem przemian osobistych – czasami bardziej, a czasami mniej zdrowych. Badania dotyczące satysfakcji życiowej wcale nie są zgodne z powszechnymi i intuicyjnymi przekonaniem wielu osób. Okazuje się, iż wprawdzie osoby pozostające w związku małżeńskim relacjonują większe szczęście i satysfakcję niż ludzie samotni, rozwiedzeni lub owdowiali, to jednak ludzie, którzy nigdy nie weszli w związek małżeński (szczególnie mężczyźni) relacjonują większe poczucie szczęścia, niż można to było ocenić z zewnątrz. Co więcej, stwierdzono, iż kobiety, będące w trwałych związkach uważają, że są mniej szczęśliwe i zadowolone z życia niż osoby samotne. Istotną rolę w tych opiniach odgrywa nie tylko fakt posiadania dziecka, ale również to, w jaki sposób współmałżonkowie traktują siebie jako wspólnotę rodzinną. I chociaż stan zdrowia dla większości osób w wieku wczesnej dorosłości nie jest źródłem poważnych problemów, to jednak czasami zapomina się o tym, ➤



ię ponad połowa obrażeń będących przyczyną inwalidztwa występuje przed trzydziestym piątym rokiem życia. W okresie wczesnej dorosłości rozpoczyna się bardziej wyraźny wpływ różnych okoliczności życiowych na przemiany osobiste. Poza rodziną do najważniejszych tych okoliczności należy praca zawodowa. Przeciążenie, konflikty w pracy lub mała umiejętność radzenia sobie ze stresem mogą być nie tylko źródłem problemów zdrowotnych, ale również przyczyną niekorzystnych przemian osobistych. W okresie wczesnej dorosłości badacze zidentyfikowali pewne typowe czynniki ryzyka, mające wpływ na pogarszanie się stanu zdrowia i w konsekwencji również i najczęściej negatywne przemiany osobiste. Należą do nich: prowadzenie samochodu w stanie nietrzeźwości, picie dużych ilości alkoholu, styl życia typu „leniwiec” (brak ruchu i aktywności fizycznej), otyłość, palenie tytoniu oraz obecność objawów nadciśnienia tętniczego.

Wiek średni

Okres życia nazywany „smugą cienia”, dla jednych rozpoczyna się około czterdziestki dla innych dobrze po pięćdziesiątce. W dużym stopniu moment, od którego rozpoczyna się ta smuga zależy od wcześniejszych sposobów poradzenia sobie z wyzwaniami, jakie niosło ze sobą życie oraz ogólnej witalności psychobiologicznej. Stan fizyczny i somatyczny jest również ważnym czynnikiem warunkującym pojawienie się w tym okresie kryzysu związanego z poczuciem stagnacji lub możliwością wykorzystywania własnych potencji twórczych. Jak to wynika z obserwacji lekarzy kobiety w większym stopniu niż mężczyźni „uzależniają” swoje samopoczucie w tym okresie od stanu fizycznego, podczas gdy mężczyźni bardziej są uwarunkowani w swoim samopoczuciu od czynników psychologicznych. Czynniki biologicznymi mającymi znaczący wpływ na „kształt” przemian osobistych w wieku średnim są: zmniejszenie się produkcji hormonów płciowych, zmniejszona zdolność widzenia z bliskiej odległości, zmniejszanie się (lub zwiększanie) masy ciała przy zmniejszającej się masie mięśniowej, pojawianie się osteoporozy, utrata włosów i elastyczności skóry. Wśród czynników psychologicznych często obecnych w kształtowaniu się przemian osobistych tego okresu znajdują się: opieka nad dojrzałymi dziećmi i ich utrzymywanie, opieka i utrzymanie własnych rodziców oraz zjawisko „wypalenia zawodowego” w pracy. Kryzys wieku średniego jest często formą protestu lub braku akceptacji czy zrozumienia potrzeby przemian osobistych dostosowanych nie tyle, do potocznych wyobra-

żeń na temat skutków wieku biologicznego, ile do możliwości i wynikających z nich potrzeb osobistych – psychicznych i fizycznych. To nie poczucie ograniczenia lecz zwiększające się poczucie zagrożenia powoduje powstanie i pogłębianie się kryzysu w tym wieku. Często tendencja do postrzegania świata w kategoriach „czarno-białych” potęguje świadomość kryzysu i typowych reakcji wycofania (depresyjnych) lub superkompensacji (np. szybki rozwód i zakup sportowego czerwonego samochodu z młodą blondynką w środku). W rzeczywistości istotą kryzysu wieku średniego jest wyzwanie dotyczące potrzeby przewartościowania i współcześnie najważniejszych związków z ludźmi i samym sobą. Szczególnie chodzi tu o związek ze współmałżonkiem oraz zmiany kształtu kariery zawodowej i uczenia się nowego spojrzenia na całą resztę swojego życia, która staje się w tym czasie bardziej widoczną. Jak pisze Frank C. Seitz „człowiek, który – jak się wydaje – odniósł sukces, może poczuć wewnętrzną pustkę swoich zwycięstw. Złote krążki mogą zmatowieć, a dole dzwonić cienko i fałszywie. Niespełnione sny mogą się okazać koszmarami nocnymi. Życie może się zacząć wydawać puste i po-

wienie się następujących objawów we własnym myśleniu:

- Moich odczuć nie musi podzielać większość ludzi, ale to jest w porządku;
- Zaczynam rzeczywiście rozkoszować się swoim wewnętrznym światem i byciem sobą;
- Gniew to zupełna strata czasu i energii;
- Śmiech do rozpuku ma moc uzdrawiającą;
- Do maszyn i pieniędzy trudno się przytulić.

Związki z innymi ludźmi kształtują pozytywne przemiany osobiste oraz nabierają dla osób w wieku średnim, większego i bardziej zdrowego znaczenia, gdy przekonują się oni, że :

- Przyjaciele cenią ciebie a nie twoje rzeczy i trofea;
- Kopanie w tyłek i całowanie w tyłek to niewłaściwe wykorzystanie tej części ciała;
- Ludzie, którzy zabierają ci energię i marnują czas, szybko znikają z twojej listy gości;
- Kiedy cię swędzi tam, gdzie trudno się podrapać, to prośba o pomoc jest mniej krępująca niż kiedyś;
- Dzieci mogą być przyczyną największej radości i najgłębszego smutku;

Kryzys wieku średniego jest często formą protestu lub braku akceptacji czy zrozumienia potrzeby przemian osobistych

zbawione treści. Szekspir mógłby powiedzieć „Wyssane życie!” Ten czas nie musi być jednak traumą, ponieważ taniec z wewnętrznymi demonami może nas uwolnić od tyranii wewnętrznych konfliktów i arbitralnych wymagań w stosunku do innych ludzi, a także nauczyć większej akceptacji siebie. W jednej z pierwszych książek Jess Lair znajdujemy wyznanie: Nie jestem więcej dzieckiem, jestem wszystkim co mam!”.

Czas dobrych przemian

F.C Seitz udziela kilku porad, w jaki sposób uczynić czas przemian osobistych tego okresu bardziej zdrowymi i satysfakcjonującymi. Kluczowymi sprawami wydają się być te, które dotyczą nauczania się umiejętności dochodzenia do porozumienia z własnymi emocjami oraz lepszego zrozumienia istoty własnych związków z innymi ludźmi.

W wieku średnim objawem zdrowego spotkania z własnymi emocjami kształtującymi przemiany osobiste jest poja-

- Możesz się znów przedstawić swojemu małżonkowi... i tym razem możesz to zrobić lepiej!

Jednym z istotnych czynników dla kształtowania zdrowia w przemianach osobistych wieku średniego jest narastanie potrzeby uczynienia w życiu czegoś wartościowego dla innych ludzi. I jak refleksyjnie wyraził to, cytowany wcześniej Frank C. Seitz, autor podręcznika pt. „Medycyna behawioralna podana w sposób śmiesznie prosty” – „wiele osób dąży do czegoś, co wykracza poza wartości materialne, szukając odpowiedzi w niebie i czasem odkrywając, że Bóg nie musi być katolikiem..., ani protestantem..., ani żydem..., ani muzułmaninem..., ani mężczyzną..., ani kobietą..., ani mieszkającym w niebie siwowłosym magikiem. Zaczynamy doceniać mądrość Marka Twaina, który kiedyś ironicznie stwierdził, że Bóg stworzył człowieka na swój obraz i podobieństwo, a człowiek odpłacił Mu za to tym samym”...

WYMARZONE MIEJSCE NA KAŻDY PIKNIK BUSINESSMAN INSTITUTE W WARSZAWIE



5 HEKTARÓW ZIELONEGO TERENU

ŁĄKA PIKNIKOWA O POWIERZCHNI 2000 METRÓW

ZADASZONA PERGOLA KOLUMNOWA I LEŚNA ALTANA GRILLOWA

PARKING NA PONAD 300 SAMOCHODÓW

DOSKONAŁA KUCHNIA I OBSŁUGA

PIĘKNE OTOCZENIE SOSNOWEGO LASU

BUSINESSMAN INSTITUTE Warszawa, Trakt Lubelski 40a
tel.: 22 379 31 00 kom.: 502 707 711 recepcja@bi.waw.pl www.bi.waw.pl



Fot. Mateusz Nasternak / www.nasternak.com (2)

W STADZIE siła

Młodemu projektantowi mody jest trudno, zwłaszcza z reklamą, dystrybucją i sprzedażą własnej marki. W pojedynkę może zginąć w modowej dżungli. Marek Kostruski oraz projektantka Eva Grygo znaleźli na to sposób. Założyli komunę projektantów i otworzyli wspólnie sklep. Butik Ptasia 6 obchodzi właśnie rok swojej działalności.

Fot. materiały Ptasia 6 (2)



DORA ROSTOŃSKA

Butik na Ptasiej 6 to piękne wnętrze zaprojektowane przez Syfon Studio. W minimalistycznej, czarno-białej przestrzeni znajdują się szereg jednakowych wieszaków z ubraniami. Nad nimi rozmieszczone są plakietki z nazwą marek. Każda z nich ma ten sam rozmiar, te same kolory, tą samą czcionkę. Ten sam status. Nikogo tu się nie wyróżnia, bo wszyscy są równi. Jak to w komunie. Ubrania zawieszane pod plakietkami bronią się same – nowoczesnym designem, materiałami dobrej jakości, ciekawą fakturą, zaskakującym pomysłem.

Butik Ptasia 6 ruszył oficjalnie 28 marca 2014 roku. To „dziecko” Marka i Ewy.

Z Ewą znamy się od wielu lat, często rozważaliśmy różne opcje poprawy możliwości dystrybucji polskiej mody niez-

leżnej – mówi Marek Kostruski. – Wdzieliśmy ograniczenia związane z targami modowymi oraz sprzedażą internetową oraz bardzo ograniczoną ofertę sklepów stacjonarnych – dodaje.

Przez rok przed ruszeniem z projektem prowadzili rozmowy z wieloma młodymi projektantami, by stworzyć własny niezależny butik, który utrzymać będą wszyscy wspólnie. Będzie jeden koordynator działający na miejscu. Część zarobków każdy projektant odda na utrzymanie miejsca sprzedaży w centrum Warszawy. Uniknęli w ten sposób pracy dla kogoś. Od razu tworzyli coś swojego.

– Łączy nas idea tworzenia niepowtarzalnych wzorów trochę w kontrze do masowej produkcji marek sieciowych – dodaje Marek Kostruski. Inną wspólną cechą marek tworzących Ptasia 6 jest podejście do mody uwzględniające potrzeby współczesnych klientek. Są więc to wzory, które każda kobieta może dołączyć do swojej garderoby niezależnie od tego jak bardzo interesuje się współczesnymi trendami.

Ptasia 6 tworzą obecnie 22 marki, z których ponad połowa jest tam od momentu otwarcia. Dobór firm oraz formuła projektu ewoluowała wraz z rozwojem butiku. Na wieszaku znajduje się codziennie około 900 sztuk ubrań i torebek. Można tam znaleźć ubrania m.in. Cocoon, Con-



Jak na rozumną komunę przystało formuła sklepu wciąż ewoluuje, dopasowując się do potrzeb rynku.

– Ptasia 6 jest świetną miejscówką, bo w jednym miejscu mogą dobrać swoim klientom ciekawą i oryginalną garderobę. Bez biegania po sklepach, tylko w jednej przymierzalni – mówi osobista stylistka Magda Potok z Kliniki Mody. – Korzystałam z tego miejsca kilkakrotnie wykonując metamorfozy dla prasy, m.in. internetowej Kafeterii. ■

Fot. Szyjemy Sukienki

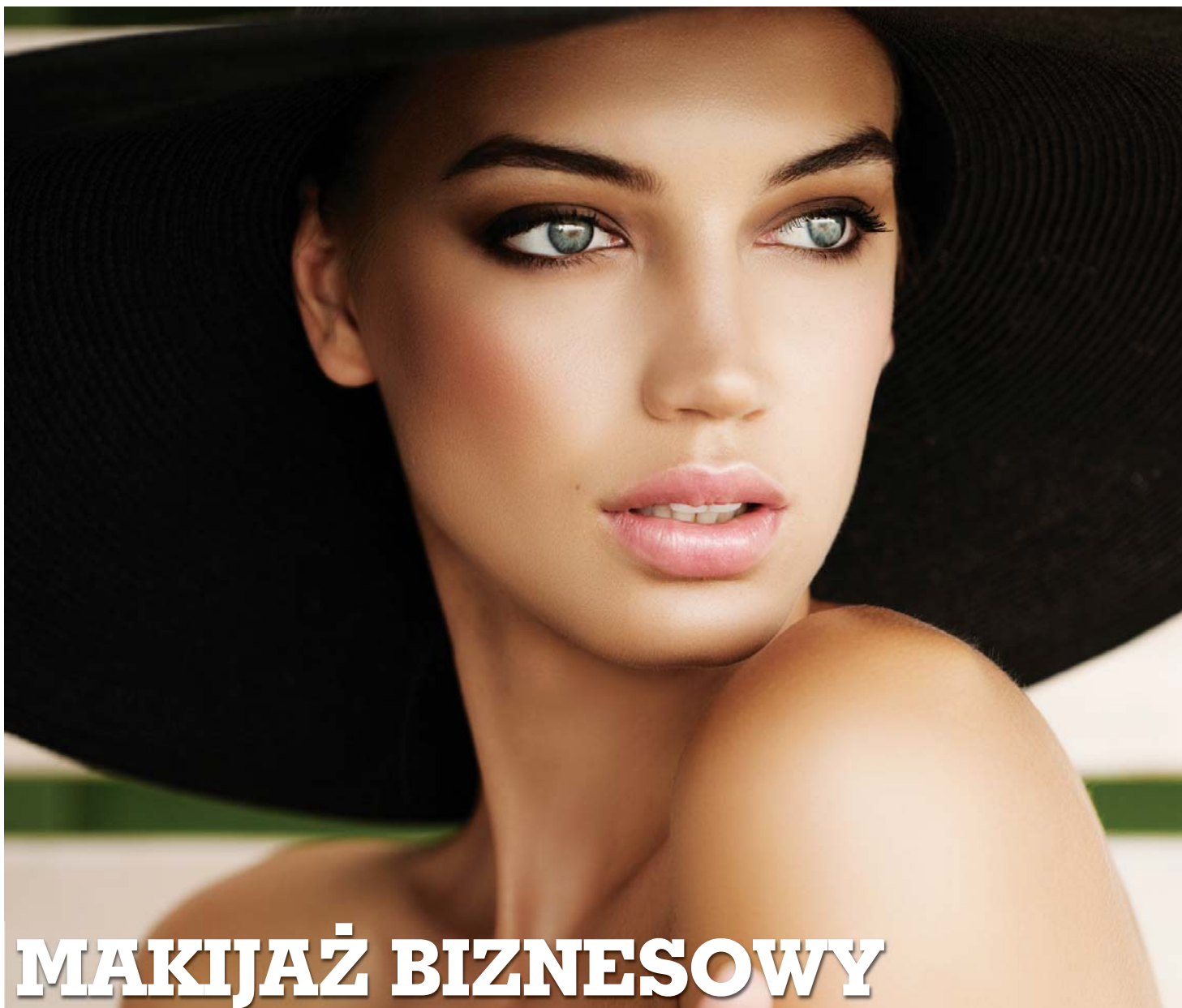


Łączy nas idea tworzenia niepowtarzalnych wzorów trochę w kontrze do masowej produkcji marek sieciowych

fashion, Como Tailoring, Dorothe, Eva Grygo, Femini, Gosia Strojek, Horror!Horror!, IN.NA, Jagoda Kursa, Kasia Miciak, Kąkol, La Woman, Magda Hasiak, Madelle, Mamapiki, Paradox, Polanka, Deep Trip, Smoof Loco, Sara von Stainer, Szyjemy Sukienki, Wanted Wear.

Aktualnie jesteśmy bardziej świadomi kim są nasze klientki i jakie są ich oczekiwania, jest to wiedza którą nabyliśmy w czasie roku działania butiku – mówi Kostruski. – Nasze klientki to kobiety poszukujące oryginalnych rzeczy do noszenia na co dzień, do pracy jak również na mniej formalne okazje. Zwracają uwagę na jakość wykonania i użyte materiały a ceną nasz butik za fachową obsługę i duży komfort zakupów. Większość naszych klientek jest w wieku powyżej 25 roku życia, gdyż nie mamy marek stricte młodzieżowych.





MAKIJĄŻ BIZNESOWY

Jak istotną rolę odgrywa makijaż w wizerunku biznesowym kobiety? Jak krok po kroku zrobić makijaż do pracy? Jakie są najnowsze trendy w makijażu biznesowym?

JOANNA MAJSTRAK
MANAGER ds. PRODUKTU MARKI JUST WEAR

Makijaż pełni nieodłączną część wizerunku w świecie kobiet biznesu. Idąc na spotkanie biznesowe czy do codziennej pracy należy zadbać o swój wygląd. To jak zostaniemy odebrani przez innych może mieć ogromny wpływ na postrzeganie naszej firmy, dla której pracujemy lub którą tworzymy. Wystarczy kwadrans dziennie, żeby makijażem podkreślić swoje kobiece piękno i poczuć się pewniej.

Im mniej tym lepiej

Przystępując do wykonania makijażu biznesowego pamiętaj o jednej prostej zasadzie: im mniej, tym lepiej. Wiele kobiet popełnia ten sam zasadniczy błąd, chcąc zrobić sobie makijaż malując własną karykaturę. Gruba warstwa osypującego się tuszu do rzęs czy „kilo tapety” na twarzy jeszcze żadnej kobiecie nie dodały uroku. Jeśli chcesz wyglądać pięknie i młodo zwróć uwagę na kilka istotnych szczegółów.

Po pierwsze zadбай o wygląd swojej skóry poprzez wyrównanie jej kolorytu. Nic tak nie odejmuje kobiecie lat, jak gład-

ka, ładna cera. Do tego przyda ci się dobry korektor, którym możesz ukryć cienie pod oczami i drobne niedoskonałości, oraz podkład rozświetlający. Po nałożeniu podkładu należy zmatowić twarz pudrem. Wystarczy lekkie muśnięcie pędzlem tak, żeby twarz nie przypominała maski. Kolejnym krokiem będzie podkreślenie twoich atutów. U niektórych kobiet będą to duże oczy, u innych pełne usta albo wystające kości policzkowe. Jeśli mówimy o makijażu wykonywanym do pracy, należy pamiętać o tym, żeby był on w naturalnych, stonowanych kolorach. Na powieki nałóż niewielką ilość matowych cie-



ni (błyszczące cienie dodają lat), dobrze wytuszuj rzęsy, na policzki nałóż odrobinę bronzera lub różu, a usta podkreśl pomadką w kolorze zbliżonym do koloru twoich ust.

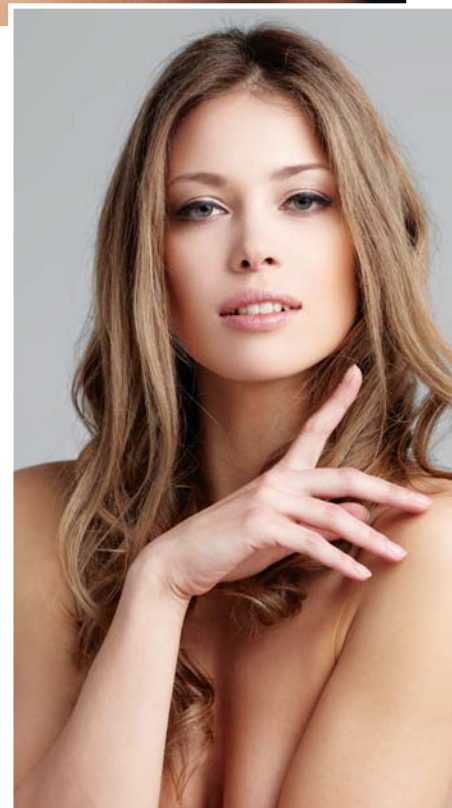
Odpowiednio do okazji

Pamiętaj o tym, że makijaż do pracy nie może być zbyt ostry, ekstrawagancki czy wulgarny (chyba, że wymaga tego twój zawód). Delikatny makijaż w klasycznych odcieniach jest niezbędny podczas ważnych spotkań biznesowych oraz na spotkaniach koktajlowych. Jedną z niewielu okazji w jakiej możemy pozwolić sobie na mocniejszy makijaż, jeśli chodzi o sferę biznesową są wystąpienia publiczne. Do tego możemy użyć pomadki w kolorze czerwieni lub wiśni i podkreślić oczy eyelinerem. Takie mocniejsze zaakcentowanie makijażu sprawi, że nasza mimika będzie bardziej widoczna dla

Wystarczy kwadrans dziennie, żeby makijażem podkreślić swoje kobiece piękno i poczuć się pewniej

osób siedzących na widowni, przez co staniami się bardziej wyraziści i ciekawsi dla naszych odbiorców.

Jeśli chcesz by twój makijaż był zawsze na czasie postaw na nieśmiertelną klasykę. Warto, żeby w twojej kosmetyczce znalazły się: czarny tusz do rzęs, puder matujący, podkład, korektor i pomadka w naturalnym odcieniu. W najbliższym sezonie postaw na naturalność. Pamiętaj o tym, że makijaż to nie tylko codzienny obowiązek, ale także dobra zabawa. ■



POZNAJCIE SIĘ czyli formy przedstawiania osób w biznesie

Prawidłowa prezentacja osób w biznesie to zadanie o wiele trudniejsze niż się początkowo wydaje. Najczęściej wymaga od nas sprawnego działania, podczas którego w sposób szybki i racjonalny musimy ocenić pozycje przedstawianych sobie właśnie osób.



Aleksandra Makles i Małgorzata Król

Porządek precedencji w biznesie nie jednego zapędził już w kozi róg czy był przyczyną publicznego faux-pas, dlatego postaramy się uporządkować sobie to zagadnienie.

Po pierwsze

W relacjach służbowych przedstawianie osób odbywa się według zasady pierwszeństwa, która wynika z rangi i statusu. Wniosek z tego taki, że zarówno wiek jak i płeć nie mają znaczenia w kolejności przedstawiania. Kobiety i mężczyznę przedstawiamy sobie, mając na uwadze ich pełnione stanowisko oraz staż pracy.

Pierwsza i zarazem najważniejsza zasada prezentacji osób w biznesie mówi, że osoba wyższą rangą ma pierwszeństwo przed osobą na niższym stanowisku. No dobrze, ale co to oznacza tak naprawdę w praktyce? Osoba wyższą rangą ma zostać przedstawiona najpierw, czy jako pierwsza dowie się z kim właśnie rozpoczęła rozmowę? Oczywiście... to drugie. Zawsze zwracamy się do osoby o wyższej randze i przedstawiamy jej osobę o randze niższej. Dla lepszego zrozumienia tej reguły, niezbędny może okazać się przykład:

„Panie Prezesie, pozwoli Pan, że przedstawię Panią Marię Kowalską – kierownika działu sprzedaży firmy Expo, Pani Mario – oto prezes firmy Dombud.”

Jeżeli przedstawiamy sobie osoby o tej samej randze, możemy odwołać się do stażu pracy na danym stanowisku, jeżeli jednak ten jest nam nieznany (a zazwyczaj nie jest) najlepiej posłużyć się zasadami etykiety towarzyskiej, lub po prostu przedstawić sobie osoby według kolejności alfabetycznej.

Po drugie

Wszystko się zmienia, kiedy w firmie pojawia się... klient. Powinien on być w firmie zawsze na pierwszym miejscu. Co to oznacza dla zasady przedstawiania? Kierownik bądź inny pracownik firmy jest przedstawiany klientowi, bez względu na pełnione stanowisko klienta.

„Panie Adamie, pozwoli Pan, że przedstawię – oto mój kierownik Zbigniew Nowak, Panie Zbigniewie – nasz kluczowy klient Adam Zasadny.”



Po trzecie

Osoba niepubliczna przedstawiana jest osobie publicznej według podobnej zasady – zwracamy się do osoby publicznej i przedstawiamy jej osobę niepubliczną. Osobą znaną może być prezydent, senator, minister a nawet ksiądz.

Po czwarte

Jeżeli do grupy osób będących na spotkaniu dołącza kolejny gość, to przedstawiamy go już obecnym na miejscu, bez względu na jego rangę. Następnie przedstawiamy mu gości według zajmowanej rangi i statusu (chyba, że jest ich zbyt wielu).

O czym jeszcze warto pamiętać?

W każdym przypadku pamiętajmy, że jeżeli przedstawiamy sobie dwie osoby,



Zawsze zwracamy się do osoby o wyższej randze i przedstawiamy jej osobę o randze niższej

z których jedną znamy jedynie z nazwiska, to drugą osobę przedstawiamy również jedynie z nazwiska.

Nie zapominajmy o takich szczegółach jak mowa ciała, która podczas prezentacji osób powinna być ograniczona do niezbędnego minimum. Jedynie nasza twarz, a co za tym idzie wzrok, powinien być skierowany na osobę, którą aktualnie przedstawiamy, a nie odwrotnie. Może okazać się to dla nas cenną wskazówką podczas prezentacji, w sytuacji kiedy zdarzy nam się popełnić błąd np. w nazwisku

przedstawianego (zazwyczaj zostaje on natychmiast zasygnalizowany przez mowę ciała, często dając nam tym samym możliwość szybkiej poprawy).

Podczas przedstawiania oprócz imion, nazwisk, stanowisk i tytułów, warto dodać coś na temat tych osób, aby ułatwić im zainicjowanie rozmowy.

Pamiętajmy, że jeżeli osoba przedstawiana popełniła błąd w kolejności przedstawiania, nie zwracamy jej ostentacyjnie uwagi. Byłoby to jeszcze większym faux-pas niż błędna kolejność.

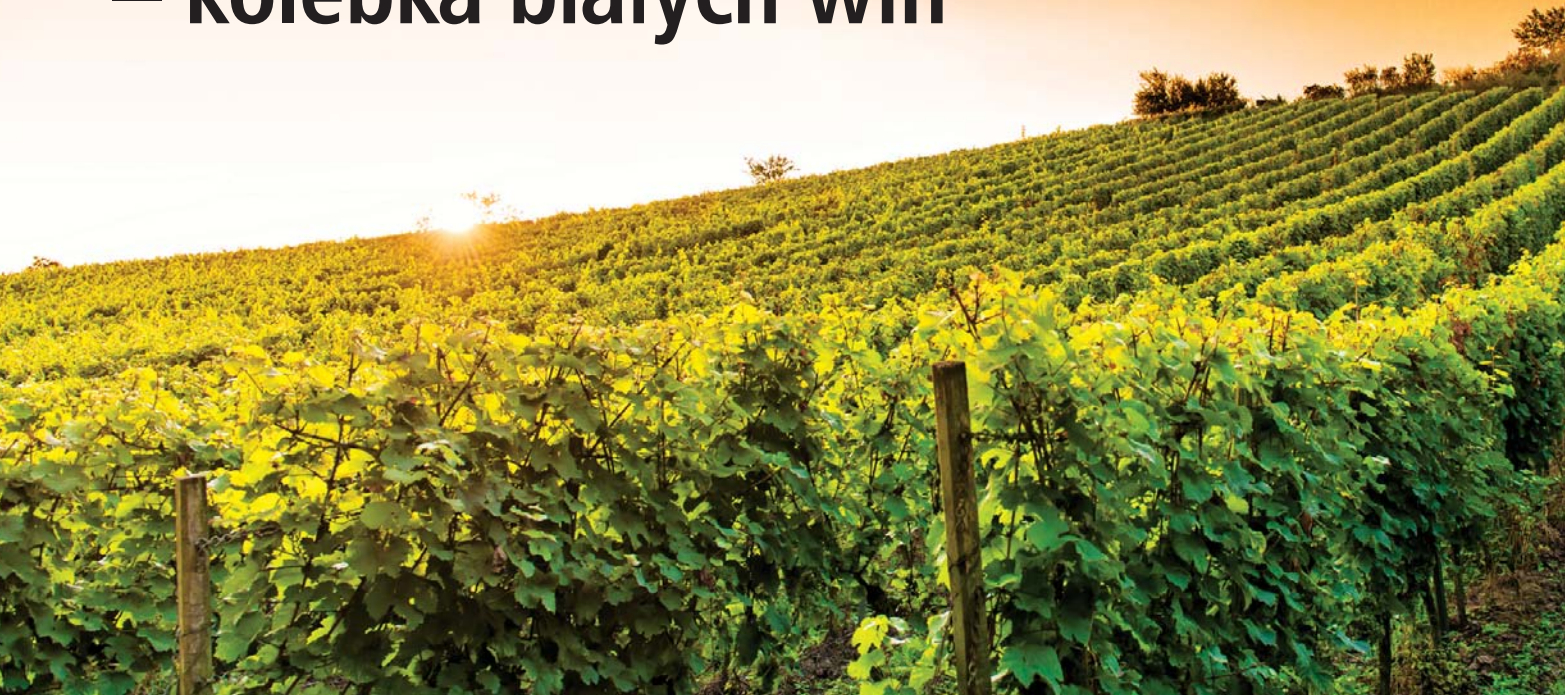
Dzięki znajomości form przedstawiania osób wzmacniamy swój prestiż i budujemy swój wizerunek jako osoby mającej obycie i znającej zasady etykiety, możemy czuć się również pewnie i komfortowo nawet w trudnych sytuacjach. ■

Aleksandra Makles i Małgorzata Król

założycielki firmy szkoleniowo-doradczej Krawat i Muszka specjalizującej się w prowadzeniu szkoleń otwartych i zamkniętych m.in. z etykiety w biznesie, auto-prezentacji, standardów obsługi, dress code'u oraz doradztwa wizerunkowego. Autorki bloga www.krawatimuszka.pl, gdzie poruszają zagadnienia z szeroko pojętego savoir-vivre'u. Ich misją jest promowanie kulturalnego zachowania oraz motywowanie do życia z pasją.

ALZACJA

– kolebka białych win



Kiedy myślimy o Francji, jako o najważniejszym europejskim kraju związanym z produkcją wina, od razu przed oczami jawi nam się nazwa Bordeaux. Często zdarza nam się pamiętać zasługi wielkich winiarzy z Burgundii czy papieskich historii znad Doliny Rodanu. Dopiero na kolejnym miejscu, nieco nieśmiało zdaje się przypominać o sobie jeden z najważniejszych francuskich regionów winiarskich, bez którego trudno wyobrazić sobie najlepsze dopasowania winne z kuchnią azjatycką...

Piotr Zieliński
VINOTRIO, Członek STOWARZYSZENIA
SOMMELIERÓW Polskich

Alzacja, bo to właśnie o niej mowa, to region, którego winiarska historia sięga setek lat, to dom dla najlepszych francuskich białych win. Europę podbijały już na przełomie XV i XVI wieku produkty winiarzy z przepięknych renesansowych miasteczek, w których do dnia dzisiejszego można podziwiać zabytki i pozostałości najstarszych winnic. Z ponad 15 tysięcy hektarów winorośli produkuje się tutaj rocznie około 160 milionów butelek wina, przy czym jedynie osiem procent produkcji to wina czerwone. Do najważniejszych szczepów należy zaliczyć m.in. kwasowy Riesling, różany Gewurztraminer, intensywny Muscat, pełny Pinot Gris, lżejszy Pinot Blanc i perfumowany Sylvaner. Honoru czerwonej winorośli broni w Alza-

cji Pinot Noir, zupełnie jednak inny niż ten, który kojarzy nam się z Burgundzką ziemią wyniosłością.

Alzacka biel

Podobnie sytuacja wygląda z alzacką bielą, która zdecydowanie wyróżnia się na tle innych francuskich białych win. Wyróżniać wino alzackie będzie z pewnością nieco osłodzona cukrem resztkowym wytrawność, duże „ciało”, czyli poczucie wagi i oleistej tekstury wina na języku, a także zdecydowanie wyższa zawartość alkoholu i intensywność posmaku. Ta charakterystyka w prostej linii wynika z geograficznego położenia regionu – od strony zachodniej chronionego przez góry Wogezy od zimnych prądów powietrznych pochodzenia oceanicznego oraz nadmiernych opadów. Dzięki temu, pomimo chłodnego kontynentalnego klimatu, okres jesienny jest znacznie wydłużony, co pozwala znacznie dłużej dojrzewać winogronom.

Niskie opady i brak zachmurzenia dają swój wyraz w bardzo wysokim stopniu dojrzałości gron pod względem zawartości cukru.

Wpływ gleby na charakter wina

I chociaż ogólny wyraz alzackiego stylu wina mamy już z grubsza zarysowany to niesamowitą rolę w regionie mają gleby, a te są bardzo zróżnicowane. Można odnaleźć tutaj takie formacje geologiczne jak wapień, glina, margiel, łupek, granit, piasek, otoczaki czy nawet skały pochodzenia wulkanicznego. Taka różnorodność wpływa na charakter wina z poszczególnej wioski, który może zdecydowanie kontrastować z produktem sąsiedniego winiarza. Dzięki temu Alzacja słynie z wielkiej różnorodności wśród samych winiarzy, a ci zaś chętnie dodatkowo podkreślają dzielące ich różnice w podejściu do tego samego tematu. Dążenia producentów do jak największego odzwierciedlenia unikatowego terroir jako reprezentują

Gewurztraminer Les Fous

Wino o olśniewającym bukietcie. Omamia nutami róży, liczi, grejfruta i brzoskwini. W ustach bogate, o pełnym ciele, orzeźwiającej kwasowości i delikatnym przyprawowym zakończeniu.

Polecamy szczególnie jako aperitif. Doskonale podkreśli smak pikantnych potraw kuchni azjatyckiej. Posiada certyfikat Demeter.

Temperatura serwowania: 10 °C

Producent: Leon Boesch

Rocznik: 2011

Winogrona: Gewurztraminer 100%



Pinot Gris Leon Boesch

Bukiet bardzo wyrazisty dominują nuty jabłka, gruszki i melona. W ustach wino jest potężne, pełne i eleganckie, o chrupkiej kwasowości z delikatnie mineralnym zakończeniem.

Polecamy szczególnie do wszystkich białych mięs, drobiu, królika, cielęciny, wieprzowiny.

Temperatura serwowania: 8-10 °C

Producent: Leon Boesch

Rocznik: 2012

Winogrona: Pinot Gris



oraz brak większych problemów z chorobami winorośli dzięki świetnym warunkom klimatycznym, utwierdzają ich w dość nowoczesnym podejściu, minimalizującym użycie środków chemicznych przy produkcji win. Dziś zdecydowana większość producentów chętnie decyduje się przez to na uprawy organiczne i biodynamiczne.

Bogata różnorodność

Alzacja Alzacji nie równa i wie o tym każdy, kto miał okazję próbować win od różnych producentów. Zdecydowana większość z nich, bo aż 78 procent, dysponuje certyfikatem pochodzenia Alsace AC. W ramach podstawowej apelacji można natknąć się na charakterystyczne wysokie butelki, znane jako flutes d'Alsace, na których, jeśli widnieć będzie nazwa szczepu, to wino zostało wyprodukowane z udziałem 100 proc. gron z tej właśnie rodziny. Istnieje spore grono winiarzy alzackich, którzy chętnie chwają się statusem grand cru na swoich butelkach. Takie produkty muszą często spełnić bardzo szczegółowe kryteria, a samo wino może być produkowane jedynie z jednego z czterech szlachetnych odmian: Gewurztraminer, Rielsing, Muscat oraz Pinot Gris. Ponadto winiarze produkujący wina musujące mogą korzystać z apelacji Cremant d'Alsace.

Chociaż winiarska Alzacja kojarzy nam się głównie z winem wytrawnym to istnieją jeszcze inne style wina, równie ważne i chętnie poszukiwane. Niezwykle ważnym w kontekście win alzackich jest termin Vandage Tardive. Termin ten oznacza „późny zbiór”, a wina posiadające to oznaczenie często odbierane są jako pół-słodkie. Selection de Grains Nobles to intensywnie słodkie wina o wysokim stężeniu alkoholu powstające dzięki zarażonym szlachetną pleśnią gronom.

Alzackie wina mogą być fantastycznymi partnerami dla potraw. Intensywne zapachowo wino ze szczepu Muscat bądź Gewurztraminer może stanowić ideal-

ną parę dla kuchni równie aromatycznej w zapachy przypraw, a nieco pełniejszy Riesling może olśniewać w pojedynku z azjatyckimi specjałami. Tylko od nas zależy, czy będziemy chcieli odkryć alzacką magię i dać jej szansę podbić nasze serca. I podniebienia.

VINOTRIO

Vino Trio
ul. Marszałkowska 76
00-517 Warszawa www.vinotrio.pl

W GORĄCEJ WODZIE Company



Zamiast narzekać, że herbata jest podłej jakości, bo sznureczek się urwał, zrób własną kompozycję z najlepszych składników. Zastługujesz na to. To świetna zabawa i mnóstwo wiedzy.

JOLANTA CHRISTOL

Nie trzeba od razu zakładać herbaciarni, żeby ze śmiałością i radością kupić kilkadziesiąt gatunków herbat. Najlepsi tak zaczęli. Jednak nie każdy może sobie pozwolić finansowo i pod względem powierzchni magazynowania, żeby od razu wejść w taki stan posiadania suszu herbacianego. A może i nie każdy potrafi tyle wypić, ile sobie zaparzył...

Oddzielić ziarno od plew

Gdy znawca patrzy na herbaty sprzedawane w zwykłych sklepach, to najczęściej ogarnia go smutek i przerażenie, że ludzie to piją. Nie dla niego kłótnie, czy lepsza saga, czy ahmad, bo dla niego to wszystko „jeden lipton” lub mówiąc potocznie: „lipa”. Konfekcjonowane herbaty raczej są słabej jakości. A już najgorszy sort to herbaty ekspresowe. Zatem tego nie kupujmy.

Co ciekawe, herbaty na wagę – czy ze sklepów spożywczych, czy ze specjalistycznych sklepów z herbatą – też zwykle są liche. Bez choćby krótkiego przeszkolenia praktycznego klasyczny konsument herbaty ma nikłe szanse, żeby kupić naprawdę dobre liście.

Cóż więc ma czynić ktoś, kto dąży do doskonałości smaku? Ćwiczyć podniebienie. Segregować gatunki herbat bru-



się zaparzała. Daje ona ciemny napar i gorzki, prosty jak siekiera smak. W sam raz dla ludzi niewymagających. Lecz „jeśli dobry masz gust, a wierzę, że tak” – że tak sobie pozwolę zacytować znaną reklamę – wybierzesz herbatę sypaną.

Do kubka można wsypać herbatę granulowaną lub liściastą. Jednak my od razu odrzucamy granulowany pył, który nie ma nic wspólnego z dobrą jakością. Zabieramy się do wybierania liści. W kartonowym pudełku wiele nie zobaczymy, ale można ryzykować. Próbujemy też wyłuskać coś w sklepach z herbatami na wagę. Szukamy liści dość drobnych, młodych. Liście wielkie są stare i mają ostry smak. Uwaga: drobne liście to nie znaczy liście połamane na drobne kawałki. I ostatnia sprawa – nie wsypujemy ich do kubka, ale do czajniczka. Różnica jest ogromna. Tu nie chodzi o rytuał, lecz o doznania smakowe i węchowe.

Zielono mi, szmaragdowo

Dla jednych herbaty zielone są dobre ideologicznie, bo lżejsze, jasne, takie zen. Dla innych argumentem jest to, że są korzystne dla zdrowia, zawierają np. sporo antyoksydantów, które pomagają zachować młodość i chronią przed rakiem. Tak czy owak, wśród herbat zielonych też można spotkać „wilka w owczej skórze”. Stare liście mogą być sprzedawane zarówno jako fermentowane herbaty czarne, jak i niefermentowane zielone. I taka zielona herbata, w zamierzeniu lekka, nagle okazuje się w smaku podobna do gwoździa – mocna, prosta, z płaskim wykończeniem.

Dla ułatwienia poszukiwań zachęcam do przetestowania herbaty z gatunku

się bogactwo w jej łagodności. Składa się z najmłodszych liści i szczytów, tzw. tipsów, czyli nierozwiniętych pąków liściowych. Według mnie nie wolno jej z niczym mieszać, bo to niczym nieuzasadnione psucie jej królewskiego smaku. Kto zauważy wysublimowanie herbaty białej w towarzystwie mocnego dodatku smakowego? Nikt. Dlatego traktujemy ją jak wyjątkowego gościa i dajemy jej filiżankę z białej, cienkiej jak bibułka porcelany.

Czerwone herbaty półfermentowane również będzie nam trudno zidentyfikować w zagmatwanym świecie nazewnictwa herbat. Dlatego nie ma sensu zagłębiać się od razu w różnice w nomenklaturze Chińczyków i Polaków oraz w stopniu fermentacji. Po prostu pijmy czerwone w czystej postaci, bez domieszek dodatkowych ingrediencji.

Aromaterapia wśród herbat

Co ma wspólnego „pachnidłana” dziedzina wiedzy z herbatami? Otóż sporo. Przede wszystkim liście herbaty zalane gorącą wodą wydzielają do powietrza aromaterapeutyczne olejki eteryczne. I to ich szybko ulotna obecność jest tym, co najpierw nas pobudza, gdy pijemy napar z królewsko-cesarskich liści. Teina to kwestia jednak drugoplanowa.

Ponadto gdy zechcemy sobie urozmaicić czy nawet przyprawić życie, to naturalne, roślinne dodatki smakowe również pod wpływem ciepła, czyli zaparzenia w czajniczku, oddadzą nam swoje cenne składniki aromaterapeutyczne.

Herbaty czarne dosmaczajmy przyprawami korzennymi, rozgrzewającymi,

Konfekcjonowane herbaty raczej są słabej jakości. A już najgorszy sort to herbaty ekspresowe

talnie i bez litości. Nie kierować się reklamą. I dużo, dużo pić.

Dobre dobrego początku

„Zaczynaj od Bacha” – zachęcała piosenka. To zaczynamy. Klasyką, czyli takim „herbacianym Bachem”, jest herbata czarna. Zielone w Polsce pijemy od niedawna. Większość Polaków wciąż wybiera herbaty czarne. I szuka tych dobrych, prostych, wyrafinowanych, ale bez sztucznych dodatków smakowych. Lubimy cejlońskie, assamskie czy z chińskiej prowincji Yunnan.

To, co jest pakowane w saszetki herbat ekspresowych, to dust – z języka angielskiego „pył”, a po polsku tzw. zmiotki z podłogi magazynu herbaty. Herbata do saszetek musi być drobna, żeby łatwo

sencha. Sencha może być chińska lub japońska. Szczególnie dobra do domowych eksperymentów jest chińska. Taka trochę wiosenna, nienarzucająca się, dobrze znosząca obecność dodatków w postaci przypraw, kwiatów, owoców czy ziół.

Polska! Biało-czerwoni!

Nasze narodowe barwy obecne są również w świecie herbat. Herbata biała to sama niewinność, świeżość, wręcz dziewiczność. Niefermentowana, młoda, delikatna, a jednocześnie najbardziej upragniona. To ona ma najwięcej antyoksydantów spośród wszystkich innych herbat. Ona też zaspokaja najbardziej wyrafinowane gusta. Jest trudna, ale opłaca się ją poznać. Raczej trzeba do niej podchodzić kilka razy, zanim doceni

ponieważ sama herbata czarna ma również właściwości rozgrzewające. A przecież nie będziemy robić organizmowi „burzy w szklance wody”, dając mu przeciwieństwa do zmierzania się z nimi. Zatem do wychładzających organizm herbat zielonych wrzucmy kwiaty kupione w aptekach czy zielarniach albo suszone owoce lub starte skórki cytrusów z ekologicznych upraw.

Szanujmy swoje zdrowie i kubki smakowe. Rozwijajmy wyobraźnię, mieszając pyszne ingrediencje. „Pijmy herbatę, by zapomnieć o zgiełku tego świata” – jak mówi Chińczycy.

tekst przygotowany we współpracy z Katarzyną Kochańską, specjalistką od kompozycji herbacianych smaków

Wiosenna ARANŻACJA BALKONU

Wreszcie mamy wiosnę. To odpowiedni czas na sadzenie pierwszych kwiatów w skrzynkach lub donicach na balkonie i tarasie. Wystarczy kilka roślin, aby nasz balkon wyglądał świeżo i wiosennie. Oto kilka wskazówek, dzięki którym Twój balkon będzie się pięknie prezentował.

Malwina Szymańska, Katarzyna Lerska PRACOWNIA FLORYSTYCZNA FLORODESIGN

FloroDesign
Pracownia Florystyczna



Kwiaty na balkon południowy: cynia, akşamitka, petunia, heliotrop, szafwija, begonia, sceswola, lantana, lantana. Można spróbować uprawy roślin cytrusowych.

Kwiaty na balkon północny: zeniszek, niezapominajka, barwinek, miodunka, funkcie, koleus, bluszcz.

Kwiaty na balkon wschodni: lobelia, jaskier, niecierpek, oleander, werbena, fuksja, begonia, wilec ziemniaczany, tunbergia.

Kwiaty na balkon zachodni: rozchodnik, rojnik, trawa kostrzewa sina, macierzanka, zaciąg nadmorski, gazania, dimorfoteka, portulaka, heliotrop, lawenda.

Wczesną wiosną absolutnym hitem są rośliny cebulowe: hiacenty, narcyzy, tulipany i szafirki. Poza cebulami na rynku dostępne są sadzonki, które od razu pozwolą nam stworzyć piękne kompozycje. Rośliny cebulowe najlepiej prezentu-

ją się w nasadzeniach mieszanych z dodatkiem naturalnych elementów jak faszyna, wiklina, kora. Uroku dodadzą im również kolorowe jajka, zajączki czy ptaszki.

W wiosennych nasadzeniach świetnie sprawdzą się również bratki i fiołki. Wytrzymują niewielkie spadki temperatury i utrzymują kwitnienie do maja/czerwca w zależności od stanowiska.

Rośliną, na którą warto zwrócić uwagę wczesną wiosną jest ciemiernik. Ta elegancka bylina wyróżnia się trwałością kwiatów, zazwyczaj jest już zahartowana i wytrzymuje spadki temperatury do -2°C.

Od drugiej połowy maja możemy zacząć nasadzenia z roślin balkonowych. Nie wszystkie kwiaty znoszą dobrze ekspozycję na silne słońce i odwrotnie. Wiele kwiatów nie będzie odpowiednio kwitło w miejscach zacienionych. Warto dobrać więc takie rośliny, które się dobrze przyjmą i którym będą odpowiadały warunki, jakie posiadamy na balkonie.

Aby stworzyć w naczyniu harmonijną kompozycję, należy uwzględnić pokrój oraz barwę kwiatów sadzonych roślin. Możemy zestawiać ze sobą rośliny kilku gatunków o zróżnicowanym pokroju, ale o kwiatkach w podobnej tonacji (np. pelargonia angielska, bakopa sutera, starzec

popielaty) bądź różnymi odmianami jednego gatunku, ale o różnej kolorystyce kwiatów (np. begonie).

Przygotowując piękną, kolorową aranżację najlepiej połączyć ze sobą rośliny o różnym pokroju, jak i o barwie kwiatów. Ważnym uzupełnieniem kompozycji są rośliny o ozdobnych liściach (np. starzec popielny, koleus, kocanka włoska, wilec ziemniaczany, bluszcz, geranium), jak również karłowate iglaki (kosodrzewiny, świerki, tuje czy jodły).

Mając do dyspozycji niewielką przestrzeń balkonu nie zapomnijmy o powierzchniach pionowych. Zaplanujmy piękne bluszcz i pnącza, które ozdobią nasz balkon, a nie zabiorą nam przestrzeni (np. wilce, groszek pachnący, bluszcz, powojnik, nasturcja większa, kobeja).

Nie zapomnijmy też o kąćku zielarskim. Wszyscy lubimy w kuchni świeże zioła, doskonale podnoszą smak i aromat naszych potraw. Warto zaplanować sobie miejsce na kąć zielarski. Na miejscu nasłonecznionym posadzić możemy zioła z obszaru Basenu Śródziemnomorskiego, takie jak: lawenda, tymianek, oregano, bazylija. Doskonale rosną również karłowate odmiany pomidorów. Nasze polskie zioła (szczypiorek, pietruszka, koperek) wolą stanowisko cieniste. ■





omnicom

wnętrza z pasją

www.omnicom.com.pl

GENEWA w dyszy samochodu

Po 85. Międzynarodowej Wystawie Samochodowej w Genewie pozostało wspomnienie. Kolejne spotkanie z nowościami w motoryzacji za rok, od 3 do 13 marca.

ŁGOR STOKŁOSA

Tegoroczny salon motoryzacyjny w Genewie przyciągnął 682 tys. zwiedzających, tylko o 1,8 proc. więcej niż w zeszłym roku. Czy to już kres możliwości wystawy?

– Nie możemy zwiększać liczby gości w nieskończoność – powiedział André Hefli, szef genewskich targów. Dodał, że organizatorów ogranicza nie tylko infrastruktura targowa, ale także dbałość o wygodę gości.



Ferrari 488 GTB



Mercedes-Maybach Pullman



Bugatti Veyron La Finale



Lamborghini Aventador

– To ma kapitalne znaczenie. Dla komfortu naszych gości jesteśmy w stanie przeżyć nawet mniejsze przychody z biletów – dodał.

Ci, którzy znaleźli się w środku, nie kryli entuzjazmu. Niemal każde stoisko miało swojego asa. Na pewno nikogo nie pozostawiło obojętnym stoisko Ferrari. Włoski producent pokazał nowy model 488 GTB, który w najbliższym czasie ma być motorem napędowym sprzedaży. Wrażenie robił też niewątpliwie Mercedes-Maybach Pullman. Komfortu i luksusu jest w nim aż 6,5 metra i to za jedyne pół miliona euro. To niewiele w porównaniu z Bugatti Veyron La Finale. W Genewie koncern pokazał pierwsze i ostatnie egzemplarze auta jakie wyjechały z francuskiej fabryki. Wersja La Finale została już sprzedana za 12 mln euro.

Nie można było przejść obojętnie obok stoiska Lamborghini i modelu Aventador LP 750-4. Osiągami to auto niebezpiecznie zbliża się do Bugatti Veyrona. Setkę osiąga w 2,8 s, a prędkość maksymalna to 350 km/h. Jak na wcześniej wspomniane modele, nie razi aż tak bardzo ceny tego auta, bo zaczynają się od 327 tys. euro.

Fani Need For Speed nie mogli natomiast ominąć szwedzkiej marki Koenigsegg i jej pierwszego hybrydowego produktu: Regera. Benzynowe V8 o pojemności 5.0 litra z turbodoładowaniem i trzema silnikami elektrycznymi generują aż 1500 KM!

Mniej koni, za to za przystępniejszą cenę pokazali producenci aut z segmentu popularnych. Skoda w Genewie pochwaliła się najnowszą generacją swojej limuzyny Superb. W środku rewolucji nie ma, za to z zewnątrz prezentuje się okazale. W odpowiedzi na konkurencyjne modele segmentu D, Toyota przyszykowała natomiast nową wersję Toyoty Avenisy.



Koenigsegg Regera

Równie tłoczno było też w nowościach z segmentu crossover. Renault wprowadził rywala dla Nissana Qashqai'a czy Toyoty RAV4 o nazwie Kadjar. Błysnęła też Mazda CX-3, piąty model z nowej generacji samochodów Mazdy wyposażonych w technologię SKYACTIV i zaprojektowanych w myśl filozofii projektowej KODO – Dusza Ruchu.

Zdjęcia pochodzą z GENEVA INTERNATIONAL MOTOR SHOW, www.salon-auto.ch oraz z profilu ABCMotoryzacji na Facebook.



Skoda Superb



Toyota Avenisy



Renault Kadjar



Mazda CX-3

IV GENERACJA DOBLÒ

– dla firmy i dla rodziny

ANETA SIENICKA

Fiat prezentuje nowego Doblò, „Active Family Space” (aktywna przestrzeń dla rodziny), będącego w stanie zaspokoić potrzeby rodzin prowadzących nowoczesny, sportowy i dynamiczny styl życia, które korzystają z samochodu przez siedem dni w tygodniu, w dni robocze oraz weekendy, bez ograniczeń, jeśli chodzi o przestrzeń czy zakres użytkowania.



Doblò Cargo to większa funkcjonalność, czyli m.in.: wielofunkcyjne trzy miejsca z przodu, systemy multimedialne i poprawiony komfort akustyczny. Większa wydajność to m.in.: poprawa wartości momentu obrotowego, wersje „Eco-Jet”, które zmniejszają zużycie paliwa aż o 15 proc. Większa wartość to m.in.: bogata i złożona gama dostępnych wersji i propozycje finansowe FCA Bank. ■

EKSKLUZYWNA KARTA MASERATI od Lion's Bank

ANETA SIENICKA

Lion's Bank wprowadza pierwszą na świecie lakierowaną metalową kartę kredytową, opatrzoną marką luksusowych samochodów. Karta Maserati by Lion's Bank dostępna będzie wyłącznie w salonach Maserati Chodzież – polskiego importera włoskich ekskluzywnych aut.

Karta stworzona wspólnie z Maserati to idealna propozycja dla koneserów pięknych przedmiotów oraz miłośników motoryzacji. Jej posiadacz może skorzystać z powiązanego z produktem ubez-



pieczenia, uczestniczyć w programie lojalnościowym MasterCard Rewards z szerokim katalogiem udogodnień, a także zyskać dostęp do usług takich jak Priority Pass i MasterCard Privileges. Właściciel karty ma też prawo do specjalnych zniżek w Maserati Chodzież przy serwisowaniu auta oraz przy zakupach w Maserati Store. Ponadto, Lion's Bank zapewnia posiadaczowi karty m.in. najdłuższy okres bezodsetkowy zarówno dla transakcji bezgotówkowych, jak i wypłat gotówki oraz elastyczność dnia spłaty. ■

TE AUTA kochają złodzieje

ANETA SIENICKA

Najczęściej kradzionymi autami w Polsce w 2014 r. wg danych Komendy Głównej Policji były Volkswageny (1745 sztuk), wśród których na pierwszym miejscu uplasował się VW Golf (817 sztuk). Kolejna popularna wśród złodziei marka to Audi (1457 sztuk), a szczególnie model A4 (660 sztuk). Ostatnią na podium marką amatorów cudzych aut jest Toyota (625 sztuk).

„Możemy zauważyć pewną regionalizację zainteresowań złodziei. W Warszawie zdecydowanym faworytem przestępców są samochody japońskie. Najczęściej kradzionym modelem była w ubiegłym

roku Corolla (161 sztuk), a tuż za nią znalazł się Yaris (143 sztuk), wyprzedzając Hondę Civic (130 sztuk). Z kolei w woj. warmińsko-mazurskim w pierwszej dziesiątce, dziewięć miejsc zajmują samochody niemieckie” – komentuje Dominika Włodarczyk z firmy Gannet Guard Systems zajmującej się namierzaniem i odnajdywaniem skradzionych obiektów.

Najwięcej kradzieży aut osobowych miało miejsce w Warszawie, gdzie łupem złodziei padły 2894 pojazdy. Dla porównania najbezpieczniejszym województwem okazało się podkarpackie, na którego terenie zanotowano tylko 126 przypadków kradzieży samochodów osobowych.

„Dobłą wiadomością jest fakt, iż w porównaniu z poprzednimi latami, liczba skradzionych aut zmniejsza się. W 2004 r. popełniano średnio 140 przestępstw dziennie, natomiast w 2014 r. – 39. Moim zdaniem wynik ten zawdzięczamy rozwojowi systemów lokalizacyjnych. Dawniej złodzieje mieli większą swobodę działania, dziś za pomocą systemu lokalizacji radiowej można odnaleźć każde auto, a zagłuszarki stosowane przez specjalistów od „włamu” nie utrudniają w żaden sposób poszukiwań skradzionych pojazdów” – wyjaśnia Dominika Włodarczyk. ■



Ponadklasowy VW PASSAT

Mniej więcej co cztery lata koncern Volkswagen serwuje fanom możliwość zamiany swojego Passata na model nowszej generacji. Obecnie na rynku dostępna jest ósma wersja tego jednego z najpopularniejszych na świecie modeli w segmencie D.

ANETA SIENICKA, KRZYSZTOF JOŃCZYK

Passat ósmej generacji miał swoją premierę na październikowych targach motoryzacyjnych w Paryżu 2014 r., a już kilka miesięcy później, na kolejnych targach, w marcu 2015 r. w Genewie, producent szczył się zdobyciem prestiżowego tytułu „Car of the year”.

Ci, którzy choć trochę interesują się motoryzacją wiedzą, że każda kolejna generacja wprowadzanych na rynek modeli Volkswagena, nie różniła się znaczą-

co od poprzedniej, jeśli chodzi o wygląd zewnętrzny. W przypadku nowego Passata jest jednak inaczej. Tył może nie zmienił się zbyt mocno, ale za to przód uległ wyraźnej przemianie. Wlot powietrza wyraźnie łączy się chromowaną listwą z reflektorami, które stały się smuklejsze i bardziej wyraziste. Świecą oczywiście w technologii LED, zastępując wcześniejsze ksenony. Nadwozie zostało obniżone, zwiększono rozstaw osi, przez co auto robi wrażenie drapieżnego i dynamicznego.

Nie wygląd się liczy...

Ale to jak wygląda nowy Passat nie jest z pewnością kwestią najistotniejszą. Wprowadzając to auto na rynek, koncern postawił na innowacje – trend przewodni w ostatnim czasie w biznesie, nie tylko motoryzacyjnym. I tak, dzięki innowacjom w konstrukcji, auto straciło na wadze aż 85 kg w stosunku do poprzedniej wersji, co przekłada się pozytywnie na jego właściwości jezdne, gdyż niższa masa pojazdu, to niższe opory jazdy. W nowym Pas-



Cechy szczególne wg „przedsiębiorcy@eu”:

- automatycznie otwierająca się pokrywa bagażnika, po odpowiednim ruchu nogą za samochodem (dotyczy wersji Variant);
- dotykowy ekran w kokpicie, który reaguje na zbliżającą się rękę, pokazując dostępne opcje;
- system auto hold, dzięki któremu nie musimy trzymać stopy na hamulcu
- możliwość „sparowania” dwóch telefonów komórkowych jednocześnie!

dających się w aucie. Należą do nich: Front Assist, posiadający funkcję awaryjnego hamowania w mieście i rozpoznawania pieszych oraz Emergency Assist, który zatrzymuje samochód w przypadku zasłabnięcia kierowcy. System Trailer Assist sprawdzi się np. wśród fanów quadów, bo znacznie pomoże przy manewrowaniu z przyczepą. Na nas wrażenie zrobił system Lane Assist, z którym jadąc w trasie i używając jednocześnie tempomatu z automatyczną regulacją pręd-

Wprowadzając to auto na rynek, koncern postawił na innowacje – trend przewodni w biznesie, nie tylko motoryzacyjnym

sacie nie znajdziemy tradycyjnych zegarów. Zastąpiono je wskaźnikami cyfrowymi Active Info Display, które pokazują nam wszelkie niezbędne jak i mnóstwo innych, istotnych w trakcie jazdy informacji. Dzięki temu, np. ustawiając nawigację, nie musimy odrywać oczu od trasy, zerkając na umieszczony pośrodku kokpitu ekran, ale podobny widok mapy, wyświetla nam się między dwoma elektronicznymi zegarami. Poza tym producent szczeni się zastosowaniem wielu systemów, dbających o bezpieczeństwo i to nie tylko osób znaj-

kości, możemy się zrelaksować i odpocząć, gdyż nie musimy do prowadzenia auta używać ani nóg, ani też rąk. Polecamy jednak w tym czasie trzymać je w pobliżu kierownicy... Chociaż, jeśli system uzna, że ma problem z trzymaniem się linii, natychmiast wyświetli nam komunikat i podkreśli sygnałem dźwiękowym, że powinniśmy przejąć sterowanie autem. Ciekawe wrażenie sprawia kierownica, która sama delikatnie się porusza, kiedy np. jedziemy po łuku drogi. Niewątpliwie wymaga to przyzwyczajania.

Dla każdego coś dobrego

Producent przygotował dla klientów trzy typowe dla siebie opcje wyposażenia: Trendline, Comfortline i Highline, a dla osób ze sportowym zacięciem, również pakiety R-line, które dodają ostrości Passatowi. Jeśli chodzi o silniki, do wyboru jest łącznie aż 10 opcji benzynowych (TSI) i wysokoprężnych (TDI), o spektrum mocy od 120 do 280 KM. Warto zwrócić uwagę na najmocniejszą wersję diesla, jaka kiedykolwiek była oferowana przez Volkswagena: 2,0-litrowy silnik bi-turbo o mocy 240 KM, który wg producenta zużywa zaledwie 5,3 l/100 km paliwa. Nowością jest też Passat z napędem hybrydowym plug-in, który pokonuje na baterii elektrycznej max. 50 km. Wersja ta trafi do salonów sprzedaży pod koniec lata 2015 r. Osoby, które zdecydują się na zakup nowego Passata, muszą brać pod uwagę wydatek na poziomie od 90 790 zł do 170 690 zł*, nie licząc pakietów i innych dodatków.

Nowy Volkswagen Passat to prawdopodobnie jeden z najbardziej innowacyjnych samochodów w swojej klasie. Choć naszym zdaniem, to jak technologicznie zaawansowane jest to auto i jaki daje komfort, znacznie wynosi je nad klasę średnią, z której się wywodzi.

(*ceny obowiązują od 10.03.2015, dot. wersji Limousine i Variant)

Dziękujemy za udostępnienie do testów VW Passata firmie Szewczyk Auto Sp. z o.o., dealerowi marek Volkswagen i Audi

Szewczyk Auto

////////// DOPASOWANY DO CIEBIE //////////

www.szewczyk.auto.pl



KIA OPTIMA

– piękniejsza segment D

- Cechy szczególne według „przedsiębiorcy@eu”:**
- włączające się wewnętrzne oświetlenie, kiedy posiadacz kluczyka zbliża się do auta.
 - 70 l. bak paliwa

Motoryzacyjny segment D znacznie zyskał od kiedy w 2010 r. na rynku pojawiła się Kia Optima, stworzona i zaprojektowana pod okiem Petera Schreyera, projektanta m.in. Audi TT. Od niemal roku po naszych drogach jeździ jej restylizowana wersja.

ANETA SIENICKA

Atrakcyjny wygląd auta, w stylu coupe, podkreślają przeciwmgielne oraz przeznaczone do jazdy dziennej lampy LED. Sportowego charakteru dodają też 18 calowe, pięcioramienne felgi, unikalny wzór atrapy chłodnicy, chromowana listwa dolne-

go wlotu powietrza, dyfuzor pod tylnym zderzakiem w matowej czerni oraz sportowa, spłaszczona od dołu kierownica.

Optima, jak przyzwyczail już swoich klientów koreański koncern, posiada bardzo bogate wyposażenie seryjne, które dostępne jest w wymownych, trzech

wersjach wyposażenia: M, L i XL. I tak np. w wersji M, w standardzie mamy np. dwustrefową, automatyczną klimatyzację połączoną z funkcją chłodzenia schowka. W wersji XL, dostajemy m.in.: skórzaną tapicerkę, 7 calowy ekran dotykowy z systemem multimedialnym, czy bezkluczykowe otwieranie drzwi. Żeby poczuć się w Optimie jak w aucie klasy premium, można dokupić np. za 2 tys. zł pakiet „Komfort”, dzięki czemu będziemy mieć elektrycznie sterowane i wentylowane fotele oraz podgrzewaną tylną kanapę. Jednak większość udogodnień przewidzianych w Optimie, czyli w wersji XL, możemy mieć od 110 900 zł za model z 2-litrowym silnikiem benzynowym o mocy 165 KM i z manualną skrzynią biegów, do maksymalnie 121 400 zł, wybierając 1,7-litrowy silnik wysokoprężny o mocy 136 KM, z automatyczną skrzynią biegów. Najtańsza wersja M dostępna jest od 87 900 zł. ■

Opcje wynajmu długoterminowego:*

Kia Optima 1.7 CRDi M 136 o wartości 68667,49 netto (po 11 proc. rabacie)

okres wynajmu	36 miesięcy
rata miesięczna	1 552,97 zł – z wpłatą własną 10 proc. (6 866,75 zł)
	1 757,37 zł – bez wpłaty własnej

*(na dzień 18.02.2015)

ceny nie zawierają VAT

Opcja zakupu w leasingu*

wartość netto	73 297 zł
pierwsza rata	20 proc. wartości – 14 659,40 zł netto, 18 031,06 zł brutto
35 kolejnych rat	1797,80 zł netto, 2211,29 zł brutto
łącznie suma opłat:	106,85 proc.

*(na dzień 17.02.2015)

Dane pochodzą od Kia Motors Polska Sp. z o.o.



PEUGEOT 508

– charakter lwa

- Cechy szczególne według „przedsiębiorcy@eu”:**
- wyświetlacz head-up, pokazujący m.in. prędkość jazdy czy prowadzenie nawigacji
 - błękitna poświata świateł, widoczna porą nocną

Wprowadzając na jesieni 2014 r. do sprzedaży odmienionego Peugeota 508, francuski koncern postanowił stawić czoło w zabieganiu o klienta, swoim rywalom z segmentu D, zwłaszcza Volkswagenowi Passatowi. Niewątpliwie wizualnie zbliżył się do niemieckich standardów.

ANETA SIENICKA

Najważniejsza zmiana jaka nastąpiła w Peugeot 508, to zmiana osłony chłodnicy i przeniesienie na wlot powietrza lwa – symbolu marki. Wyrazistych kształtów nabrały też LED-owe reflektory przednie

i do jazdy dziennej, które zwracają na siebie uwagę i dodają drapieżności autu.

Peugeot 508, zmieniając wizerunek zewnętrzny, zachował jednocześnie swój francuski, elegancki styl we wnętrzu. Materiały zarówno tapicerki, jak i kokpitu są wysokiej jakości i świetnie się prezentują nawet w najniższej wersji wyposażenia Access. Z nowości, w aucie pojawił się też 7” ekran dotykowy, kamera cofania i system monitorowania martwego pola.

Producent udostępnił model 508 w czterech wersjach sedana. W wersji podstawowej – Access mamy wyłącz-

nie 1,6-litrowy benzynowy silnik o mocy 120 KM, za który zapłacimy 81 tys. zł. Kolejne wersje Active, Allure i GT to już pełna gama silnikowa. Najdroższa opcja GT, z 2-litrowym silnikiem BlueHDi o mocy 180 KM i z automatyczną skrzynią biegów to wydatek sięgający 143 900 zł. Dla osób o większych wymaganiach, zarówno jeśli chodzi o zapotrzebowanie na przestrzeń, ale też i moc, producent przygotował model SW (kombi), w wersji RXH, z 2-litrowym silnikiem BlueHDi o mocy 180 KM w cenie 152 900 zł. Takie kombi może zaskoczyć...



Opcje zakupu dla przedsiębiorców:*

Producent oferuje wynajem długoterminowy oraz leasing na 24 miesiące, 103 proc. przy wpłacie własnej 45 proc. i wartości wykupu 19 proc. Warunki zakupów flotowych ustalane są indywidualnie.

*(ważne od 03.02.2015)

Dane pochodzą od Peugeot Polska Sp. z o.o.



MITSUBISHI ASX

– uniwersalny crossover

Cechy szczególne według „przedsiębiorcy@eu”:

- system Automatic Stop&Go
- ekonomiczny silnik (1.8 DID 4WD 150KM) ze zużyciem średnim paliwa ok. 6 l.



Mitsubishi ASX to najpopularniejszy w Polsce model w gamie japońskiego producenta. I nie przypadkowo, bo ten miejski crossover może się podobać, a ponadto przyciąga swoją bezpieczną konstrukcją, ale przede wszystkim – przystępną ceną. Do tego japoński koncern oferuje swoim klientom 5-letnią gwarancję do przebiegu 100 tys. km.

ANETA SIENICKA

To auto ma wszystko, czego oczekiwać mogą osoby, które chcą poruszać się po mieście z dynamiką auta osobowego, ale chcą mieć też możliwość spakowania rodziny i wyjazdu za miasto – auto to radzi sobie równie dobrze w środowisku terenowym.

ASX spośród innych modeli w tej klasie, wyróżnia charakterystyczna sylwetka, a szczególnie atrapa chłodnicy, która stylistycznie nawiązuje do myśliwca F-2, produkowanego przez Mitsubishi Heavy Industries. Poza tym w konstrukcji tego modelu, producent wykorzystał opatentowaną przez siebie technologię bezpieczeństwa kabiny, co przełożyło

się na zdobycie m.in. najwyższej noty – 5 gwiazdek w teście zderzeniowym Euro NCAP.

Mitsubishi ASX dostępny jest już od 61 900 zł* za wersję z silnikiem 1.6 o mocy 117 KM. Dla osób z większymi wymaganiami przeznaczono 2.2-litrowy silnik diesla, o mocy 150 KM i napędzie na cztery koła za 121 990 zł*. Fani sportów zimowych mogą też każdą wersję modelu

ASX wzbogacić za 2 500 zł o pakiet Fischer. W tym wypadku oprócz specjalnych, charakterystycznych opcji wyposażenia, kupujący otrzymuje w prezencie narty Fischer RC4 Worldcup SC z wiązaniami RC4 Z12. Warte rozważenia!

* promocja z marca 2015 na zakup modelu wyprodukowanego w 2014 r na rok modelowy 2015.

Opcje zakupu:

Na zakup modelu ASX, producent oferuje różnej wysokości wiosenne rabaty oraz możliwość wyboru formy zakupu w kredycie 50/50, 3x33 % lub 4x25 %.

*(ważne od 12.03.2015)

Dane pochodzą z www.mitsubishi.pl



TOYOTA AURIS

– kompakt idealny

Cechy
szczególne według
„przedsiębiorcy@eu”:
• ciekawa stylistyka wersji RED
• głosowy odczyt
wiadomości sms

Druga generacja Toyoty Auris, wprowadzona na rynek w 2012 r., zastąpiła niezwykle popularny model Corolla z nadwoziem hatchback i zrobiła furorę wśród aut kompaktowych, notując wzrost sprzedaży w pierwszym roku w Europie o 32 proc.

ANETA SIENICKA

Fakt, że to auto jest tak popularne, możemy stwierdzić rozglądając się po ulicach naszych miast, gdzie co chwilę możemy zobaczyć Aurisa, czy to w wersji hatchback, czy kombi, często oznakowanego firmowymi logotypami, ponieważ firmy wybierają ten model do swoich flot, doceniając jego niezawodność, ekonomiczność i styl. Dużym powodzeniem cieszy się też wersja hybrydowa Aurisa, która w sprzedaży w Polsce jest od kwietnia 2013 r., a która w 2014 pobiła swoją popularnością nawet Toyotę Prius – pierwszą hybrydę na świecie.

Niewątpliwie Toyota Auris to wybór dla lubiących oszczędność. Jest bardzo ekonomiczna, niedroga w utrzymaniu, komfortowa w prowadzeniu i od lat niezawodna, jeśli chodzi o jakość i właściwości jezdne. Jako marka motoryzacyj-

na, Toyota od lat utrzymuje się na szczycie najbardziej wartościowych marek na świecie, według raportu Top 100 Most Valuable Global Brands. Te wszystkie cechy sprawiają, że Toyota jest marką, która nie traci tak bardzo na wartości jak inne marki, co ma znaczenie przy późniejszej jej odsprzedaży.

Nowa Auris dostępna jest od 55 900 zł* w wersji Active, z silnikiem 1,3 o mocy 100 KM. Najdroższa opcja to wersja Pre-

mium, z silnikiem 2.0 i mocy 124 KM za 74 500 zł*.

Na marcowych targach w Genewie zaprezentowano Auris po liftingu i z nowymi silnikami. Pojawi się ona w salonach w Polsce w lipcu tego roku. Wizualnie jednak nie zmieni się znacząco, dlatego może warto rozważyć zakup obecnie dostępnej wersji w promocyjnych cenach.

* cena wyprzedażowa modeli z rocznika 2014, ważna od 1 kwietnia 2015 r

Opcje finansowania dla przedsiębiorców*

Producent oferuje zakup auta dla firm w programie Toyota Business Smart Plan w cenie od 340 zł netto miesięcznie lub w Toyota Business Leasing od 950 zł netto miesięcznie

*(na dzień 01.04.2015 r.)

Dane pochodzą z www.toyota.pl

HUMOR JEST RATUNKIEM w trudach życia



Mam poczucie humoru także prywatnie i nawet myślę, że ono mnie często ratuje w trudnych życiowych sytuacjach. Żeby się jakoś ułożyć z życiem ironizuję – i to jest mój sposób na problemy – mówi Szymon Majewski, satyryk, showman, prezenter radiowy i telewizyjny, również aktor.

ROZMAWIA IZABELLA JARSKA

Czym się zajmuje technik autoklawów medycznych? Brzmi tajemniczo...

– W zasadzie technikiem o tej specjalności byłem a nie jestem, ponieważ papiery tej specjalizacji trzeba odnawiać co

trzy lata a ja tego nie zrobiłem. Zdobyłem to wykształcenie uciekając przed powołaniem do wojska i uprzedzając ruch komisji poborowej, zacząłem służbę wojskową odpracowywać w szpitalu. Zrobi-

łem wtedy papiery technika autoklawów medycznych, czyli urządzeń do sterylizacji narzędzi medycznych, ale już bym chyba przed tymi autoklawami nie stanął. Nie miałbym śmiałości.

Ludzie są najwdzięczniejszym tematem do satyry. I jest to także dla mnie, pole do śmiechu z samego siebie

ustrojowymi w naszym kraju i okazało się, że taki gość jak ja - z różnymi pomysłami na życie - też może dla siebie znaleźć miejsce.

Czy łatwiej było o tematy dla satyry w latach 90., czy teraz?

– Czasy są teraz inne, zatem i tematy się zmieniają. W roku 90. jeszcze trzeba było operować aluzją. Nie można było mówić wprost. Zwłaszcza o polityce. Później, w pierwszych latach transformacji był rodzaj zachłyśnięcia się tematami politycznymi, o których już wolno było mówić swobodnie. To oczywiście nadal funkcjonuje. Niemniej moim zdaniem to ludzie są najwdzięczniejszym tematem do satyry. I jest to także dla mnie, pole do śmiechu z samego siebie. Moim zdaniem humor jest czasami jedynym ratunkiem w różnych trudach życia, bo daje radość i chwilę wytchnienia. W satyrze nie bez znaczenia jest także doświadczenie, jakie się ma. Bo ja już mogę ludziom opowiedzieć o swoich rozmaitych przeżyciach, które mnie spotkały i o tym co wokół siebie zaobserwowałem przez lata. Chociażby śmiać się z życia małżeńskiego, jak w spektaklu „One mąż show”. Ktoś, kto nie jest już dwudziestoparoletnim „świeżakiem”, ma zwyczajnie innym dużo więcej do opowiedzenia.

Czy poza radiem i telewizją też ma pan poczucie humoru?

– Tak, mam poczucie humoru także prywatnie i nawet myślę, że ono mnie często ratuje w trudnych życiowych sytuacjach. Żeby się jakoś ułożyć z życiem ironizuję - i to jest mój sposób na problemy. Bo przecież ja także mieszkam troski, nawet jeśli wielu osobom, oceniającym mnie wyłącznie po publicznym wizerunku, wydaje się inaczej. Myślę, że ludzie nie mający w sobie dozy autoironii mają w życiu ciężiej.

Ostatnio można pana oglądać na deskach OCH Teatru, w spektaklu: „One mąż show”. Jak pan się odnajduje w bezpośrednim kontakcie z widzami i takiej formie występu?

– To oczywiście daje pewien rodzaj napięcia, ale z drugiej strony jest to coś, co siedziało we mnie od lat. Chęć żeby wyjść na scenę i ironizując opowiedzieć o tym, jak widzę pewne rzeczy. Na własnym przykładzie wysnuć satyryczną opowieść o pożyciu dwojga ludzi, które przecież bywa komiczne. Kiedy zadzwoniłem do pani Krystyny Jandy z taką propozycją byłem przerażony, ale ona przyjęła mój pomysł ogromnie życzliwie i powiedziała, że koniecznie trzeba to wystawić w jej teatrze. Ten spektakl jest dla mnie zupełnie nowym doświadczeniem. I ogromnie mi miło, że ludzie chcą go oglądać. W spektaklu pokazuję inne swoje oblicze, bardzo szczere, co nie jest dla mnie łatwe.

Bo nie jest on zbiorem skeczy tylko ubarwioną opowiadką z mojego własnego życia. Początkowo nieco się obawiałem - jak to będzie, tak stanąć przed publicznością i przez półtorej godziny do niej mówić bez przerwy, bo w telewizji są antrakty co jest znacznym ułatwieniem. Jednak okazało się, że mogę sobie z tym poradzić.

Czy podczas spektaklu zaskoczyła pana jakaś reakcja ze strony publiczności?

– Największe zaskoczenie przyszło może nie tyle ze strony publiczności co ze strony teatralnego kota, który pewnego razu wskoczył mi na scenę i zaczął się po niej przechadzać, co ja na gorąco skomentowałem. Ale ze strony widowni też bywają ciekawe reakcje. Na przykład panowie pokazują gest solidarności ze mną, chociaż ich partnerki powstrzymują ich przed tym. Czasami zdarzają się komentarze – np. mąż się skarży, że jak on zrobi ciasto, to żona nigdy nie jest zadowolona. Dla mnie w tym spektaklu niesamowite jest to, że za każdym razem jest to inna zabawa, bo z nową publicznością, która zupełnie inaczej reaguje. Zwróciłem na przykład uwagę na to, że inaczej ludzie reagują w piątek wieczorem, odmiennie w sobotę a jeszcze inaczej w niedzielę po południu czy wieczorem. W piątek są najbardziej rozluźnieni, a w niedzielę wieczorem zazwyczaj najbardziej refleksyjni, bo już myślą o pójściu do pracy w poniedziałek. Różnice są także w sensie geograficznym, czyli inaczej reaguje widownia powiedzmy w Szczecinie niż na przykład w Poznaniu. To jest ciekawe zagadnienie, te różnice, i może ktoś kiedyś napisze jakąś pracę naukową na ten temat.

Odchodząc na koniec od spraw zawodowych – trenuje pan boks, co pana uwiodło w tym sporcie?

– Sam nie wiem... Gdyby mnie pani pięć lat temu zapytała o trenowanie boksu, to bym powiedział, że to największa głupota na świecie – dwóch facetów stoi i okłada się pięściami. Jednak zmieniłem zdanie. Zaczęło się od tego, że lubiłem czasami pooglądać boks w telewizji czy internetnie. Potem przypadkiem poszedłem na trening do Łukasza Landowskiego, żeby popatrzeć, a on powiedział – jak już przyjdiesz to weź ze sobą spodenki... No i się wkręciłem w ten boks. Treningi są bardzo ciężkie, trudne dla mnie, trochę się człowiek wypoci, ale proszę wierzyć, że jest to jedyny moment kiedy nie myślę o żadnych troskach. Boks mnie bardzo relaksuje. Wymaga ode mnie skupienia zupełnie innego rodzaju niż na przykład tenis. Po treningach wychodzę wyluzowany. Uśmiechnięty i w znakomitym nastroju. Żona nawet twierdzi, że w związku z tym powinienem codziennie chodzić na treningi boksu. ■

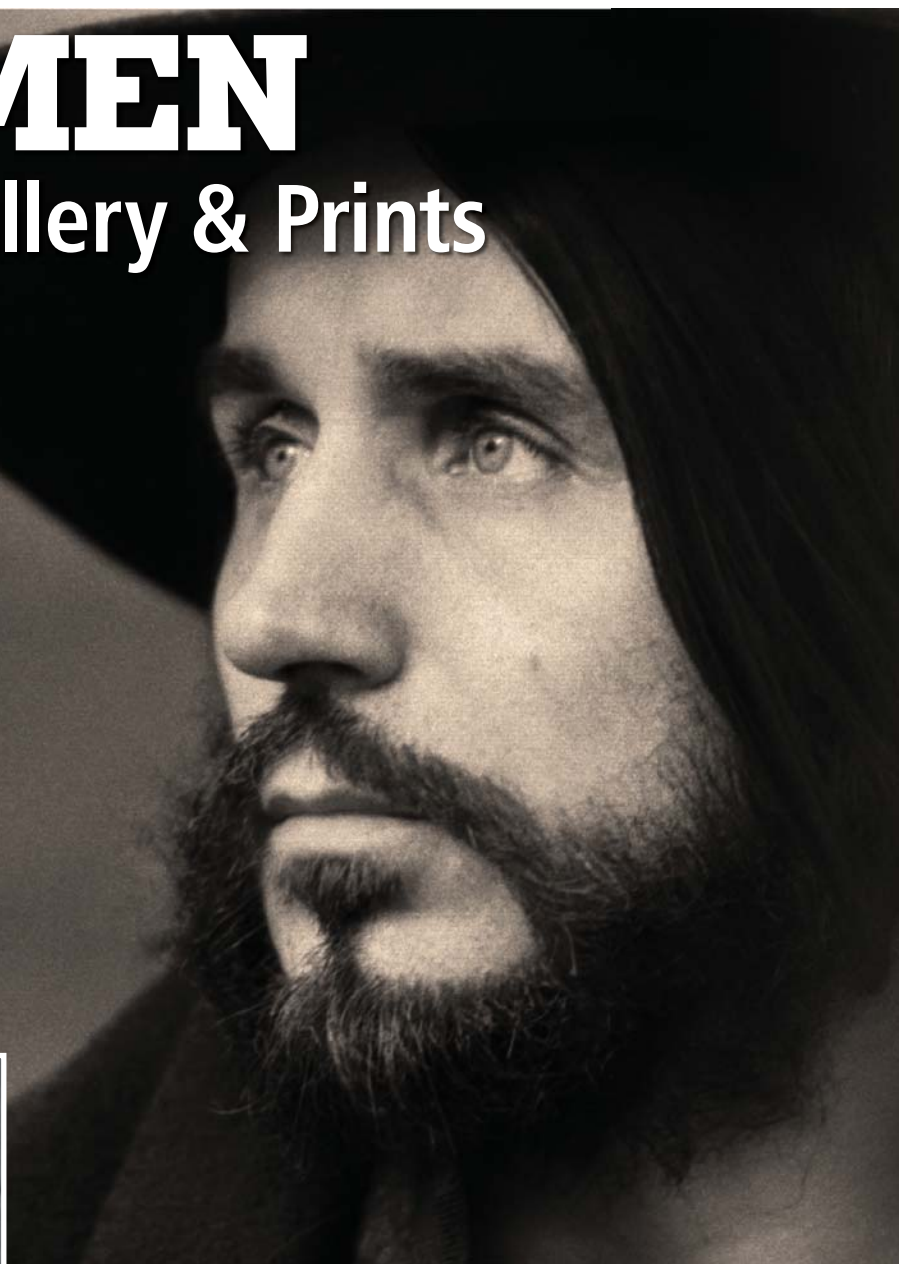
Fot. Beata Zawrzel/REPORTER

Jak technik medyczny z zawodu trafił do radia?

– Było to w 1990 roku, pojawiło się wtedy ogłoszenie, że szukają pracowników do prywatnego radia. Wtedy określenie „prywatne radio” budziło śmiech i nikt nie wierzył w istnienie czegoś takiego. Prywatny mógł być warsztat samochodowy albo szklarnia, ale radio było państwowe. Dlatego na ogłoszenie zgłosiło się siedem osób i wszyscy zostali zatrudnieni. Dla mnie to była okazja do robienia czegoś interesującego, ponieważ byłem wtedy dosyć niepokładany i szukałem czegoś ciekawego. Zbiegło to się z przemianami

NIEMEN

w Ney Gallery & Prints



Fot. Małgorzata Niemen

„Robię tradycyjne formaty, by nie zgubić w nich intymności kadru” – rozmowa z Małgorzatą Niemen przy okazji wystawy „Niemen” w Ney Gallery & Prints w Warszawie.

rek Karewicz, Lidia Popiel. Plejada wspólnych nazwisk. Co ciekawe wiele tych zdjęć nie było do tej pory publikowanych. **Czy to zdjęcia prywatne, jakie przyjaciel robi w wolnej chwili przyjacielowi?**

– Tak można określić zdjęcia, które pokazali w Galerii Ney Lidia Popiel, Chris Niedenthal i Andrzej Świetlik. Czesław i ja nie prowadziliśmy otwartego domu. Oni są naszymi przyjaciółmi i jako nieliczni mają nasze zdjęcia rodzinne. Chris chciał już dużo wcześniej upublicznić jedno zdjęcie z obecnej wystawy, ale miałam opory. Wykonał je w garderobie przed kon-

certem. To zdjęcie reporterskie. Czesław ma na nim lekko poruszoną twarz, obejmuje mnie, ja jestem w ostrości. Niegdyś zdałam sobie sprawę, że dla mnie są to tak osobiste chwile, że nie chcę się jeszcze nimi dzielić. Nadal nie potrafię patrzeć na te kadry profesjonalnie. Mimo, że jestem zawodową fotografką. Nie potrafię rozdzielić osobistych emocji związanych ze zdjęciem od jego informacyjnej czy artystycznej treści. Rodzina i przyjaciele przekonują mnie, że powinnam te wewnętrzne rozterki schować i jednak podzielić się zdjęciami z wielbicielami Niemena.

Fot. Lidia Popiel



ROZMAWIA DORA ROSŁOŃSKA

Ney Gallery & Prints zaprasza na nową ekspozycję. Będą tam fotografie ukazujące pani męża. Kto je wykonał?

– Nasi przyjaciele, a jednocześnie wybitni artyści kadru: Chris Niedenthal, Andrzej Świetlik, Ryszard Horowitz, Ma-

Widzę, że nie jest to dla pani łatwe.

– Zdecydowanie. To wynika z dzisiejszego świata: samowolnego, pazernego na sensację, na zdjęcia tak zwane „nigdy niepublikowane”. Budzi się we mnie coś w rodzaju mechanizmu obronnego, że nie poddam się temu pędowi i zachowam pewne rzeczy nadal dla siebie i córek.

Przecież to od pani zależy czym chce się dzielić z osobistego życia. Nikt inny nie powinien o tym decydować.

– Cieszę się, że mówi to dziennikarka. **Dawaliście się fotografować osobom znajomym. Fotograf z ulicy, redakcji nie mógł tego robić. Czy dzięki temu widać na zdjęciach relację fotografa, przyjaciela domu z Niemenem?**

– Myślę, że tak. One wszystkie są pogodne. Na serii stykówek Horowitza oglądamy Czesława, który bawi się pozowaniem, żartuje, stroi miny. Widać, że czuł się bezpiecznie przy tym artyście.

Czy na wystawie będą również pani zdjęcia?

– Tylko jedno, zrobione w Ogrodzie Saskim. Czesław często prosił mnie o zdjęcie w konkretnej sytuacji. Z jednej strony nie lubiłam być odrywana od swoich zajęć domowych, z drugiej jednak cieszyłam się, że na tyle ufa moim umiejętnościom, że chce bym to ja go sfotografowała na przykład na okładkę płyty.

Modne jest teraz pokazywanie dużych zdjęć na wystawach. Ja robię zwykłe, powiedziałałabym tradycyjne formaty, by nie zgubić w nich intymności kadru. Trzeba przybliżyć się, przyrzuć, by je zobaczyć. Myślę, że to ma znaczenie.

Czy kiedy fotografowała pani Niemena, robiła Pani zdjęcie mężowi czy ikonie polskiej muzyki?

– Robiłam zdjęcie mężowi. Często ludzie mnie pytają „co Panią zaintrygowało w Niemenie?” i oczekują odpowiedzi, że jego muzyka, że był wielkim kompozytorem itp. Ja widziałam w nim bardzo mądrego i spokojnego człowieka. To mnie urzekło. Jego harmonia i mądrość, normalność. Miałam 18 lat gdy go poznałam. Jeśli chodzi o ówczesną muzykę, to bardziej interesowałam się Trubadurami, Czerwonymi Gitarami. Niemen był dla mnie za trudną muzyką.

Robiłam mu zdjęcia w nietypowych dla muzyka sytuacjach. W jednym z wywiadów wspomniał, że gdyby nie był muzykiem, to zostałby stolarzem. I w takich roboczych sytuacjach często prosił mnie bym go fotografowała. To niezwykłe, że jako pianista, gitarzysta i wokalista, nigdy nie dbał przesadnie o dłonie czy gardło. Bywało, że miał posiniaczone palce, które przecież za chwilę były potrzebne na koncercie. Przy stolarce, fizycznej pracy najlepiej odpoczywał.



Fot. Ryszard Horowitz



Fot. Ryszard Horowitz

Czy jakieś zdjęcia w Ney Gallery & Prints mają ciekawą lub śmieszna historię?

– Może zdjęcie Czesława autorstwa Andrzeja Świetlika, w takiej szarej kapotce. Gdy je kiedyś zobaczyłam, zdziwiłam się, że na sesję zdjęciową artysta przyszedł ubrany w taki „garniturek”. Było to typowo robocze ubranie, które kupiłam w sklepie dla robotników na Elektorальной. Znowu wyszedł stolarz – ręce trzyma w kieszeni, ma dystans. Pokazuje swój brak nadęcia. Jednocześnie dostrzegam tu rodzaj prowokacji, przekory.

Czy któreś zdjęcie przysłane do Ney Gallery & Prints na wystawę było dla pani zaskoczeniem? Nie znała go pani wcześniej?

– Zdjęcia stykówkowe Ryszarda Horowitza. Były robione w Stanach Zjednoczonych, gdy Czesław pracował tam nad płytą „Mourners Rhapsody”. Był to czas naszego zauroczenia sobą i dłuższa rozłąka bardzo nam doskwierała. Zresztą kilka piosenek z tej płyty jest poświęconych tym naszym emocjom. Gdy pani Monika Ney, właścicielka galerii mi je przysłała, na długo zawiesiłam się patrząc na nie. Wróciły wspomnienia.

Wystawa czynna od 12 kwietnia do 17 maja, Ney Gallery & Prints, ul. Spokojna 5, Warszawa www.neygalleryprints.pl



PLENER musi mieć formę

Rozmowa z Krzysztofem Fabijańskim, właścicielem galerii STALOWA.

Nie uważa pan, że taki zorganizowany wyjazd, do tego z opcją all inclusive traci coś z tej swobody, fermentu, atmosfery, którą mieliście w starym pałacu na Siros?

– Tak, dlatego po tych dwóch plenerach pomyślałem, że trzeba jednak zmienić trochę formułę, dodać do tego wyprzedzającego element sympozjum. Jednocześnie zainteresowałem się młodymi malarzami, którzy nie mają szansy zaistnieć, jeśli się im trochę nie pomoże. Pomyślałem o własnej galerii, która promowałaby przede wszystkim młode malarstwo. Młodzi mają dużo do powiedzenia, nie są tak „komercyjni”, ich twórczość jest szczerą. Nie boją się czasem obrazoburczych tematów, to jest ciekawe.

Po tamtych dwóch pierwszych plenerach wymyślił pan formułę PLENERIADY, czyli pleneru dla studentów. To jest pomysłem autorski. Zaproszone uczelnie przyjeżdżają w składzie profesor, asystent i wybrani studenci. W zamian za udział w plenerze przekazują panu jedną pracę.

– Chciałem trochę wbić kij w mrowisko, bo nie wszystkie środowiska akademickie się nawzajem bardzo lubiły. A wszędzie działają świetni artyści, nie wiedząc nic o sobie: rozmawiałem z profesorem Stanisławem Bajem z uczelni warszawskiej, z prof. Adamem Wsiołkowskim z uczelni krakowskiej, z prof. Piotrem Błażejewskim z uczelni wrocławskiej, z prof. Arturem Popkiem z Lublina. Chciałem te środowiska skonsolidować...

...w Kazimierzu Nad Wisłą.

– Pomyślałem, że to miejsce, które kojarzy się z malarstwem. Dom Pracy Twórczej Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego znamem już wcześniej. Kilkanaście lat organizowałem tam turnieje brydżowe. Niezwykle miejsce, dach kryty gontem no i słynna, pyszna kuchnia. Na pierwszą PLENERIADĘ przyjechały pracownie z uczelni lubelskiej, wrocławskiej i krakowskiej.

ROZMAWIA ANNA SZAWIEL

Wielbicielem plenerów malarskich był pan zanim stał się pan właścicielem Galerii STALOWA. Studiował pan na kierunku Rynek Sztuki i Antyków, gdzie poznał pan wielu malarzy i kuratorów. Jeden z nich, Michał Smółka, w 2011 r. zaprosił pana jako gościa na plener na Siros. To tam zakochał się pan w plenerach?

– Tak. Plener zorganizował ksiądz prof. Stanisław Głaz z Krakowa. To wspaniały kompan. Jest taki portret, który namalował uczestnik tego pleneru prof. Stanisław Baj – wygląda na nim trochę jak satyr, wiadać jego towarzyski, otwarty charakter.

Ksiądz często organizuje plenery wykorzystując do tego różne klimatyczne obiekty należące do kościoła. Na Siros to była piękna włoska willa chyba z początku XIX w., właściwie rozmiarów pałacu, położona na wzgórzu wśród winnic. Do domu prowadziła oryginalna kuta brama, a nad morze był niecały kilometr.

Prawdziwa sielanka?

– Artyści musieli na własny koszt tam dojechać, a warunki w pokojach

były dość skromne. W ogromnej kuchni robiło się posiłek dla dwudziestu osób, codziennie gotował kto inny: a to minestrone, a to jakieś krewetki, kotlety. W jadalni był jeden długi stół, gdzie biesiadowaliśmy. Atmosfera wspaniała, po obiedzie wszyscy siedzieliśmy na tarasie.

Chyba trudno się było malarzom skupić na pracy?

– Rzeczywiście, część tworzyła, a część tylko zbierała inspiracje, robiła szkice, zdjęcia. Później w tych zabytkowych pokojach odbył się wernisaż tymczasowej wystawy tych prac.

W plenerach ważne jest też spotkanie. Wielu malarzy to ludzie niezwykle interesujący, z bogatym doświadczeniem życiowym, wewnętrznym. Na plenerze mogą ich poznać, zaczynam rozumieć dlaczego malują tak, a nie inaczej. Na Siros pomyślałem, że chcę takie plenery organizować. Jako komisarza zaprosiłem Michała Smółkę.

Na pierwszy plener wybrał pan Egipt, na drugi Turcję. Dlaczego nie Polskę?

– Chciałem, żeby to było ciepłe miejsce, przy plaży, żeby dla malarzy był to też wypoczynek.

Jak wyszło konsolidowanie środowiska?

– Udziału odmówiła tylko ASP w Warszawie. Inne uczelnie bardzo się w PLENERIADĘ zaangażowały. Ja po raz pierwszy wprowadziłem prelekcje profesorów. Każdy miał czas na opowieści o własnym malarstwie, mieliśmy projektor, były slajdy, dyskusje, które przy lampce wina przeciągały się do późna w nocy.

Później była druga PLENERIADA, w której wzięły udział uczelnie lubelska, gdańska i szczecińska. Warszawska znów odmówiła.

– Poziom był bardzo wysoki jak na prace studentów. Poplenerową wystawę mieliśmy w centrum Kazimierza. Był wernisaż, wino, przemowy, nagrody dla zwycięzców. Myślę, że studenci byli zadowoleni. I na tej PLENERIADZIE wprowadziłem nowy element – o swojej pracy opowiadali nie tylko profesorowie, ale także asystenci. To chwyciło. Ludzie nie chcieli tracić czasu na przysłowiowego papierosa. Uznałem, że to jest tak duża wartość, że warto te swoiste sympozja przenieść też na inne plenery, które już miałem w planie czyli np. na Zakynthos, gdzie okazało się, że po wykładzie np. malarza specjalizującego się w abstrakcji jak prof. Marian Waldemar Kuczma, zainteresowali się tym inni malarze, którzy dotąd abstrakcji kompletnie nie czuli... Następnie zorganizowałem w sierpniu 2013 roku plener krajowy w Kazimierzu Dolnym.

To z kolei był plener wyłącznie dla młodych twórców, czyli absolwentów uczelni, z którymi chciał pan kontynuować współpracę w Galerii STALOWA. Gdzie pan szuka tych „młodych twórców”?

– Jeżdżę na wystawy końcowo roczne do kilku polskich uczelni artystycznych. Obserwuję, konsultuję moje wybory z Krzysztofem Stanisławskim, który jest kuratorem galerii STALOWA, człowiekiem o ogromnej wiedzy i trzydziestoletnim doświadczeniu jako krytyk sztuki i filmoznawca. Rzadko się spieramy. Tak udało nam się wypatrzyć np. świetną malarkę Benenikę Kowalską, która teraz współpracuje z Galerią.

Na wystawie, która rozpocznie się 7 lutego w Galerii STALOWA pokazane zostaną prace z obu organizowanych przez pana PLENERIAD oraz z pleneru dla młodych twórców w Kazimierzu Dolnym.

– To będą prace 19 młodych twórców, kilku z czołówki prestiżowego rankingu Kompas Młodej Sztuki. Większość z tych prac to akryl lub olej na płótnie, ale nie tylko. Będą też rysunki i prace wykonane w technice własnej. Zdecydowałem, że młodzi twórcy pokażą po dwie prace, a studenci po jednej.

Czy z którąś z tych poplenerowych prac wiąże się jakaś szczególna historia?



Uczestnicy PLENERIADY

Młodzi artyści mają dużo do powiedzenia, nie są tak „komercyjni”, ich twórczość jest szczerą. Nie boją się czasem obrazoburczych tematów, to jest ciekawe

– Jest taka praca Rocha Urbaniaka z pleneru na Zakynthos. Zwiedzaliśmy wyspę. W jednej z miejscowości jest taka najstarsza na wyspie oliwka. Ma nie mniej niż 2000 lat. Ogromne, rozłożyste, popękane drzewo, niezwykle ciekawe plastycznie. Cudo. Oglądamy je. Pod drzewem stoi mały stoliczek i koślawe krzeselko. Z pobliskich zabudowań wybiega nagle mały chłopczek. W tym krajobrazie wygląda jak taki mały faun ze sterczącymi uszkami. Rozejrzał się i pobiegł z powrotem do domu. Za chwilę przyszedł tegi pan, z zespołem downa, usiadł na zydelku i zaczął grać na fujarce. Dość nieudolnie. Roch go namalował. Ta praca wisi teraz u mnie w domu. Mam też szkic tego grajka – satyra, w księdze pamiątkowej. Ale każda z plenerowych prac, także tych, które pokażemy na wystawie, ma swoją odrębną historię.

Po wystawie odbędzie się III STALOWA Aukcja Młodej Sztuki, na której będzie można nabyć prace studentów. A pan już planuje kolejny plener dla młodych twórców. Co jeszcze jest w tych plenerowych planach?

– Jest pomysł, żeby PLENERIADY przekształcić w plenery międzynarodowe. Trwają rozmowy z uczelniami w Niemczech i w Sankt Petersburgu. Mam nadzieję, że październikowa PLENERIADA będzie już międzynarodowa.

Natomiast na plenery dla młodych twórców będziemy przyciągać malarzy z Ukrainy, Białorusi i Litwy.

Myśli pan o nowym miejscu na plenerzy? W Kazimierzu chyba się wszyscy nie pomieszczą?

– Prawdopodobnie przeniesiemy się do Centrum Rzeźby Polskiej w Orońsku, są tam świetne warunki, profesjonalne pracownie artystyczne.

Ciekawi mnie, czy kusi pana czasem, żeby na tych plenerach też złapać za pędzel czy ołówek...?

– Jestem antytalentem artystycznym. Lubię zapach farby, oleju, samą atmosferę pracowni. Ale żeby być artystą to trzeba mieć talent i przekonanie o własnej niepowtarzalności. A ja jestem typem organizatora. Plener musi mieć formę. Jestem od tego, żeby to wszystko dobrze funkcjonowało.

Warszawa, styczeń 2014 roku

Krzysztof Fabijański

urodzony w 1951 roku w Zamościu. Prawnik, od 1990 roku prowadzący w Lublinie firmę Solo. Właściciel Galerii Sztuki STALOWA w Warszawie, kolekcjoner i miłośnik polskiej sztuki współczesnej zaangażowany w promowanie twórczości młodych artystów oraz organizację plenerów krajowych i zagranicznych. Wywiad przeprowadzono ponad rok temu, ale PLENERIADY odbywają się nadal cyklicznie dwa razy w roku, a najbliższa, V PLENERIADA, już w kwietniu 2015 w Kazimierzu Dolnym.

www.stalowa.art.pl

Dlaczego warto INWESTOWAĆ W SZTUKĘ?

Fot. Olga Stachwiuk



ROZMAWIA KRYSTYNA ZBYLUT

Magdalena Woźniak

- redaktor naczelna portalu kulturalnego www.ArtImperium.pl, gdzie nadrzędnym celem jest promocja sztuki, kultury i artystów.

- właścicielka Galerii Sztuki ED-Wall Art., gdzie sprzedaje dzieła sztuki i artefakty – czyli sztukę użytkową pod postacią artystycznych tapet, naklejek na drzwi i meble oraz szklanych mozaik w limitowanych kolekcjach z certyfikatem.

- właścicielka i główny projektant studia aranżacji wnętrz Excellent Design.

O inwestowaniu w sztukę, promocji artystów i mecenacie sztuki we współczesnym świecie – w rozmowie z Magdaleną Woźniak, redaktor naczelną portalu Art Imperium.

Czym jest inwestowanie w sztukę i na ile jest to opłacalne?

– Trafne inwestycje w sztukę to generalnie inwestycje długoterminowe, które potrafią wygenerować niemal niewyobrażalny zysk. Na rynek sztuki nie ma generalnie wpływu polityka i gospodarka światowa, ceny złota czy ropy ani wojny, dlatego rekordowe ceny dzieł sztuki często osiągnięte są właśnie w czasach kryzysu. Można więc śmiało powiedzieć, że to najbezpieczniejsza lokata kapitału.

W takim razie w co inwestować?

– Najpewniej warto inwestować w dzieła mistrzów, ale nowicjuszom polecam często organizowane aukcje dzieł sztuki najnowszej oraz charytatywne, podczas których często można kupić naprawdę świetne prace dobrych artystów poniżej ich aktualnej ceny rynkowej. Taki zakup praktycznie od razu gwarantuje zysk, a do tego wspieramy szczytny cel.

Skąd ci nowicjusze mają wiedzieć, w które dzieła inwestować?

– Selekcyjnerzy, którzy pozyskują obiekty aukcyjne, kreują pewne trendy, oceniają warsztat artystyczny oraz swój potencjał zarobkowy – jest to więc jakiś wyznacznik. Natomiast sama licytacja pokazuje, ile osób zabiega o dane dzieła czy nazwiska. Aukcja sztuki to taki mini rynek sztuki – w jeden wieczór widzimy jak kształtuje się popyt i podaż. Oczywiście warto zachować zdrowy rozsądek, bo wszystko w dużej mierze zależy, jak to w klasyfikacjach statystycznych, od tego np. czy „badana” jest właściwa grupa reprezentatywna. Może się zdarzyć, że wśród licytujących nie będzie większego potencjału finansowego lub np. dwie osoby z zasobnym portfelem tak się nastawią na jedno dzieło, że osiąga ono niebotyczną cenę – nierealną w innych okolicznościach.

Ponadto polecam chodzenie na wystawy, szczególnie na wernisaże, gdzie zazwyczaj można spotkać autorów, porozmawiać z nimi i zweryfikować ich au-

tentyczność twórczą, która jest według mnie jedną z najistotniejszych, poza talentem i kreatywnością, cech potencjału artysty.

Jaka sztuka cieszy się największym powodzeniem?

– Roczną wartość obrotu dziełami sztuki w Polsce buduje przede wszystkim sztuka dawna oraz współczesna autorstwa uznanych artystów zazwyczaj już nieżyjących. Natomiast, gdy weźmiemy pod uwagę ilość transakcji rocznie, to jednak myślę, że wygra sztuka najnowsza.

Jeśli chodzi o ceny, to nawet w przypadku najbardziej uznanych twórców zależą od różnych czynników takich jak m.in.: okres twórczy, technika, rozmiar czy ilość dzieł artysty dostępnych na rynku. Przykładowo na grudniowych aukcjach w domu aukcyjnym DESA Unicum pracę Romana Opałki „1965/1-nieskończoności, 1965 r., Detail 2890944-2910059” (akryl/plótno, 196 x 135 cm) wylicytowano za ponad 2 miliony zł, a „Lot Ikar” z 1959 r. (olej/plótno 119x70 cm) za 90 tysięcy zł w domu aukcyjnym Polswiss Art. Natomiast np. astrologię artysty można było kupić w ostatnich latach poniżej 5 tys. zł, a gwasze nawet poniżej 2 tys. zł.

Czy w Polsce istnieje mecenat sztuki?

– Oczywiście. Mecenat sztuki to osoba fizyczna lub prawna wspierająca przede wszystkim finansowo artystów i instytucje kulturalne w zamian za „sławienie jej imienia”. Według mnie mecenasami sztuki i kultury powinni być wszyscy najbogatsi i wielu z nich jest, tylko że potrzeby są dużo większe. Sztukę i kulturę, w miejsce Mecenasów, którymi byli dawni możnowładcy, powinny wspierać także dzisiejszy show-biznes i media. Oczywiście wiele firm, w ramach PR-owych kampanii i polityki CSR, czyli społecznej odpowiedzialności biznesu, wspiera np. konkursy artystyczne z nagrodami finansowymi czy finansuje organizację wystaw doceniając wielopłaszc-



Marcin Painta, *Magda*, 100x100, technika mieszana na płótnie

Roczną wartość obrotu dziełami sztuki w Polsce buduje przede wszystkim sztuka dawna oraz współczesna autorstwa uznanych artystów zazwyczaj już nieżyjących

czynowy potencjał promocyjny przez sztukę.

Którzy artyści są aktualnie najbardziej promowani w Polsce?

– Pewne trendy kreują prestiżowe konkursy, rankingi i „wybrane” galerie.

Skupiając się na sztuce najmłodszej, według mnie największy autorytet w kreowaniu rankingów mają takie konkursy, jak Bielska Jesień, Kompas Młodej Sztuki czy konkurs Fundacji Kultury Deutsche Bank organizowany we współpracy z warszawską Zachętą. Od kilku lat w czołówce autorów najbardziej promowanych pojawiają się m.in. Ewa Juszkiewicz, Radek Szłaga, Bartosz Kokosiński, Wojciech Bąkowski, Agnieszka Polska, Karo-

lina Breguła i Łukasz Jastrubczak. Warto te nazwiska znać i posiadać dzieła tych artystów. Jednak ogromny potencjał zysku tkwi w pracach twórców, którzy są powoli odkrywani jak np.: Marcin Painta, Edyta Dzierż, Julita Malinowska, Anna Merska, Wit Bogusławski, Kuba Janyst czy Aneta Mlaś. Są to twórcy chętnie wystawiani w galeriach i pożądana przez domy aukcyjne. Ich prace dobrze się sprzedają, a ceny dzieł jeszcze są przystępne.

Jak wygląda sprzedaż polskiej sztuki najnowszej poza naszym krajem?

– Dzieła naszych artystów cieszą się dużym zainteresowaniem zagranicznych inwestorów i miłośników sztuki. Poza krajem sprzedają się one zazwyczaj dużo dro-

Konkurs MUZA 2015

Z dniem 19.03.2015 r. Art Imperium ogłosiło oficjalnie MUZĘ 2015. Bohaterką i Patronem Honorowym tego ogólnopolskiego, interdyscyplinarnego konkursu artystycznego w tym roku będzie najbardziej ceniona w kraju i na świecie artystka polska – Magdalena Abakanowicz. Regulamin konkursu i formularz zgłoszeniowy dostępne są na www.artimperium.pl. Zgłoszenia będą przyjmowane do końca lipca. Prace kilkudziesięciu finalistów zostaną wyeksponowane w Domu Plastyka w Warszawie 15-27.10.2015 r., a wystawy zwycięzców konkursu w pierwszej połowie 2016 roku.

żej. Marcin Painta, zdobywca Grand Prix w organizowanym przez Art Imperium konkursie MUZA 2014, na wystawie w Szwecji sprzedał wszystkie prezentowane prace ponad czterokrotnie drożej. W Polsce takie sytuacje, jeśli się zdarzają to są bardzo incydentalne.

Z czego to wynika?

– Pomijając siłę nabywczą i wartość waluty euro, w Polsce brakuje przede wszystkim kultury obcowania ze sztuką. Myślę, że w dużej mierze to „spuścizna” powojenna i czasów komuny, kiedy sztuka była rozgrabiona, a społeczne ubóstwo spychało ją na dalszy plan. Kulturę związaną ze sztuką wynosimy z domu rodzinnego oraz nabywamy w procesie edukacji, gdzie także niestety mamy ogromne braki na każdym jej poziomie. Tradycje budowania rodowych kolekcji dzieł sztuki, poza wyjątkami, w polskich domach zazwyczaj sięgają najdalej jednego pokolenia wstecz. Natomiast w Europie Zachodniej, takie kolekcje tworzone są często od wielu pokoleń.

Poza tym na naszym rynku sztuki nadal brakuje specjalistów, dobrych praktyk, otwartości i współpracy pomiędzy instytucjami kulturalnymi i finansowymi. Stanowczo za mało wspieramy instytucje kulturalne i artystów, zarówno na poziomie ministerialnym oraz w sektorze prywatnym. Co prawda z roku na rok widać na szczęście pewien postęp w tej dziedzinie, jednak nadal pozostajemy daleko w tyle. Nasza sztuka jest niedoszacowana, choć poza krajem – na szczęście artystów, którym się udaje przebić – sprzedaje się świetnie. Niestety, my Polacy tracimy w ten sposób nasze dziedzictwo narodowe. Czy można powiedzieć, że w polskich muzeach są wybitne kolekcje dzieł sztuki współczesnej? Poza wyjątkami – niestety nie. Są tam co prawda genialne, czołowe nazwiska, ale niekoniecznie ich najlepsze dzieła – te przede wszystkim krążą po świecie. ■

WIECZNA „ZGAGA”

Kilka refleksji o monodramie Doroty Stalińskiej

„Zgaga” miała premierę w 1996 roku, była grana nieprzerwanie w Polsce i za granicą przez piętnaście lat. Właśnie wróciła na scenę po kilkuletniej przerwie – symbolicznie w Dniu Kobiet. Jak mawiały nasze babki: kobieta i świat nie mają lat. Dlatego spektakl o ekspresyjnej Racheli Samstadt grany przez dynamiczną Dorotę Stalińską wciąż jest młody i zaskakuje energią. Warto to sprawdzić przychodząc do teatru.

Agnieszka Małowska

Kiedy „Zgaga” pojawiła się na afiszach Teatru „Buffo”, wywołała poruszenie. Wówczas i przez kolejne lata widzowie byli zachwyceni spektaklem, admiratorzy polskiej wysokiej kultury – oburzeni. Monodram nazwano z wyśzością – komercyjnym. Za dużo w nim było sponsorów, prezentów dla publiczności, za dużo merkantylnego podejścia do teatru.

A dziś jak wygląda znaczna część polskiej sceny teatralnej? Jest komercyjna, uwzględniająca oczekiwania publiczności i wspomagana przez sponsorów. To wymóg czasów. I dotyczy nie tylko teatrów prywatnych.

O przedsiębiorczości

Dorota Stalińska, opuszczając w 1980 roku Teatr na Woli, stała się antrepreneurką jednoosobowego przedsiębiorstwa, bez stałej siedziby. W latach 80’ jej działalność miała skromną formę, natomiast w latach 90’ nabrała rozmachu, który wymagał udziału sponsorów w kulturalnym przedsięwzięciu. Wówczas było to prekursorskim sposobem na odnalezienie się w nowej kapitalistycznej rzeczywistości. Dorota Stalińska podjęła wyzwanie, narażając się na zarzuty przekroczenia granic dobrego smaku artystycznego, czy wręcz zbezczeszczenie świątyni sztuki przez pieniądze i garnki. Być może liczone na twórczą zgagę artystki. Bezskutecznie.

O miłości i zdradzie

„Zgaga” pozostała jedynie tytułem powieści Nory Ephron i monodramu Doroty Stalińskiej, opowiadających o zmaganiu się dojrzałej kobiety z kryzysem małżeńskim. To dowcipnie pokazana dramatyczna historia, w której anegdota służy temu, żeby

– jak mówi bohaterka – to, czego się doświadcza, mniej bolało. Opowieść potrafi więc rozśmieszyć do łez, a pod śmiechem skryć zranienie, zamienione w żarty – inteligentne, złośliwe, wyrafinowane jak ich autorka – Racheli.

Racheli to zamożna Amerykanka, żydowskiego pochodzenia, kobieta emancypacyjnych lat 80’, która odniosła suk-

kobietach. Słyszymy zatem o męskich wykrętach, przekupstwach i obietnicach, które zamieniają kobiety w służące, kucharki, sprzątaczkę. Ale słyszymy też o kobietach „życzliwie” donoszących zdradzającym żonom o romansach ich mężów.

Racheli ostro ocenia innych, ale samokrytycznie przyznaje się do swych

Dorota Stalińska podjęła wyzwanie, narażając się na zarzuty przekroczenia granic dobrego smaku artystycznego, czy wręcz zbezczeszczenie świątyni sztuki przez pieniądze i garnki

ces jako autorka popularnych książek kulinarnych. Jej biografia wbrew pozorom nie różniła się od historii polskich kobiet sukcesu, nowej rzeczywistości po 1989 roku, nie różni się tym bardziej od losu kobiet XXI wieku. Dorota Stalińska pokazuje, że ich życie bywa tak samo rozdarte między osiągnięciami zawodowymi a niepowodzeniami uczuciowymi. Większość została uwięziona przez mit romantycznej miłości. Dla niej każda znosi wiele: upokorzenia, kłamstwa, zdradę, z którymi zmaga się latami. W przypadku Racheli nadmiar złych uczuć „nieprzetrawionych” przez bohaterkę objawia się metaforycznie – wieloletnią, emocjonalną zgagą.

Nic więc dziwnego, że z jej ust padają gorzkie słowa i o mężczyznach, i o

błędów. Potrafi zdiagnozować problem, nie potrafi od niego się uwolnić. W tej patowej sytuacji ratuje ją poczucie humoru, dzieci i gotowanie.

O gotowaniu

Gotowanie w historii Racheli to klasyczny „sposób na mężczyznę”, według jakże popularnej zasady: przez żołądek do serca. Dlatego kobiety tak zapamiętały gotują – zupy cebulowe, polędwiczki wieprzowe, piątkę ciasteczka orzechowe bez orzechów, jabłka nadziewane własnoręcznie zrobionym dżemem. Czasem nawet z tego „sposobu na miłość” czynią swój zawód, tym samym, paradoksalnie, utrwalają tradycyjny system wartości ubrany w niezależność finansową. Wszystko po to, by odkryć, że gotowanie to nie tylko

sposób na mężczyznę, ale też pułapka dla kobiet, które wierzą w siłę zasady, która je więzi.

My jesteśmy skończone kretynki, proszę zwrócić uwagę, że jeśli facet zrobi coś nie tego, (...) to potem sam fakt, że on pozwoli nam ugotować dla siebie, czyli dla niego, jego ukochane danie, czyni go w naszych oczach kompletnie niewinnym.

„Poplątanie jedzenia z miłością” sprawia, że pokazy kulinarne Racheli, zwane „spotkaniami przy okrągłym garnuszku” zmieniają się w rodzaj autoterapii na wesoło, z widzami. Dziwnie przypomina to performance.

O formie

Performance to chyba najlepsze określenie pomysłu Doroty Stalińskiej na opowiedzenie historii z powieści Ephron. Aktorka podkreśla, że widzowie mają poczuć się, jak na pokazie kulinarnym, dlatego na scenie naprawdę gotuje. A potem częstuje tymi specjalami gości. Gotując i wchodząc z publicznością w bezpośredni kontakt musi posłużyć się improwizacją, bo, jak zachowa się gotowana potrawa i widz na scenie, trudno przewidzieć. Taki koncept wymaga podwójnej wirtuozerii – aktorskiej i kulinarnej.

To, co Dorota Stalińska prezentuje na scenie, przypomina dziesięć telewizyjne programy o gotowaniu, ale ma tę wyższość, że po pierwsze pokaz jest tylko pretekstem do zwierzenia się z bolesnych doświadczeń, po drugie - podczas pokazu czujemy zapachy, testujemy smaki, wszystko dzieje się na naszych oczach – nie ma trików, montażu, przekłamań. Paradoksalnie teatr – kiedyś uważany za przestrzeń iluzji - jest dziś rzeczywistością. Na pewno jest bardziej prawdziwy niż telewizja, która przesadnie urealnia fikcję przez format HD, którą bierzemy za prawdę.

Być może dlatego niektórzy widzowie z zaskoczeniem przyjmują pierwsze skwierczenie warzyw na patelni, z niedowierzaniem podchodzą do aktorki po przygotowane potrawy. A nuż po tych potrawach dostaniemy zgagi. Taka zgaga jest niemożliwa w rzetelnym spektaklu Stalińskiej.

O jakości

Dorota Stalińska dba o jakość swego przedstawienia, tak samo dziś, jak w dniu premiery, do której przygotowywała się dwa lata. Każdemu, długo granemu spektaklowi grozi rutyna, bywa, że z czasem dobre przedstawienie staje się byle jak zagrany, byle jak zrealizowanym produktem. Nic podobnego nie zdarza się „Zgadze”.

Artystka, która jest jednocześnie producentką, scenografką, autorką adaptacji, wie, jak ważny jest każdy szczegół w spektaklu werystycznym, jakim jest „Zgaga”. Nie bagatelizuje żadnego elementu: światła, muzyki i kostiumów. Widać to także w pieczołowicie przygotowanych przyprawach z najlepszych produktów. Nic tu nie jest pośledniej jakości ani przypadkowe. Zwłaszcza emocje i energia bohaterki, którą Dorota Stalińska obdarowuje bogactwem uczuć. Aktorka nie oszczędza się podczas ponad dwugodzinnego monodramu. Jej hiperekspresyjność obrazuje gejzer emocji, które omen „gotują się” w Racheli przez wiele miesięcy, od chwili, gdy odkryła zdradę męża.

O czasie

Monodram Doroty Stalińskiej nie zestarzał się, bo jego temat jest nieśmiertelny, no i formalnie spektakl był skrojony z „czasowym zapasem”. Dziś „Zgaga” wciąż jest aktualna, bo niezmiennie kobiety odkrywają zdrady swych partnerów, bo na emocjonalną zgagę w związkach nie ma lekarstwa, bo model medialnych zwierzeń – w programach TV, w reality show – króluje w popularnej kulturze. Bo energia i pasja Doroty Stalińskiej są niezniszczalne. Nie ima się ich czas.

Najbliższe wydarzenia: ZGAGA 12.04. i 22.05. / ŻMIJA 26.04./ WIECZÓR MISTRZÓW 17.04/ RECITAL 17.05.

Więcej informacji na: www.dorotastalinska.pl
i www.facebook.com/dorota.stalinska





IZABELLA JARSKA

Subiektywny PRZEGLĄD KULTURALNY

Tym razem „Przeгляд kulturalny” będzie nieco nietypowy, chciałabym go bowiem poświęcić najważniejszej dorocznej imprezie kulturalnej – Bestsellerom Empiku. Są to nagrody przyznawane najpopularniejszym wydawnictwom, czyli: książki, płyty, filmy, gry komputerowe, kolekcje autorskie oraz tytuły prasowe, które cieszyły się w ciągu danego roku największym powodzeniem wśród klientów salonów Empik oraz sklepu internetowego empik.com. Każdy zakup to głos na wybrany przez odbiorcę tytuł, w 2014 ich liczba wyniosła blisko 30 milionów. Bestsellery są zatem największym plebiscytem kulturalnym w Polsce, a każda przyznana statuetka jest nagrodą publiczności. Zaś przyznawane co roku nagrody są wiarygodnym i obiektywnym źródłem wiedzy na temat trendów w polskiej kulturze i rozrywce.

Tegoroczna Gala odbyła się w warszawskim ATM Studio. Poprowadził ją Artur Andrus bawiąc publiczność dowcipną konferansjerką, a wśród osób wręczających nagrody znaleźli się: Grażyna Torbicka, Marcin Meller i Rafał Olbiński. Ceremonię przyznania statuetek uświetniły występy m.in.: Natalii Kukulskiej, Dawida Podsiadło, Indili oraz Włodka Pawlika. Imprezę zwieńczył uroczysty bankiet.

Lista laureatów Bestsellerów Empiku 2014:

Film Polski: „Ida”, reż. Paweł Pawlikowski

Film Zagraniczny: „Hobbit. Pustkowia Smauga” – reż. Peter Jackson;

Prasa: Tygodnik: Newsweek Polska

Prasa: Miesięcznik: Twój Styl

Książka:

Literatura dla dzieci: „Dziennik cwamiaczka. Zezowate szczęście” – Jeff Kinney

Poradnik: „Bóg nigdy nie umiera” – Regina Brett

Literatura faktu: „Masa o kobietach polskiej mafii” – Artur Górski

Poezja: „Czarna piosenka” – Wisława Szymborska

Literatura obca: „Gwiazd naszych wina” – John Green

Literatura polska: „Gniew” – Zygmunt Miłoszewski

Nagroda specjalna: „Zniszcz ten dziennik”

Kolekcja autorska: „Killerzy”

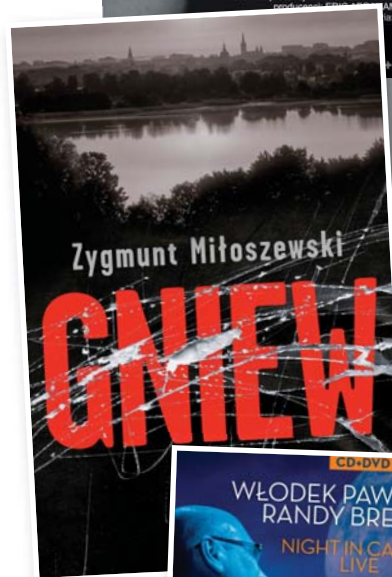
Gry: FIFA 15

Muzyka:

Polska: Dawid Podsiadło – „Comfort and Happiness”

Zagraniczna: Indila – „Mini World”

Wydarzenie roku: Nagroda Grammy dla Włodka Pawlika.





WISŁA



FESTIWAL FILMÓW POLSKICH W ROSJI

21-28 maja 2015
MOSKWA

„Pięc Gwiazd
na Pawieleckiej”
„Iluzjon”

maj – październik 2015
– repliki w innych
rosyjskich miastach

www.festiwalwisla.pl

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

Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego



Министерство культуры
Российской Федерации



Sponsor:

Mecenas Główny:

FUNDACJA
KGHM
POLSKA MIEDŹ

Partner Główny:



Współfinansowanie:



POLSKI INSTYTUT Sztuki Filmowej
POLISH FILM INSTITUTE
10 LAT EMOCJI
YEARS OF EMOTIONS

PRACOWAĆ i dbać o formę

Codienne obowiązki nie muszą oznaczać słabego poziomu sportowego. Przy odpowiednio dobranym do trybu życia treningu można poprawiać swoje osiągnięcia – mówi Emil Dobrowolski, biegacz-maratończyk, sportowiec oraz trener.



Fot. archiwum prywatne Emila Dobrowolskiego

ROZMAWIA KRZYSZTOF JOŃCZYK

Od jak dawna zajmuje się pan sportem?

– Trenuję bieganie już od 18 lat. Od kilku – odnoszę sukcesy na arenie ogólnopolskiej, mam dziewięć medali Mistrzostw Polski na dystansach od 10 km do maratonu. Zajmuję się również trenowaniem innych. Na razie są to trzy osoby, ale na dosyć dobrym poziomie. Wszyscy są amatorami, tzn. pracują, a bieganie jest dla nich tylko dodatkiem.

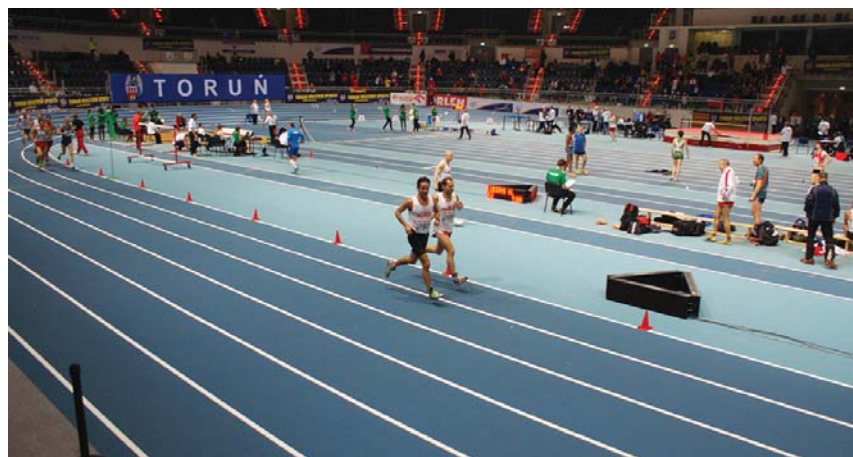
Proszę powiedzieć coś więcej o osobach, które pan trenuje...

– Magdalena Skarżyńska biega w maratonie w 2:58, w zeszłym roku była trzecia na maratonie w Krakowie. Andrzej Leśniewski jest srebrnym i brązowym medalistą Mistrzostw Polski Weteranów na 800 m i 1500 m. Piotr Mielewczyk biega w półmaratonie w 1:11, w zeszłym roku zajął czwarte miejsce w Półmaratonie Praskim. Jak widać codienne obowiązki nie muszą oznaczać słabego poziomu sportowego. Przy odpowiednio do-

branym do trybu życia treningu można poprawiać swoje osiągnięcia.

Czy bieganie w maratonach stało się modne?

– W ciągu ostatnich lat maratony stały się bardzo popularne. Największe biegi w Polsce kończy po kilkanaście tysięcy uczestników.



Andrzej Leśniewski, trenowany przez Emila Dobrowolskiego zawodnik, wziął udział w Halowych Mistrzostwach Europy Weteranów, Toruń 2015 r.

Jakich rad udzieliłby pan początkującemu maratończykowi?

– Wiele osób chciałoby zacząć treningi biegania, ale nie wie jak się za to zabrać. Najczęstszym błędem początkujących jest to, że zbyt intensywnie trenują, czym są przemęczeni i zniechęcają się do dalszego biegania. Dla innych z kolei każdy trening to zawsze ta sama liczba kilometrów pokonywanych w tym samym tempie, przez co nie ma zróżnicowania i trenujący szybko się nudzi. Trzeba pamiętać o rozmaitych elementach tego sportu. Ważne są przebieżki, interwały, siła biegowa, rozciąganie, sprawność ogólna itp. Ludzie nie wiedzący jak trenować często sięgają też do gotowców w Internecie. Jest to na pewno jakiś punkt zaczepienia dla laików, ale nie można sztywno się do nich stosować, ponieważ każdy zawodnik jest indywidualistą, a jego organizm ma odmienne możliwości i potrzeby. Zamiast korzystania z internetowych gotowców można na przykład uczestniczyć w bezpłatnych, ogólnodostępnych treningach. Coraz więcej jest też



Ten uśmiech musi oznaczać sukces...

podstawową „jednostką”, jest też rozgrzewką przed innymi elementami treningu. Powinniśmy biegać w takim tempie, żeby bez zadyszki można było swobodnie rozmawiać. Aby utrzymać i poprawić szybkość należy robić krótkie np. stumetrowe przebieżki. Siła biegowa

Najczęstszym błędem początkujących jest to, że zbyt intensywnie trenują, czym są przemęczeni i zniechęcają się do dalszego biegania

ofert treningu personalnego. Trzeba także dostosować liczbę dni treningowych do naszych możliwości i pamiętać, że cały trening powinien trwać co najmniej pół godziny, żeby przyniósł jakiś efekt. Jeśli dopiero zaczynamy można 30 minut ciągłego truchtu podzielić na odcinki np. 6x5 min, 3x10 min, w przerwie kilka minut marszu. Różne elementy treningu powinny być ze sobą przeplatane. Trucht jest

(podbiegi, skipy, wieloskoki) wzmacnia siłę mięśni oraz poprawia technikę biegu. Ważnym elementem są treningi w tempie zbliżonym do startowego. Krótsze odcinki powinno się biegać w tempie szybszym niż na zawodach, a im dłuższe tym bardziej należy zwalniać do prędkości startowej a nawet wolniejszej. W przerwach nie powinno się stać, najlepszy będzie marsz lub lekki trucht. ■



Emil Dobrowolski w swoim żywiole

Fot. Aleksandra Szmigiel-Wiśniewska

Przykładowy plan treningowy na pięć dni w tygodniu przygotowujący do startu na 5 km dla początkującego biegacza, który trenuje od kilku miesięcy.

Pierwszy tydzień:

1. 35 min truchtu
2. 20 min truchtu, rozciąganie, 5x100 m przebieżka, 5 min truchtu
3. wolne
4. 15 min truchtu, rozciąganie, 10x100 m podbieg, przerwa – powrót w marszu /truchcie, trucht 5 min
5. wolne
6. 10 min truchtu, rozciąganie, 5 km w tempie pomiędzy truchtem a tempem startowym
7. 40-45 min truchtu

Drugi tydzień:

1. 20 min truchtu, rozciąganie, 5x100 m przebieżka, 5 min truchtu
2. wolne
3. 15 min truchtu, rozciąganie, 10x100 m podbieg, przerwa – powrót w marszu /truchcie, trucht 5 min
4. 25 min truchtu
5. 10 min truchtu, rozciąganie, 4x1 km w zakładanym tempie startowym, przerwa 5 min. w marszu, 5 min truchtu
6. wolne
7. 45-50 min truchtu

Trzeci tydzień:

1. 20 min truchtu, rozciąganie, 5x100 m przebieżka, 5 min truchtu
2. wolne
3. 10 min truchtu, rozciąganie, 8x400 m w tempie o 10 sek./km szybszym niż zakładane tempo startu, przerwa 3 min marsz
4. 30 min truchtu
5. 20 min truchtu, rozciąganie, 5x100 m przebieżka, 5 min truchtu
6. wolne
7. START 5 km

WIOSENNE PORZĄDKI W DIECIE

– jak się do nich zabrać?

Wiosna to czas, gdy do życia budzi się przyroda i również my przeciągamy się po zimowym rozleniwieniu, sycimy się słońcem i nabieramy ochoty na zmiany.



ZUZANNA ANTECKA
psycholożka i dietetyczka

W tym czasie podejmujemy bardzo dużo postanowień – przyrzekamy codziennie biegać, wcześniej wstawać z łóżka, czy porzucić zgubny nałóg. Bardzo często dotyczą one sfery żywieniowej.

Nasz organizm jest stworzony do samooczyszczania i nie musimy go dodatkowo do tego mobilizować

Wiosna to faktycznie moment, gdy zmiany przychodzą nam łatwiej (ładuje nas energia słoneczna, dłuższe dni i wyższa temperatura otoczenia). Jednak warto zastanowić się chwilę, jak to pragnienie spełnić, by sobie nie zaszkodzić. Pomóc w tym może lista 3 rzeczy, których nie należy robić na wiosnę ze swoją dietą i 3 rzeczy, które mogą być świetnym pomysłem.

Tego nie rób na wiosnę!

1. Nie przechodź na dietę odchudzającą i oczyszczającą!

Wraz z przybyciem cieplejszych dni, pojawia się w nas pragnienie zmiany sposobu żywienia, schudnięcia, oczyszczenia ciała po zimie. Jednak drastyczne i gwałtowne diety zamiast poprawić samopoczucie, mogą nam zwyczajnie zaszkodzić. Nie rezygnuj z dużych grup produktów spożywczych (np. węglowodanów, tłuszczów czy mięsa). Po zimie organizm jest wygłodniały składników odżywczych, zamiast je ograniczać, lepiej pomyśleć o tym, jak można go odżywić.

Podobnie niebezpieczna może być dieta oczyszczająca. Nasz organizm jest stworzony do samooczyszczania i nie musimy go dodatkowo do tego mobilizować. Dieta oczyszczająca (podobnie jak drastyczne metody odchudzania) mogą powodować uwolnienie do naszego ciała zmagazynowanych (i zneutralizowanych) toksyn. Jeżeli nie przygotowujemy wcześniej odpowiednio organizmu, zamiast go oczyścić, możemy go zatruć. Konsekwencją będą choroby i osłabienie.

2. Nie daj się złapać na świeże warzywa

Sprzedawcy prześcigają się w tym, kto szybciej dostarczy nam nowalijki na stół. W tym przypadku jednak warto uzbroić się w cierpliwość. Nawet bardzo sprzyjające warunki pogodowe nie mogą sprawić, że rzodkiewka, czy pomidory wyrosną w kilka dni. Na początku wiosny lepiej sięgać po niekorzeniowe nowalijki (np.

szczypierek, koperek, natka pietruszki, botwinka), a dopiero z czasem po te korzeniowe. Najwięcej nawozów umożliwiających roślinom szybki wzrost kumuluje się bowiem właśnie pod skórką. Świetnie sprawdzą się również wszelkiego rodzaju kiełki, jak choćby wielkanocna rzeżucha.

3. Nie zakładaj, że od tej wiosny wszystko się zmieni

Nadejście wiosny sygnalizuje zmiany. Zmienia się temperatura, długość dnia, otoczenie, nasz ubiór i codzienna aktywność. Należy jednak wystrzegać się założeń, że to właśnie od teraz wszystko zmieni się w naszym życiu. Wiosna to nie wróżka. Nie spełnia pragnień i marzeń. Zmiany należy wprowadzać stopniowo i w sposób przemyślany. Najlepiej jeżeli dotyczą jednej dziedziny życia. Nałożenie na siebie zbyt dużej ilości nowych obowiązków może sprawić, że szybko je porzucimy i pozostaniemy sami z frustracją i bezsilnością. Drobną, dobrze zaplanowaną zmianą przyniesie nam znacznie więcej satysfakcji.

Dobre pomysły na wiosenne przebudzenie:

1. Wzmocnij swoją oczyszczalnię

Nasz organizm znakomicie oczyszcza się samodzielnie. Nie znaczy to jednak, że nie możemy wzmocnić organów, które tym oczyszczaniem sterują. Najważniejsze z nich to wątroba oraz jelita. Do walki z wolnymi rodnikami uszkadzającymi wątrobę możemy wysłać polifenole – znajdziemy je m.in.: w jagodach, malinach, winogronach, kakao i zielonej herbacie. Wątrobę świetnie wspomogą również burak, który zawiera betainę znaną ze swoich ochronnych właściwości. Tłuszcz zwierzęcy warto zamienić z kolei na oliwę z oliwek, chroniącą przed uszkodzeniem.

Dobrze pracujące jelita, to przede wszystkim jelita dobrze oczyszczone. Idealnie nadaje się do tego naturalna mio-

telka, czyli po prostu błonnik pokarmowy. Bogatym jego źródłem są otręby pszenne, płatki owsiane, kasze, warzywa i owoce oraz rośliny strączkowe. Praca jelit zależy też w dużym stopniu od flory bakteryjnej, która je zamieszkuje. Wzmocnij ją naturalne probiotyki zawarte m.in. w fermentowanych produktach mlecznych czy kiszonkach.

2. Wprowadź zieleń do domu

Na wiosnę wręcz nie możemy się doczekać nowych smaków i nasz organizm sam „woła” o lekkie i zdrowe potrawy. Niestety za tym pragnieniem nie nadąża matka natura, na której owoce musimy poczekać co najmniej do połowy wiosny. Jednak dlaczego nie możemy zamienić się w domowego ogrodnika i wprowadzić zieleni na salony nieco wcześniej? Świetnym i prostym pomysłem będzie wyhodowanie „zieleniny” na własnym parapecie. Idealnie sprawdzi się pietruszka, szczypiorek oraz wszelkiego rodzaju kielki. Kielki to mini bomby witaminowe, a ich różnorodność sprawia, że nigdy nam się nie znudzą. Dodatek takiej świeżej zieleniny może zaspokoić nasze pragnienie wiosennych smaków. Podobnie możemy wykorzystać świeże zioła, które odnowią smak wielu potraw.

3. Postaw sobie mały cel i realizuj go systematycznie

Zastanów się nad tym, co tak naprawdę chciałbyś zmienić w tym roku w swoim sposobie żywienia. Wypisz wszystko, co Ci nie odpowiada, a następnie wybierz jeden cel, za który zabierzesz się w tym roku. Może chcesz jeść więcej warzyw? Częściej gotować albo rzadziej jeść fast-foody? Cel powinien być konkretny i pozytywny. Lepiej unikać zbyt wysokich wymagań, bo może nie starczyć sił na ich realizację. Świetnie sprawdza się metoda małych kroków. Zastanów się, co konkretnie musisz robić, by zrealizować swój cel i zacznij nad nim pracować już dziś. Pojedynczy cel pozwoli Ci skupić na nim całą swoją energię, dzięki czemu zwiększasz swoje szanse na sukces!

Wiosna to niezaprzeczalnie czas zmian. Również w nas rodzi się ochota i potrzeba modyfikacji. Tą naturalną energię warto przekuć w mądry sposób – odżywić wyczerpane po zimie ciało, zwiększyć różnorodność swojej diety i wybrać konkretny cel do realizacji na ciepłe miesiące. ■



RÓWNOWAGA
CENTRUM PSYCHODIETETYKI

www.rownowaga.eu

NAUKA w służbie włosów

Nowoczesne metody badawcze wniknęły głęboko w dziedzinę pielęgnacji włosów. Aż po samą jego cebulkę. Powstała nowa dziedzina nauki – trychologia. W Polsce pojawiają się już salony fryzjerskie z odpowiednimi specjalistami w tym zakresie – trychologami. Jednym z nich jest warszawski Instytut Kitako.

DORA ROSŁOŃSKA



Wybierając się do fryzjera mamy na uwadze przeważnie dobre cięcie i odpowiednio dobrany odcień farby. Na tym najbardziej nam zależy. Jednak, by osiągnąć te cele, warto na początek zbadać czy nasze włosy oraz skóra głowy są gotowe na jakąkolwiek stylizację. Dlatego dobrze, by w salonie obok stylisty obecny był także trycholog, który obejrzy naszą głowę.

Powszechny łupież, przetłuszczające się włosy czy rzadsze już przypadki wypadania włosów – to bóleczki, które zaprzętają naszą niezdrową głowę. Ale trychodzy wniknęły w przyczyny tych problemów i znaleźli na nie antidotum. W dodatku w substancjach naturalnych, czyli w roślinach.

Instytut Zdrowych Włosów Kitako jest jedynym w swoim rodzaju eco-salonem oraz partnerem jednej z najbardziej zaawansowanych w eco-pielęgnacji firm, produkującej kosmetyki z certyfikatem Ecocert dla profesjonalistów i do stosowania w domu – mówi Anna Korczyk, właścicielka Instytutu zdrowych włosów KITAKO. Warto zaznaczyć, że 94-99 proc. zawartości tych kosmetyków to składniki naturalne. To idealna oferta skierowana do najbardziej wymagających pod względem zdrowotnym osób: z alergiami, po uciążliwych chorobach, po radio i chemioterapii, w okresie ciąży i karmienia

piersi, dla wszystkich miłośników i entuzjastów ekologicznego stylu życia.

Na czym polega zabieg?

To nie boli. Zarówno ocena kondycji włosów jak i późniejsze zalecone zabiegi pielęgnacyjne to godzina głębokiego relaksu. Na początek trycholog bada skórę głowy specjalną kamerą o dwustukrotnym powiększeniu. Pacjent widzi wszystko na monitorze przed sobą. Dowiaduje się na przykład, że zdrowa cebulka produkuje dwa włosy jednocześnie. Widzi także, co dolega, lub nie, skórze głowy. Po diagnozie następuje wybór pielęgnacji: peeling z drzewa gruszy dla oczyszczenia skóry głowy, szampon z owoców goji, które wzmacniają cebulkę i osłabione włosy. Albo szampon z wyciągiem z drzewa herbacianego, który pomaga w walce z łupieżem.

Podczas zabiegu nie warto brać do ręki książki, czasopisma czy telefonu. Dłonie trychologa bowiem najpierw rozmasowują barki, przechodząc delikatnie po szyi aż do nasady głowy. Wędrują wyszkolonymi ruchami po poszczególnych partiach głowy. Nie sposób nie zamknąć wtedy oczu i nie przenieść się w strefę głębokiego relaksu.

Peeling, podstawowy zabieg trychologiczny, zaczyna cały rytuał. Wykonywany jest specjalną substancją wyprodukowaną na bazie alkoholu z manioki z wyciągiem z lawendy. Mikroskopijne kuleczki z drze-

wa gruszy są dokładnie polerowane podczas produkcji, by nawet najmniejszy kancik nie był w stanie zranic delikatnej skóry głowy.

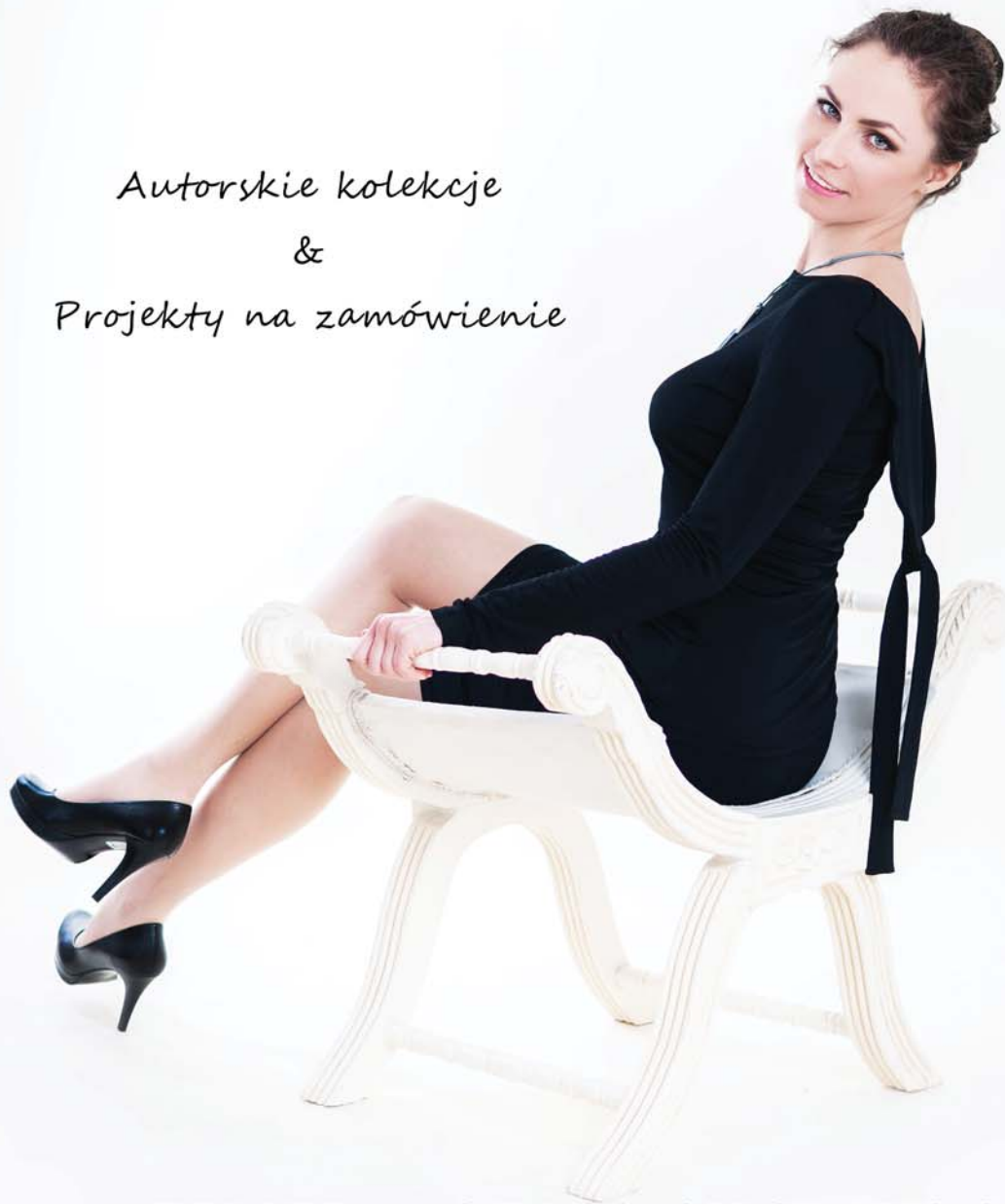
Po peelingu włosy myte są specjalnymi szamponami. Na koniec na 15-20 minut nakłada się na głowę dedykowaną danemu problemowi skóry maskę. Na odżywiony włos aplikuje się jeszcze specjalną mgiełkę, która ma za zadanie nawilżyć włosy i przenieść w głąb składniki aktywne. Na finał huski włosów zamyka olejek z róży złotej lub purpurowej. Głowa, a raczej włosy gotowe są do cięcia.

Zabieg trychologiczny zaleca się stosować raz na tydzień. Nie trzeba nawet wpadać do Instytutu Kitako, by go zrobić (choć żal tego masażu...). Na miejscu bowiem są dostępne kosmetyki, które można kupić do własnej łazienki. Co ciekawe, opakowania szamponów i peelingów wykonane są z organicznych odpadów owocowych, pestek i nasion. Korek z kolei jest w stu procentach bambusowy. Niektóre szampony można podarować nawet jako efektowny prezent. W czym tkwi jego wyjątkowość? W butelce, którą ... trzeba zakopać w ziemi. Po kilku miesiącach wyrośnie z niej drzewo akacjowe! W organicznej buteleczce bowiem zanurzone jest nasiono akacji. Po biodegradacji opakowania nasiono zaczyna żyć i zmienia się w piękne drzewo. Cudowny pomysł! ■

MADLESS

by Magdalena Leszner-Skrzecz

*Autorskie kolekcje
&
Projekty na zamówienie*



ATELIER MODY & SHOWROOM

ŁÓDŹ, CENTRUM TERESY 100 - II PIĘTRO

WWW.MADLESS.EU

[FACEBOOK/MADLESSFASHION](https://www.facebook.com/MADLESSFASHION)

FUTRO Z NOREK na rzęsach

Od zarania dziejów kobiety uwodziły mężczyzn odpowiednim spojrzeniem oczu. Spuszczanie firanek rzęs i trzepotanie nimi to powszechne metody, by panów mieć u swych stóp. By takie triki były udane, rzęsy muszą mieć jakość. Nowoczesna kosmetyka przychodzi kobietom z pomocą i oferuje ich przedłużanie i zagęszczanie.

DORA ROSTOŃSKA

Mamy do wyboru rzęsy jedwabne lub rzęsy z włosa norek syberyjskich, które są bardziej delikatne. Aplikuje się je bardzo precyzyjnie za pomocą szczypczyków. Specjalistka dokleja do każdej z rzęs klientki jedną, dwie lub trzy sztuczne, które są dłuższe i grubsze, jednak swoją strukturą do złudzenia przypominają naturalne. Mocowane są za pomocą kleju.

Do separowania rzęs używam specjalnych płatków kolagenowych, które relaksująco i odżywiająco wpływają na delikatną i wymagającą okolice oczu – zapewnia Kamila Żbikowska z Salonu Urody Elegante. Z kolei klej jest przeznaczony do oczu wrażliwych, dzięki czemu zabieg jest bezpieczny i nie wywołuje podrażnień, czy też alergii.

Nakładane rzęsy są wodoodporne i trzymają się na powiece od czterech do sześciu tygodni. Efekt jest zachwycający. Oko jest mocniej podkreślone, a tusz można schować do szuflady.

Trzy godziny relaksu

Wystarczy zarezerwować sobie 2-3 godziny w ciągu dnia. Zabieg wykonywany

jest na leżąco i nie jest bolesny. Relaksuje do tego stopnia, że wiele z klientek zasypia w salonie. Przeciwwskazań do zabiegu jest niewiele. To przede wszystkim: choroby oczu jak jaskra, zaćma, zapalenie spojówek czy alergiczne choroby oczu.

Ilość aplikowanych rzęs zależy od indywidualnego gustu klientki. Nad efektem czuwają oczywiście stylistki, które nie pozwolą, by zabieg zakończył się kiczowatym wyglądem. W salonach dostępne są różne grubości i długości rzęsowych włosków. Mogą mieć też różny stopień zakręcenia oraz kolory: czarne, brązowe, niebieskie, zielone, fioletowe, różowe, złote, srebrne. Na wyjątkowe okazje można nawet zaaplikować rzęsy z brokatem i z cyrkoniami.

Niepotrzebny makijaż

Niewskazane jest używanie natłuszczających kosmetyków w okolicach oczu, mogą bowiem osłabić działanie kleju. Do



Salon Urody Elegante

demakijażu lepiej stosować delikatny płyn micelarny.

– Nie należy trzeć oczu, a także trzeba uważać na rzęsy podczas snu, gdyż nadmierne pocieranie może przyspieszyć ich wypadanie z rzęsami naturalnymi – mówi Kamila Żbikowska z Salonu Urody Elegante. – Do pielęgnacji rzęs klientka otrzymuje specjalną delikatną szczoteczkę, która służy do ich przeczesywania.

Ale bez obaw. Sztuczne rzęsy są dedykowane kobietom aktywnym, które nie mają czasu na poranki przed lustrem. Spędzają je na basenie czy w saunie, nie martwiąc się spływającym z rzęs tuszem. ■

Jedni wciąż milczą
inni znowu wrzeszczą,
a ja chcę czasem
powiedzieć coś
SZEPTEM

JANUSZ LEWANDOWSKI



W 1964 r. dyplom warszawskiej ASP, na wydziale malarstwa u prof. Nachta-Samborskiego. Brał udział w wielu plenerach malarskich i tzw. problemowych. Otrzymał szereg nagród (Radom, Zachęta (2)) oraz za plakaty. Wiele wystaw indywidualnych w kraju i za granicą. Jego prace znajdują się w min. w muzeum secesji w Płocku, galerii Zachęta, muzeum polskim Raperswil w Szwajcarii, Pałacu w Radziejowicach oraz w wielu kolekcjach prywatnych w kraju i za granicą, 2011 nagroda W. Hasióra, w 2012r. nominowany do nagrody im. C. Norwida.



Przwoźniczka, olej na płótnie, 90 x 115 cm, 2011



Modlitwa, olej na płótnie, 130 x 100 cm, 2012

KRYSTYNA ZBYLUT przedstawia

tel. 516 256 661



WYCHODZENIE z Cienia

Jeśli uznać, że psychoterapia jest swego rodzaju substytutem miłości, służącym w konsekwencji do uczynienia pacjenta zdolnym do konstruktywnego życia, to trzeba uznać, że to zadanie wypełniamy z nawiązką – zapewnia Marcin Golański, prezes Stowarzyszenia Rozwoju Psychoterapii i Psychiatrii Środowiskowej „Azaliowa”, bezpiecznej ostoji w środowisku lokalnym.

ROZMAWIA IZABELLA JARSKA

**Człowiek zdrowy psychicznie to...?
Jak definiuje się ten termin?**

– Ponad 100 lat temu Freud zdefiniował zdrowie psychiczne jako umiejętność do kochania i bycia kochanym oraz dobrej pracy.

Jak Stowarzyszenie „Azaliowa” pomaga swoim podopiecznym w realizacji tej definicji?

– Przyjmując wzorem Freuda proste równanie, że ZDROWIE = MIŁOŚĆ + PRACA, postanowiliśmy zająć się drugim członem tego równania.

Dlaczego nie miłością?

– Jeśli uznać, że psychoterapia jest swego rodzaju substytutem miłości, służącym w konsekwencji do uczynienia pacjenta zdolnym do konstruktywnego życia, to trzeba uznać, że to zadanie wypełniamy z nawiązką. Jesteśmy bowiem organizacją pozarządową założoną przez grupę specjalistów (psychologów, terapeutów i lekarzy), którzy nie godzili się na to, aby pomaganie ludziom chorym psychicznie, bezdomnym i starym oznaczało zrzucanie ich problemów na barki instytucji szpitalnych.



Zależy nam zarówno na pomaganiu pojedynczym osobom, jak i stworzeniu sieci oparcia i pomagania osobom w środowisku lokalnym

W jaki sposób zastępujecie państwo te instytucje?

– Upowszechniamy tzw. środowiskowy model opieki zdrowotnej. W modelu tym główny ciężar opieki spoczywa na formach leczenia umiejscowionych poza szpitalem (m. in. oddziały dzienne, zespoły leczenia domowego, hostele, mieszkania chronione). W związku z tym w prowadzonych przez nas ośrodkach terapii dziennej (jeden dla osób chorujących psychicznie, drugi dla ludzi dotkniętych chorobą Alzheimera) kładziemy nacisk na rozwój umiejętności życiowych i społecznych uczestników oraz wzmacnianie radzenia sobie z doświadczeniem choroby. Współpracujemy też z ich rodzinami, przez co dążymy do rozbudowy sieci wsparcia społecznego leczonych, by w ten sposób zminimalizować ryzyko ich powrotu do szpitala. Wieloletnie badania europejskie i amerykańskie wykazały, że model środowiskowy przynosi istotnie lepsze efekty niż tradycyjny – skraca czas i koszty hospitalizacji, poprawia standard życia, zwiększa poziom aktywności zawodowej i innych umiejętności życiowych. Sprzyja poczuciu satysfakcji z usług leczniczych, systematyczności leczenia farmakologicznego oraz zmniejsza poziom obciążenia rodzin.

Jaką rolę w terapii odgrywa życie zawodowe pacjenta?

– Z naszych doświadczeń wynika, że nie samą terapią dochodzi się do zdrowia. Pacjenci doprowadzeni do dobrej formy psychicznej szybko tracą rezon, jeśli nie mogą wrócić do pracy, co wpływa na obniżenie ich poczucia własnej wartości. Dlatego wraz z Kamilią Misją Społeczną, która zajmuje się aktywizacją osób bezdomnych, zdecydowaliśmy się na stworzenie miejsc pracy dla naszych podopiecznych. Założyliśmy Spółdzielnię Socjalną www.pieknemiejsce.com.pl, która świadczy usługi: remontowe, ogrodnicze i sprzątające na zasadach rynkowych. Pracownicy dzięki terapii przygotowani są do kolejnego etapu swojego życia, czyli samodzielności. Nasz pomysł na biznes spotkał się z pozytywnym odbiorem przez Fundację Inicjatyw Społeczno-Ekonomicznych. Jednym słowem - jeśli ktoś zamówi u nas usługę, otrzyma fakturę i dobrze wykonaną pracę.

Schizofrenia – CHOROBA KRÓLEWSKA

Ponad sto lat temu schizofrenia została określona mianem KRÓLEWSKIEJ. Nie chodzi o to, że pierwsi zapadali na nią arystokraci. Rzecz dotyczy bogactwa objawów psychicznych, trudności leczenia oraz braku zidentyfikowanych jasno przyczyn. Z jednej strony wiadomo, że najczęściej zapadają na nią osoby między 15 a 45 r.ż. niezależnie od statusu ekonomicznego czy szerokości geograficznej. Średnio choroba ta dotyka jedną na 100 osób.

Wiadomo też, że objawy dzielimy na negatywne i pozytywne (wcale niepożądane – przyp. autor). Do negatywnych objawów zaliczamy wycofanie z kontaktu, apatię, małą ekspresję emocjonalną. Osoba sprawia wrażenie autystycznej, pochłoniętej swoim światem wewnętrznym. Z drugiej strony występują objawy pozytywne, które nazywamy psychozą: urojenia (błędne przeinaczanie i wnioskowanie o zaistniałych faktycznie zdarzeniach np. wzrok mijanego przechodnia interpretowany jest jako świadome śledzenie przez agentów służb specjalnych). Pojawiają się też omamy słuchowe lub wzrokowe tj. wydarzenia nie mające faktycznie miejsca, a są odbierane w kategoriach paranoicznego, czyli nielogicznego myślenia np. pacjent mówi o wchodzeniu do domu owych agentów, mimo że wszystkie fakty temu zaprzeczają. Trzeba przyznać, że świat tych objawów pozytywnych jest bardzo pochłaniający i samonapędzający się, bo wszystkie fakty interpretowane są w tych właśnie paranoicznych kategoriach. U podstaw objawów pozytywnych leży duży poziom pobudzenia i lęku. Obecnie po stu latach prób i błędów, sporów ideologicznych między psychiatrami, psychologami i neurologami wiadomo, że na objawy pozytywne działają dobrze leki psychotropowe. Niemniej na objawy negatywne, które są objawami głównymi, leki nie działają i działać nie będą. Na nie skutecznie działa terapia i rehabilitacja.

Wyobraźmy sobie, że ktoś, kto miał aktywne urojenia np. żywił przekonanie, że z powodu tajemnej wiedzy był śledzony przez służby specjalne wszystkich państw, nagle pod wpływem farmakoterapii traci takie przekonania. Niewykluczone, że teraz w codziennym życiu będzie odczuwał wypalenie i pustkę. Wtedy też nieprzypadkowo pojawia się wiele prób samobójczych. Stąd tak ważne jest, by jak najwcześniej rozpocząć terapię i rehabilitację po włączeniu leków. W zasadzie wszystkie badania wykazują, że odpowiedni moment może decydować, czy osoba chora będzie musiała brać leki do końca życia. Istotne jest, żeby życiu pozbawionego urzekających acz chorobowych treści nadać jakiś konstruktywny sens. Jednocześnie terapeuta dostarcza pacjentowi azymutu i pomaga mu odróżnić to, co było treścią urojeń, od tego, co faktycznie miało miejsce. Na początku bowiem chorujący ma wiele wątpliwości, czy to, co dzieje się w realnym świecie, jest naprawdę tym, czym jest, co bardzo dobrze zostało przedstawione w filmie „Piękny Umysł”.

W zależności od poziomu zaawansowania i czasu chorowania pomoc, poza lekową, polega na terapii indywidualnej, grupowej, treningach zadaniowych i umiejętności społecznych. Niekiedy pomoc to również wsparcie w znalezieniu pracy w warunkach chronionych i asystowanie przy załatwianiu spraw socjalnych.

↳ Zajmujecie się państwo schizofrenią i Alzheimerem. Dlaczego właśnie tymi chorobami?

– Pierwsza i najprostsza odpowiedź jest taka, że choroby te są niebывałym wyzwaniem terapeutycznym, a my lubimy wyzwania. Druga równie prosta odpowiedź jest taka, że w obszarze medycyny, jak i pomocy pozarządowej jest naprawdę wiele do zrobienia. Zależy nam zarówno na pomaganiu pojedynczym osobom, jak i stworzeniu sieci oparcia i pomagania dla osób w środowisku lokalnym zgodnie z szyldem naszej organizacji. A tutaj – trzeba powiedzieć – panuje biblijna pustynia.

Jak wygląda terapia tych konkretnych chorób?

– Pochłonięcie przez chorobę powoduje marginalizację społeczną osób i rodzin nią dotkniętych. Dzieje się to stopniowo, a proces ten można właśnie nazwać przechodzeniem w cień. Oddziaływania medyczne są zaledwie jednym z trzech filarów, na jakich opiera się jakość życia zarówno chorych na schizofrenię, jak i Alzheimerera. Drugim filarem jest terapia i rehabilitacja o charakterze grupowym i indywidualnym. W przypadku osób ze schizofrenią trzecim filarem jest pomoc w powrocie do pełnionych ról zawodowych poprzez działanie np. w spółdzielni socjalnej. Natomiast w przypadku osób z chorobą Alzheimerera będzie to udział w grupach rehabilitacyjnych w środowisku lokalnym odpowiadającym realnym potrzebom i możliwościom chorych. Opierając się na tych trzech filarach, zbudowaliśmy ośrodek wsparcia dziennego w Aninie dla osób cierpiących na choroby psychiczne oraz stworzyliśmy grupę na Żoliborzu dla osób z zaburzeniami otępiennymi. Naszą zasadą jest pomoc w wychodzeniu z cienia tym ludziom poprzez bycie bezpieczną ostoją w środowisku lokalnym.

Gdzie działa Stowarzyszenie Azaliowa?

– Jesteśmy jedynym ośrodkiem terapii chorób psychicznych w dzielnicy Wawer, największej obszarowo dzielnicy w Warszawie. Jeśli chodzi o chorobę Alzheimerera, to prowadzimy jedną darmową grupę rehabilitacyjną dla osób z tą chorobą. Naszym celem jest stworzenie takich grup w każdej dzielnicy zgodnie z zasadą: myśl globalnie, działaj lokalnie. ■

ALZHEIMER – Choroba CESARSKA

Co stanowi o „cesarskości” choroby Alzheimerera?

Potocznie uważa się, że zapominanie wydarzeń z życia osobistego, które stanowią o naszej tożsamości, jest najstraszniejszą rzeczą. Nierozpoznanie bliskich i siebie przed lustrem jest wyjątkowo przykre, ale najbardziej odczuwa to otoczenie chorego. Niemniej w mojej ocenie jest jeszcze coś trudniejszego, co bardziej frustruje. Mowa tutaj o utracie pamięci proceduralnej, czyli wiedza o tym, jak coś robić, jak parzyć herbatę, jak myć się i ubierać z zachowaniem kolejności. To najbardziej ogranicza jakość życia całych rodzin, bo towarzyszy temu uzasadniona obawa o dalsze autonomiczne funkcjonowanie chorego w środowisku.

Piszę o tym, bo apatia i wycofanie, jakie pojawiają się w zachowaniu chorego, wiążą się właśnie z dysfunkcją tej pamięci. Pamięć o tym, JAK coś robić, jest nieświadoma i nie obciąża naszych szarych komórek na co dzień. Kiedy jednak ona zawodzi, osoba taka staje się totalnie bezradna wobec lejącej się wody z kranu (bo nie jest w stanie sobie przypomnieć, że trzeba ją zakręcić). Myślę, że takiej utraty elementarnej logiki i ładu, na jakim oparty jest otaczający świat, doświadcza osoba chora, co wywołuje w niej duży poziom lęku (podobny do tego, jaki musiałby odczuwać człowiek wybudzony ze śpiączki z poprzedniego stulecia). W takich przypadkach konsultacja i włączenie psychiatrycznej farmakoterapii wydaje się być najrozsądniejsze, gdyż obniży poziom lęku i napięcia.

W przebiegu choroby Alzheimerera pojawiają się objawy przyspieszonego starzenia, ale niekiedy też występują objawy typowo psychiatryczne – zarówno pozytywne (urojenia, halucynacje), jak i negatywne (wycofanie, apatia, smutek). Stąd trudno odmówić tej chorobie statusu cesarskości. W przypadku tej choroby jednak nie jesteśmy zupełnie bezradni.

Szczególnie w pierwszych fazach można opóźnić jej postęp np. poprzez dostarczanie takich doświadczeń, które wpłyną na tworzenie się nowych połączeń mózgowych. Jakkolwiek uważa się, że nowe komórki mózgowie w życiu dorosłym się nie namnażają, to jednak badania wykazują, że jest możliwe powstawanie nowych połączeń pomiędzy już istniejącymi komórkami. Dzięki temu można niwelować wpływ postępu choroby, tworząc tzw. rezerwę poznawczą. Takie myślenie o problemach pamięciowych znajduje odzwierciedlenie we współczesnych modelach tzw. sieci pamięciowych oraz praktyce klinicznej. Chodzi tutaj nie tylko o wzmacnianie kompetencji poprzez robienie zadań matematycznych czy rozwiązywanie krzyżówek, ale też i o oddziaływanie o charakterze społecznym. Nawet fizycznie zadbane dziecko umrze lub zostanie nieodwracalnie okaleczone (choroba sieroca), jeśli zostanie pozbawione uwagi prawdziwych ludzi. Stąd w przypadku występowania deficytów poznawczych, rozmowa w grupie ludzi będzie działać skuteczniej niż tylko kontakt z osobami w rodzinie lub z jednym opiekunem.



STOWARZYSZENIE „AZALIOWA”
OSTOJA W ŚRODOWISKU
LOKALNYM

PRZEKAŻ 1% PODATKU
KRS: 0000327454

Wesprzyj osoby chore na
Alzheimerera, Schizofrenię oraz
Rodziny potrzebujące Terapii



www.st-azaliowa.org.pl

Zalipie 17

telefon 22 499 12 42

Na nowej drodze wizerunku

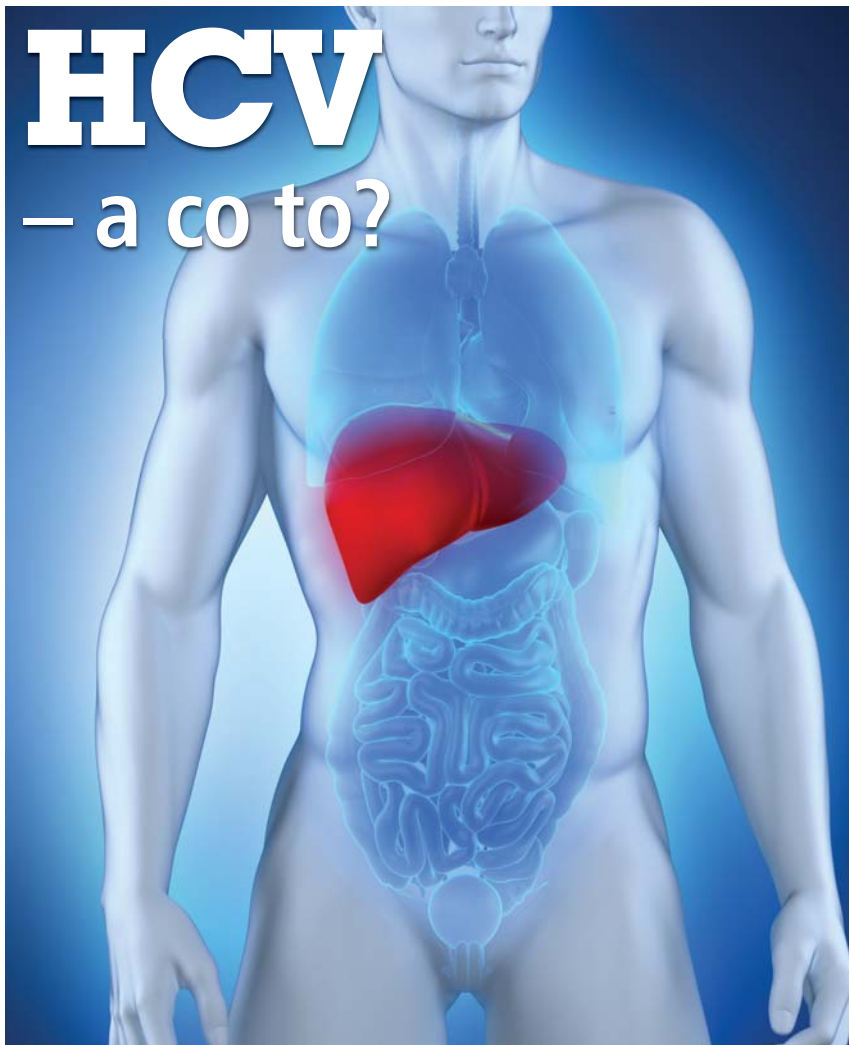


garnitur SPECIAL | koszula ARES | spinka do butonierki | spinki do koszuli | mucha CZARNA WĄSKA | poszetka BIAŁA

„ Panów młodych zapraszamy na ślubne stylizacje w salonach PAWO. Nasi Doradcy Wizerunku zadbają o najdrobniejszy szczegół. „

 **PAWO**[®]

www.pawo.pl



Z HCV zetknąłem się po raz pierwszy w 2008 roku, kiedy odebrałem dodatni wynik testu. Przez długi czas dokuczało mi przewlekłe zmęczenie, problemy z koncentracją i bóle stawów. Dopiero trzeci lekarz, do którego się udałem, wśród wielu badań zlecił również test anti-HCV.

SEBASTIAN GAWLIK
Założyciel bloga
www.hcvtoniewyrok.com

HCV (ang. Hepatitis C Virus) często w mediach określany jest, jako „cichy zabójca” czy „bomba z opóźnionym zapłonem”, ponieważ potrafi działać w ukryciu nawet przez ponad 20 lat. Tylko u około 20 proc. pacjentów pojawiają się objawy, które są nietypowe dla chorób wątroby np. przewlekłe zmęczenie, senność, zmiany skórne czy bóle stawów i mięśni. Zakażenie HCV w 80 proc. przypadków przechodzi w fazę przewlekłą powodując wirusowe zapalenie wątroby typu C. Choć wirus został odkryty w 1989 roku, to wielu Polaków po dziś dzień nie posiada o nim nawet podstawowej wiedzy. W badaniu

przeprowadzonym w 2014 roku na zlecenie Narodowego Instytutu Zdrowia tylko 28 proc. ankietowanych deklaroowało, że słyszało o HCV. Szacuje się, że w Polsce żyje około 220 tys. zakażonych, co obecnie stanowi jedno z największych problemów epidemiologicznych.

Lekarz, który zlecił mi badania, prócz skierowania mnie do poradni chorób zakaźnych, nie udzielił mi żadnych informacji o chorobie, co spotęgowało mój strach. Przed wizytą w poradni specjalistycznej, przez kilka miesięcy edukowałem mnie internet, w którym, jak się później okazało, przeczytałem wiele nieprawdziwych informacji o zakażeniu. Skłoniło mnie to do stworzenia miejsca (www.hcvtoniewyrok.com), w którym osoby będące w podobnej sytuacji do mojej znajdują rzetelne informacje o HCV. Jest

to szczególnie ważne gdyż, jak pokazują wyniki prowadzonej przeze mnie ankiety, wciąż wielu pacjentów boryka się ze stygmatyzacją, zwolnieniami z pracy czy odtrąceniem przez najbliższych, które wynikają z błędnych przekonań i niewiedzy społeczeństwa.

Jak się chronić przed HCV?

HCV przenosi się głównie przez kontakt z zakażoną krwią. Nie można się nim zakażać poprzez przytulanie, podanie ręki, kichanie czy pocałunek. Choć HCV nie jest zaliczane do chorób przenoszonych drogą płciową, osoby często zmieniające partnerów seksualnych, uprawiające seks bez zabezpieczenia, przede wszystkim seks analny, są w grupie ryzyka. Przeniesienie wirusa z zakażonej matki na nowonarodzone dziecko, jest niewielkie. Do zakażenia może dojść podczas wykonywania zabiegów źle wysterylizowanym sprzętem medycznym lub kosmetycznym, w trakcie których dochodzi do przerwania ciągłości skóry np. pobieranie krwi, zabiegi operacyjne, robienie tatuażu, zabiegi w gabinetach kosmetycznych czy zabiegi dentystyczne. Każda osoba, która poddawała się zabiegom medycznym, zabiegom kosmetycznym z użyciem cążek, nożyczek lub robiła sobie tatuaż, powinna wykonać test anti-HCV. Dodatni wynik tego testu nie przeświadcza jednak, że dana osoba jest zakażona, a jedynie o tym, że organizm miał styczność z wirusem. Lekarze szacują, że u około 15 do 50 proc. zakażonych dochodzi do samoeliminacji wirusa. Potwierdzić zakażenie można jedynie wykonując dalsze badania.

HCV – to się leczy!

Leczenie HCV w Polsce odbywa się w ramach programu lekowego i jest w 100 proc. refundowane przez państwo. Niestety okres oczekiwania na rozpoczęcie terapii, w niektórych ośrodkach, sięga nawet kilku lat. Leczenie w zależności od genotypu wirusa jest długotrwałe, a chorym podczas terapii, często, choć nie zawsze, towarzyszy szereg skutków ubocznych (przede wszystkim objawy grypopodobne, spadek masy ciała, brak apetytu, zmęczenie, drażliwość, wahanie nastroju, rzadziej również depresja i/lub wypadanie włosów). W ubiegłym roku nastąpił przełom w leczeniu HCV. Nowa generacja leków pozwala w trakcie trzymiesięcznej terapii, pozbyć się wirusa z organizmu pacjenta z niemal 100 proc. skutecznością. Dało to nową nadzieję na pełen powrót do zdrowia tym chorym, którzy nie mogli stosować starszych metod leczenia lub były one nieskuteczne. Bariera jednak są wysokie koszty nowej terapii, która w chwili obecnej nie jest refundowana. ■

Tworząc
Browar
Ninkasi
dzielimy się
naszą
wiedzą
i pasją
tworzenia
piwa

browar-ninkasi.pl
kontakt@browar-ninkasi.pl

Zapraszamy
do poznawania
próbowania
i delektowania



Piwo to jeden z najstarszych napojów alkoholowych wytwarzanych przez ludzi. Najstarszy znany zapis o produkcji piwa znaleziono na sumeryjskiej glinianej tabliczce datowanej na 4000 lat p.n.e. W cywilizacjach sumeryjskiej, babilońskiej i egipskiej piwo pełniło już niezwykle ważną rolę w życiu społeczeństw.

**BROWAR
NINKASI**

Sumeryjskimi browarnikami i procesem wytwarzania piwa, opiekowała się bogini Ninkasi – bogini "zaspokajania pragnienia i nasycania serc". My piwni pasjonaci, także postanowiliśmy się oddać w opiekę Ninkasi, patronki wszystkich piwowarów aby móc warzyć piwo dla wszystkich, którzy je uwielbiają oraz dla tych, którzy dopiero dzięki nam, je pokochają

DZIESIĘĆ MITÓW o Dubaju

Dubaj to miasto, które przez wielu Polaków wciąż czeka na odkrycie. Pociągająca egzotyka, odmienna kultura i zawrotne tempo rozwoju tego miejsca sprawiają, że wzbudza ono wśród wielu zaciekawienie, ale jest też źródłem niezweryfikowanych, krążących o nim mitów.

Dubaj i Zjednoczone Emiraty Arabskie stają się coraz częściej wybieranym kierunkiem wakacyjnym, ale też biznesowym. Jednak, zanim na miejscu zmierzmy się z rzeczywistością, często słyszymy zaskakujące nas, a nierzadko wzbudzające niepokój historie. A jak to wygląda naprawdę? Oto 10 najczęściej opowiadanych mitów o Dubaju.

Lampka szampana w Dubaju zakazana

Okazji do świętowania w Dubaju zdecydowanie nie brakuje. Jest to coraz popularniejsze miejsce biznesowych spotkań, jak i cel romantycznych wyjazdów z drugą połówką. Dubaj nocą tętni życiem – w większości barów, klubów i hoteli alkohol jest dostępny i bez obaw można wznieść niejedną toast.



Dubai Marina

Dubaj stwarza zagrożenie dla kobiet

Mit ten najlepiej weryfikują statystyki. Zjednoczone Emiraty Arabskie zajęły 1. miejsce pod względem społecznego szacunku do kobiet w światowym rankingu Social Progress Index, w którym zostały sklasyfikowane 132 kraje. Kobiety w Dubaju są nawet w pewnym stopniu uprzywilejowane, często mają pierwszeństwo w kolejkach w sklepach czy urzędach.

W Dubaju kobiety można rozpoznać jedynie po kolorze oczu

Kwestia zakrywania ciała w Dubaju jest poddyktowana wyłącznie religią. Wyznawczynie islamu noszą tradycyjne abaje, jednak strój spotykanych na ulicach Dubaju Europejki nie różni się od tego, który widywany jest w Londynie czy Paryżu. Bikini na plaży, letnia sukienka zakładana przed wyjściem na zakupy czy wygodne, idealne podczas zwiedzania miasta, szorty są jak najbardziej akceptowane. Odwiedzający Dubaj powinni starać się respektować lokalne tradycje i nie zakładać zbyt wyzywających strojów.

Temperatura w Dubaju odbiera komfort życia

Rzeczywiście, decydując się na wycieczkę do Dubaju w okresie od czerwca do września trzeba liczyć się z wysokimi temperaturami, jednak większość sklepów, środków transportu, restauracji, muzeów i innych atrakcji jest klimatyzowana. Można zatem znaleźć sposób na przyjemne spędzenie czasu. Wiele hotelowych basenów jest schładzanych, co czyni je idealnym schronieniem przed letnim słońcem. Ponadto będąc latem w Dubaju można na przykład pojeździć na... nartach w słynnym Ski Dubai, największym na świecie zadaszonym zimowym resorcie. Zima w Dubaju wygląda zdecydowanie inaczej niż w Polsce – średnie temperatury oscylują wokół 25 stopni.

Zanim udasz się do Dubaju, najpierw zarób pierwszy milion

Choć bogactwo w Dubaju widać na każdym kroku, to samo jego podziwianie nie musi pochłonąć życiowego dorobku. Ceny w Dubaju potrafią nawet pozytywnie zaskoczyć – przejazd taksówką jest około dwukrotnie tańszy niż w Polsce, a bilet wstępu do Muzeum Dubajskiego kosztuje ok. 2,5 zł.

Dubaj nie ma wyrazu

Dubaj niewątpliwie kojarzy się z wielokulturowością, co jest również jego zaletą. Wystarczy jednak zrobić krok poza nowoczesne dzielnice miasta, aby szybko przekonać się, na jakich fundamentach sto-



Zatoka Dubai Creek

ją dzisiejsze tamtejsze drapacze chmur. Spacerując ulicami Al Bastakija, historycznej dzielnicy Dubaju, podziwiać można tradycyjne dubajskie zabudowania. Chwili odpoczynku zaznać tam można w arabskiej kawiarni czy w sklepie z artystycznym rzemiosłem. Warto również odwiedzić gwarny, tętniący życiem targ w dzielnicy Deira.

Dubaj jest stolicą Zjednoczonych Emiratów Arabskich

Choć Dubaj niewątpliwie aspiruje do miana jednej ze światowych stolic mody, handlu i rozrywki, to jednak zdecydowanie nie jest stolicą ZEA. Dubaj to jeden z siedmiu emiratów tworzących państwo – ZEA, którego stolicą jest Abu Zabi, oddalone zaledwie dwie godziny drogi od centrum Dubaju.

Plażowanie i zakupy – to jedyne, co można robić w Dubaju

Czyste plaże i największe na świecie centrum handlowe – Dubai Mall – zdecydowanie zachęcają do korzystania ze swoich uroków, jednak Dubaj ma oprócz tego jeszcze wiele do zaoferowania. Rodzinne safari, pokaz fontann usytuowanych na sztucznym jeziorze o powierzchni 12 hektarów, przejażdżka „Abra”, wodną taksówką, po urokliwej zatoce The Creek czy podziwianie panoramy miasta z najwyższego wieżowca świata, Burdż Khalifa, to tylko niektóre z tamtejszych atrakcji.



Targowisko w Dubaju

Zorganizowanie wyjazdu do Dubaju jest skomplikowane

W marcu 2014 r. Zjednoczone Emiraty Arabskie zniosły obowiązek wizowy dla obywateli Polski, a więc jedyną „formalnością”, której należy dokonać przed wyjazdem, jest zakup biletów lotniczych i rezerwacja zakwaterowania w Dubaju.

W Dubaju „trzeba mieć oczy dookoła głowy”, bo przestępcy czyhają na każdym kroku

Będąc w Dubaju rzeczywiście warto „mieć oczy dookoła głowy”, bo liczba imponujących budynków sprawia, że trudno się na nie napatrzeć. Zwiedzając miasto nie trzeba się jednak martwić o swoje bezpieczeństwo, gdyż w ZEA wskaźnik przestępczości z użyciem przemocy jest najniższy na świecie.

Oprac. Red.

SUWALSZCZYZNA

– kraina jak baśń

W centralnej Polsce Suwalszczyzna kojarzy się z zimą, białymi niedźwiedziami i z historyczną batalią ekologów o Dolinę Rospudy. Rzut oka na tamtejsze pejzaże wyjaśnia, dlaczego miejscowi patrioci i ekolodzy zewsząd, jak lwyr walczyli o zachowanie naturalnego krajobrazu do dziś.

ANETA SIENICKA

Maciej Orłoś, znany prezydent telewizyjny, żartuje, że największym problemem Suwałk z perspektywy „Warszawki” są Mazury. Bliższe stolicy i do tego lepiej z nią skomunikowane, już w przedbiegach biją na głowę Suwalszczyznę.

– Jednak kto raz tu zawita na pewno wróci nie raz. Tak jak ja. Choć nadal bardziej Kocham Mazury – mówi Maciej Orłoś.

Prezentacja urzekły przede wszystkim krajobraz Suwalskiego Parku Krajobrazowego, Wigierskiego Parku Narodowego, Ziemi Sejneńskiej, Puszczy Augustowskiej w Dolinie rzeki Rospudy i okolic Biebrzańskiego Parku Narodowego.

Podróżnik Cezary Molski, który świat zjeździł wzdłuż i wszerz na rowerze, zwraca uwagę na możliwości Suwalszczyzny w zakresie aktywnego wypoczynku.

– Trójstyk granic Polski, Białorusi i Litwy jest niepowtarzalny na skalę europejską. Może mu dorównać chyba tylko granica belgijsko-luksembursko-holenderska – stwierdza Molski.

Ciekawe szlaki rowerowe to nie jedyna atrakcja Suwalszczyzny. Na pewno nie będą się tam nudzić miłośnicy wędkarstwa i spływów kajakowych na Czarnej Hańcy i Rospudzie, czy w odkrywanych dopiero nurtach Marychy lub Szeszupy.

Nie sposób ominąć Puńsk i powiat sejneński, najbardziej litewski z rejonów w Polsce.

Piotr Łukaszewicz zaprasza do wioski Oszkinie – Osady Jaćwiesko-Pruskiej. Wśród zrekonstruowanej budowli Jaćwingów i Prusów można nie tylko postrzelać z łuku, ale też skosztować tradycyjnych napitków.

– Zdecydowaliśmy się na promowanie Suwalszczyzny poprzez niezwykle Baśniowy Szlak, który wiedzie przez doliny Czarnej Hańcy, Rospudy i Szeszupy



– mówi Elżbieta Niedziejko, prezes Suwalskiej Izby Rolniczo-Turystycznej.

Szlak z siedmioma głównymi przystankami, bazuje na twórczości Marii Konopnickiej, legendach regionalnych i wątkach baśniowych. Każda z wiosek poświęcona jest innej tematyce, ma własne postaci patronów – przewodników, oddzielny pakiet gier, zabaw, animacji i sce-

nariuszy zajęć z dziećmi i młodzieżą. Pierwszym przystankiem na Baśniowym Szlaku jest Zaułek Krasnoludków przy Muzeum słynnej suwalczanki Marii Konopnickiej – w miejscu, gdzie poetka przyszła na świat i spędziła swoje dzieciństwo. Im dalej w las, tym ciekawiej. Wędrówka jest miłsza, gdy wiemy, że na końcu drogi zanurzymy się w miłej rozmowie przy ognisku lub zapomnimy się w tańcu przy ludowej muzyce tamtejszych „Przeoroślaków”.

Zapraszamy w podróż Baśniowym Szlakiem



Zaułek Krasnoludków w Suwałkach

W malowniczym ogrodzie, na zapleczu domu pisarki, niania Anusia, w dyskretnym towarzystwie Króla Błyska i jego świty, zabiorą nas w baśniowy świat w poszukiwaniu gąsek sierotki oraz skarbu króla krasnoludków. Nasi przewodnicy opowiedzą legendę o powstaniu Suwałk, zaproszą do wspólnej gry pionkami „olbrzymami”, pozwolą pokręcić się na karuzeli stylizowanej na te z epoki M. Kopnickiej. Potem przejrzymy się w niezwykłych lustrach i wsłuchamy w melodie kataryniarza, a na koniec miła niespodzianka i pamiątkowe zdjęcie na tronie królewskim.



Wioska Wesołych Wędrowców

Zaledwie kilka kilometrów od Suwałk mamy następny baśniowy przystanek – Wioskę Wesołych Wędrowców.

Znajdziemy tu: wiejskie zagrody, stragan pani Marcinowej, Kasiną Chatę, młyn wiatrowy, bociany i stadko owiec. Z Jankiem Wędrowniczkiem i krasnoludkiem Podziomkiem poznamy zagadki z życia wsi, sztukę wytwarzania mąki i łowienia ryb, dowiemy się także skąd wzięła się sieja na Suwalszczyźnie. W tajemnicze meteorologii wprowadzi nas największy na świecie termometr.

NOWA WIEŚ 9 k/Suwałk, przy Ośrodku "Maniówka",



Wioska Darów Lasu

Wędrując doliną Rospudy, przez Raczki i Dowspuďę, słynną z pałacu Pacy oraz przez królewskie miasto Augustów, w sercu Puszczy Augustowskiej odkryjemy Wioskę Darów Lasu.

Tutaj Jagodowy Król i krasnoludek Modraczek pomogą odszukać rodzinę łośi i policzyć borsuki, opowiedzą też wzruszającą legendę o miejscowym kamieniu. W Jagodowym Borze, jagodową ścieżką dotrzemy do pajęczych sieci, a potem natrafimy na mrówczy kopiec z mrówkami olbrzymami. Nie lada sztuką w tej

piaszczystej krainie będzie znalezienie wody. Bardzo pomocna okaże się budowla wodna – co to takiego, musimy odkryć i doświadczyć sami.

KOPIEC 7, gm. Sztabin k/Augustowa, „Janewiczówka”,



Wioska Dwóch Mistrzów

Kolejnym przystankiem na szlaku jest Puńsk – polska stolica Litwinów i Wioska Dwóch Mistrzów, z których „jeden włada literami, drugi moc ma nad dźwiękami”.

Tutaj poznamy przejmującą legendę o królowej jezior „Pięknej Jegli i wężu Żalysie”. Nadworny pisarz królestwa krasnoludków – Koszałek Opałek poprowadzi nas przez Labirynt Języków, Aleję Słów i na Polanę Rozmów, a w towarzystwie świerszcza Sarabandy poznamy tańce i kulturę sąsiedzkich narodów i spróbujemy gry na wybranym instrumencie w muzycznej jurcie.

PUŃSK, ul. Szkolna 67, przy skansenie za karczmą,



Wioska Dwóch Mistrzów



Wioska Zapomnianych Wojów

Kolejne przygody czekają nas w Bakałarzewie, w dolinie Rospudy, gdzie poznamy historię pradawnego, walecznego ludu Jaćwingów.

Tutaj Mikuła i Pakuła – rycerze króla Błystka z krasnoludkiem Pietrzykiem wydadzą komendę: „Wszyscy w drogę wyruszają, Jaćwingowie już czekają!”. Oj, niełatwa to będzie wędrówka z przejściem linowym i norą złodzieja pereł. Jeśli komuś uda się dostać do grodziska jaćwieskiego – pozna zapewne miejscową legendę „Stary Skazdub” i może spotka wielkiego, jaćwieskiego wodza Skomanda.

BAKAŁARZEWO, ul. Młyńska 11, przy Gminnej Bibliotece Publicznej,



Dolina Przygód nad Szeszupą

Dolina Przygód nad Szeszupą – tajemnicza kraina rzek i jezior. W przemierzeniu oryginalnej trasy, z torem przeszkód i ścieżką zdrowia, pomocny nam będzie krasnoludek Sikorek.

Z nim wykonamy niełatwe zadania, poznamy zwyczaje ptaków, dzika, łosia, bobra, zającą i staniemy oko w oko z mamutem zamieszkującym niegdyś te tereny. A na koniec wsłuchamy się w przemijającą legendę o duszy pokutującej w postaci wilka, którego przed wieloma laty można było spotkać nad Szeszupą.

RUTKA-TARTAK, ul. 3 Maja, zakole rzeki Szeszupy przy moście,



Miasteczko Sekretnych Uliczek

Podczas naszej wędrówki Baśniowym Szlakiem zawitamy do Sejn – małego miasteczka nad rzeką Marychą. Znajdziemy tu ciekawe ślady wielokulturowości tych ziem – dawną synagogę i dom talmudyczny, a także piękną bazylikę i dawny klasztor dominikanów.

Patroni wioski – dziadek i krasnoludek Krężolek – paż króla Błystka, zaprowadzą nas do domów: starowiera bednarza, litewskiego piekarza, polskiego szewca i żydowskiego krawca. Poznamy też ich świątynie: bazylikę, synagogę, molenę i zbór oraz legendę o powstaniu Sejn. Potem udamy się do piaskowej budowli nad tajemniczą rzeką. W każdym z tych miejsc czekają nas zadania do wykonania i niezwykle przygody...

SEJNY, ul. Konarskiego 23A, przy stacji miejskiej



Wioska Zapomnianych Wojów



Miasteczko Sekretnych Uliczek



KREGLICCY CATERING

Wnosimy wiele dobrego



fot. Mikołaj Grynberg

*Chianti El Popo
Opasły Tom PIW-u Forteca*

Chianti, El Popo, Forteca,
Meltemi, Santorini, Opasły Tom,
Arkady Kubickiego,
Klub Bankowca.

www.kregliccy.pl

tel. 22 826 01 09
ul. Foksal 17, 00-372 Warszawa



KREGLICCY
restauracje i catering

*Meltemi Santorini
Piata Cwiartka*



Laureaci programu

Wielka Gala „PRZEDSIĘBIORSTWO FAIR PLAY” 2014

12 grudnia 2014 r. w EXPO XXI w Warszawie odbyło się uroczyste ogłoszenie wyników XVII edycji programu „Przedsiębiorstwo Fair Play” oraz wręczenie nagród Laureatom tytułu „Przedsiębiorstwo Fair Play” 2014.

Do tegorocznej, XVII edycji programu, zgłosiło się 419 firm z całej Polski, spośród których 393 przeszły dwustopniową weryfikację i spełniając wymagania regulaminowe, decyzją Kapituły Programu, uzyskały tytuł i certyfikat „Przedsiębiorstwo Fair Play” 2014.

Przyznano również 15 nagród głównych, 14 nominacji do nagrody głównej, 1 nagrodę „Debiut Fair Play” 2014, 7 wyróżnień za szczególną działalność proekologiczną, 29 tytułów „Ambasador Fair Play w Biznesie”, 16 Diamentowych Statuetek, 21 Platynowych Statuetek, 34 Platynowe Laury, 45 Złotych Laurów, 21 Srebrnych Laurów, 26 Brązowych Laurów, 36 Złotych Statuetek, 14 Złotych Certyfikatów.

Wieczór poprowadziła i jednocześnie uświetniła swoim występem wraz z zespołem, Katarzyna Skrzynecka. ■



Katarzyna Skrzynecka

25 LAT Krajowej Izby Gospodarczej

„Doświadczenie zmienia perspektywę” to hasło uroczystości z okazji 25-lecia istnienia Krajowej Izby Gospodarczej. Jubileuszowa Debata Gospodarcza odbyła się 19 lutego 2015 r.

W wydarzeniu wzięli udział prezydent Bronisław Komorowski, wicepremier Janusz Piechociński, byli prezydenci: Lech Wałęsa i Aleksander Kwaśniewski, marszałek senatu Bogdan Borusewicz, Prezes NBP Marek Belka i wielu innych przedstawicieli świata polityki, biznesu i mediów. Gościem specjalnym wydarzenia był premier Węgier Viktor Orbán.

Głównym punktem uroczystości 25-lecia KIG, która odbyła się w Ufficio Primo w Warszawie, była debata gospodarcza z udziałem Ryszarda Florka, Michała Słowowa, Tomasza Misiaka, Bartosza Drabikowskiego oraz Adama Górala. Debatający ocenili 25-lecie z perspektywy osób, które odniosły sukces gospodarczy w wolnej Polsce, spierali się, czy klucz do sukcesu zależy od własnej woli, czy też od możliwości, jakie stwarza np. państwo. Podjęli również próbę odpowiedzi na pytanie, jak się bogacić, by wzbogacić Polskę.

W trakcie wydarzenia podpisano dwa ważne dokumenty. Pierwszy z nich: oświadczenie z okazji 25-lecia transformacji, sygnowane przez przedstawicieli najważniejszych organizacji pracodawców i przedsiębiorców. Zawiera ono postulaty, których celem jest zmiana przepisów prawa podatkowego i inwestycyjnego, a także wzmocnienie polskiej klasy średniej. Drugi: „Pakt dla Innowacji”, którego sygnatariuszami są: Ministerstwo Gospodarki, Polski Instytut Technologii, Krajowa Izba Gospodarcza i Narodowe Centrum Badań i Rozwoju, zawiera przede wszystkim działania na rzecz praktycznej realizacji planów osiągnięcia pułapu 2 proc. PKB GERD wydatków na badania i rozwój.

Podczas gali przyznane zostały specjalne odznaczenia – „Złote Parasole” za wybitne osiągnięcia na rzecz demokracji i wolności gospodarczej dla Marszałka Senatu RP Bogdana Borusewicza, a także za wybitne osiągnięcia na rzecz rozwoju gospodarki Węgier i budowy klasy średniej dla Viktora Orbána.

W ramach obchodów 25-lecia Krajowa Izba Gospodarcza planuje organizację kolejnych wydarzeń biznesowych, m.in. VI edycji Kongresu Innowacyjnej Gospodarki oraz V edycji Forum Młodych Przedsiębiorców. Będą się one odbywały pod hasłem budowy wzrostu gospodarczego w oparciu o kapitał społeczny. ■



Byli minister gospodarki, Janusz Steinhoff, były prezydent Aleksander Kwaśniewski i prezes KIG, Andrzej Arendarski



Wystąpienie prezesa Krajowej Izby Gospodarczej, Andrzeja Arendarskiego



Prezydent Bronisław Komorowski i Andrzej Arendarski

SZTUKA

wśród przedsiębiorców

Grudniowy wernisaż malarstwa i rzeźby sztuki nowoczesnej, zapoczątkował cykl wystaw w ramach Akademii Kultury i Sztuki Klubu Integracji Europejskiej.

Na bliskie spotkanie przedsiębiorców z malarstwem kilkunastu artystów, w tym niezwykłego już Krzysztofa Wojtarowicza, ale też wciąż tworzących m. in.: Iwony Ostrowskiej, Marka Ałaszewskiego, Anny Dziopak, Janusza Lewandowskiego, Grzegorza Ratajczyka i Tadeusza Serafina, zaproszono do siedziby organizatora, a jednocześnie Krajowej Izby Gospodarczej na ul. Trębacką 4. Oprócz obrazów, można było podziwiać również grafikę Janusza Golika oraz rzeźby Piotra Rzczekowskiego. ■



Niezwykły akt pędzla Krzysztofa Wojtarowicza



Krajobraz miejski w oczach Jerzego Boberskiego

„MODA NA TOLERANCJĘ”

VI edycja Wieczorku Stylu

29 stycznia 2015 roku w restauracji La Maison w Warszawie, przy ulicy Chłodnej 15, odbyło się kolejne spotkanie w ramach cyklu „Wieczorek Stylu”.

Podczas poprowadzonego przez Ryszarda Rembiszewskiego wieczoru, odbył się wernisaż aukcyjny fotografii Michała Czajki. Kwota pozyskana ze sprzedaży fotografii z autografami uczestników sesji, m.in. Krystyny Mazurówny, Ilony Feliciańskiej i Joanny Majstrak, została przeznaczona dla fundacji Katarzyny Czajki, Miss po 50ce.

Głównym punktem programu było rozdanie statuetek „Brylanty Tolerancji”. Za wkład w propagowanie idei tolerancji nagrodę otrzymali m.in.: Krystyna Mazurówna, Ilona Feliciańska, Joanna Majstrak, Dariusz Michalczewski, Krzysztof Buczyński i Mirka Makuchowska.

Podczas imprezy odbył się też pokaz mody młodego, zdolnego projektanta, Grzegorza Kaszubskiego, oraz znanej włoskiej marki odzieżowej Luisa Spa-



Krzysztof Jończyk, wiceprezes Klubu Integracji Europejskiej odbiera „Brylant Tolerancji”

gnoli. O makijaż modelek zadbała marka kosmetyczna Just Wear Cosmetic New York, a o fryzury salon FreeStyle. W trakcie imprezy można było zasięgnąć porad specjalistów tych marek.

Wieczór uświetnił występ znakomitych wokalistów: występującej na scenach Berlina Beaty Fesser oraz nowojorskiego

charyzmatycznego wokalisty Nicka Sinclera.

Ponadto podczas wieczoru zaprezentował swoje obrazy i książkę „Trudna droga Vikinga” - Krzysztof Buczyński, Vice Mistrz Świata w Karate. Pierwszy człowiek na świecie, który przepłynął kajakiem Bałtyk ze Szwecji do Polski, a także artysta malarz, pisarz i poeta.

Projekt zakłada realizację sesji zdjęciowych promujących kampanię społeczną, której celem jest poszerzenie wiedzy społeczeństwa poprzez propagowanie tolerancji, akceptacji miłości i wolności, a także odrzucenie homofobii, rasizmu, braku tolerancji dla osób niepełnosprawnych czy wyznawców różnych religii. Na Wieczorek Stylu „Moda na Tolerancję” zapraszani są przedstawiciele świata kultury i sztuki, nauki, mody oraz dyplomacji. ■

GWIAZDY na Gwiazdkę



Karolina Zielińska i Jolanta Mrotek

Gala Gwiazd na Gwiazdkę odbyła się w hotelu Holiday Inn Warszawa Józefów, a przyświecał jej szlachetny cel. Dochód z wydarzenia przeznaczono na fundację „Matki i Dziecka” działającą przy Centrum Zdrowia Dziecka oraz fundację „Koocham”. Popularne aktorki wzięły udział w pokazie Karoliny Zielińskiej z Carli oraz firmy Makalu. Znani panowie prezentowali garnitury Normana. Całości dopełniły buty Conhpol i torebki Gawor Collection. Wieczór prowadzili prezes Klinik La Perla Kalina Ben Sira, znana z programu "Beauty Inspector" i Wojciech Majchrzak. Imprezę wsparły dwie znakomite kliniki – Wolmed dr. S. Wolniaka i MML dr Michała Michalika. Było radośnie, ale i wzruszająco. ■



Magdalena Waligórska

LA PERLA w krakowskim Holiday Inn

Otwarcie centrum konferencyjnego hotelu Holiday Inn w Krakowie połączono z otwarciem kolejnej, ósmej już placówki sieci klinik La Perla. Hotel gościł wiele gwiazd, które wzięły także udział w pokazie mody. Małgorzata Pieńkowska, Ewa Pacuła, Sylwia Wysocka, Karolina Szostak, Karina Kunkiewicz, Katarzyna Ankudowicz, Olga Borys, Magda Waligórska i Agnieszka Wosińska zaprezentowały kolekcje Karoliny Zielińskiej, ubrania butików Motive&More oraz Plicha. Pierwszego dnia kolację gościom umilała swoim śpiewem Jolanta Mrotek, a podczas galowego wieczoru uwiodła wszystkich swym pięknym głosem diwa scen operowych, Anna Cymermann. ■



Ewa Pacuła oraz właściciele Holiday Inn – Henryk Kuśnierz i Marek Fidelus



Małgorzata Pieńkowska w sukni Plicha

CHARYTATYWNA choinka



Dorota Kamińska z partnerem

Jak co roku, w hotelu Sheraton odbyła się choinka rotariańska, klubu Rotary City Warszawa, z której dochód w całości przeznaczono na cele charytatywne. Popularne aktorki i aktorzy wzięli udział w pokazie mody Laponette i Normana. Z licytacji pióra pani prezydentowej Anny Komorowskiej, fotografii Janusza Gajosa, sukienek marki La Metamorphose, Arkadiusza Taraski, Makalu i Cateriny, specjalnie zaprojektowanych na tę okazję, a także z dwóch loterii zebrano spore fundusze. Środki te zostały przeznaczone głównie na stypendia młodzieży polskojęzycznej zza wschodniej granicy, która podjęła studia w naszym kraju. ■



Prowadząca wieczór Kalina Ben Sira, w towarzystwie Olgi Borys i Wojciecha Majchrzaka

TRZY KOŁORY KRAJEWSKICH

Po raz pierwszy w Edynburgu odbył się show cenionych artystów z polskiego świata mody, Ewy i Piotra Krajewskich, pary kontrowersyjnych projektantów, którzy na zaproszenie PANGEA Magazine wprowadzili gości w teatralny świat sztuki metafizycznej.



Artysta podczas tworzenia

Duet Krajewskich od lat stopniowo przeobraża polską scenę modową. Ich fashion show skupia się na kompilacji mody z innymi dziedzinami sztuki. Charakterystycznym elementem ich pokazów są performance Piotra.

Wydarzenie projektanci dedykowali Demisowi Roussosowi. Przy dźwiękach House Of The Rising Sun artysta spontanicznie tworzył malarstwem gestu, jednocześnie na płótnie i sukni modelki, abstrakcje kolorystyczne. Efekt końcowy zaskoczył nie tylko autora, ale i zgromadzonych widzów – gdyż w powstałej kompozycji barw goście dopatrzili się portretu samego Demisa Roussosa. Historia na miarę prawdziwej legendy – duch

muzyka nie tylko był obecny w sercach artystów, ale i „objawił się” na powstałym obrazie.

Tuż po pokazie, w atmosferze kontemplacji i skupienia, na scenę weszła spowita welonem Czarna Wdowa – zjawiskowa Maja Plich, modelka i muza projektantów. Podczas pierwszej części pokazu królowała czerń – symbol żałoby, ale i klasycznej elegancji. Następnie wybieg rozświetliła kontrastowa biel – kolor czystości i wiary, iluminując mrok iskierką nadziei. W ostatniej tercji modelki triumfalnie zaprezentowały czerwień – kolor miłości. Gorący odcień kreacji poruszył serca widzów.

Koncepcją show było odwrócenie kolei rzeczy: pokazanie jak śmierć odchodzi,

pokonana siłą nadziei i miłości. Poszczególne etapy pokazu wyróżniał kontrast między momentami kontemplacyjnej ciszy, a mocnymi dźwiękami muzyki. Motyw autentyczności ludzkich doświadczeń przewijał się przez całe show. Balansowano na cienkiej granicy między światłem a cieniem, harmonią a rozdziwieniem.

Modelki zaprezentowały kolekcję „Artistic Summer of Krajewscy”. Kreacje podkreślające kobiece kształty, biżuterijne zdobienia w odważnej wersji to propozycja dla tych pań, które lubią czuć się zmysłowo i wyróżniać się z tłumu. ■

PORUSZENIE

26 lutego 2015 roku w Galerii Quantum, w Domu Artysty Plastyka, w Warszawie odbył się wernisaż wystawy malarstwa Piotra Krajewskiego pt. „Poruszenie”.



Krajewscy w towarzystwie swoich gości: Ryszarda Rembiszewskiego i Krzysztofa Rutkowskiego z partnerką Mają Plich

Głównym punktem wieczoru był performance artysty pt. „Plotka”, czyli ukrzyżowanie m.in. portali plotkarskich i symboliczne zamknięcie ust wszystkim, którzy rozsiewają nieprawdziwe informacje.

Performance rozpoczął się wniesieniem i instalacją dwóch najważniejszych dla artysty dzieł: „Całunu Krajewskiego” oraz „Wstydlivej Relikwii”. Wydarzenie wywołało duże poruszenie wśród gości wernisażu, pośród których byli, m.in.: Maja Plich i Krzysztof Rutkowski, Ryszard Rembiszewski, Marcin Janos Krawczyk oraz Kamil Bednarek.

Wieczór uroczyste otworzyła Prezes Okręgu Warszawskiego Związku Artystów Plastyków – Bożena Leszczyńska, a o artyście i jego sztuce opowiedziała Magda-



Eksponat z performace artysty

lena Woźniak – redaktor naczelna Art Imperium.

„Piotr Krajewski poprzez action painting/ malarstwo gestu – tworzy ekspresyjne obrazy abstrakcyjne. W oddziaływaniu na percepcję odbiorców barwami, rządzi u niego kolor, który z definicji jest złudzeniem optycznym zależnym od o-

czenia i światła, oraz budowane na poziomie wrażenia zmysłowego emocje. Powstałe w procesie twórczym struktury i graniczące ze sobą lub mieszające się barwy niemalże prowokują do odtworzenia każdego ruchu i użytych środków. Wybija się ponad tasyzm, gdy odchodzi od pędzli i szpachelek, rozwija dripping, a używając modelek jako „szlachetnego narzędzia”, zmysłowo operuje na płótnie. Wychodzi także ponad abstrakcję tęsknotą za formą, która przejawia się w niektórych pracach artysty.” – Magdalena Woźniak, Art Imperium. ■



Debiutantki drugiej edycji wraz z twórczynią programu - Agnieszką Michalczyk

„PIĘKNO WEWNĘTRZNE jest nieśmiertelne”

17 stycznia 2015 o godz. 19.00 w Oranżerii Muzeum Pałacu w Wilanowie odbył się uroczysty Bal Debiutantek drugiej edycji programu „Debiutantki”, któremu od początku patronuje Klub Integracji Europejskiej.

Bal Debiutantek jest ostatnim wydarzeniem trwającego ponad rok programu edukacyjno-charytatywnego „Debiutantki”, autorstwa Agnieszki Michalczyk, przeznaczonego dla dziewcząt z całej Polski w wieku 18-24 lat. Celem „Debiutantek” jest wyedukowanie młodych, otwartych kobiet, które działają dla dobra całego społeczeństwa poprzez swoją świadomą postawę. Debiutantki zorganizowały do tej pory różnorodne, cykliczne akcje charytatywne: Kochaj zwierzątka (zbiórka karmy i adopcja porzuconych czworonogów), Młodość dla doświadczenia (aukcje obrazów i porcelany na rzecz Domu Aktora w Skolimowie), wspólnie z Zespołem Pieśni i Tańca Uniwersytetu Warszawskiego „Warszawianka” Podaj serce (akcja na rzecz ludzi chorych na stwardnienie rozsiane).

Co roku wystawiają również epokowe widowisko modowe na dziedzińcu Pa-



Tancerze ZPiT UW „Warszawianka” i Debiutantki

łacu w Wilanowie, w czasie Nocy Muzeów. „Debiutantki” to jedyny w Polsce tego rodzaju program. Propaguje przedwojenne wartości, zasady międzynarodowego savoir-vivre’u oraz polskiej tradycyjnej obyczajowości.

Na Balu Debiutantek honorowymi gośćmi są znani aktorzy, muzycy, politycy, a także przedstawiciele dyplomacji. Po Balu Debiutantek w Wilanowie, wybrani



Tatiana Sosna-Sarno, Iwo Orłowski, Małgorzata Potocka i Jerzy Gruza

Debiutanci jadą w lutym na Opernball do Wiednia, najważniejszy Bal Debiutantów na świecie, który ma prawie 200 letnią historię. Dobroczyńcą Balu Debiutantek 2015 byli: Friedrich Wilhelm Raiffeisen Bankowość Prywatna, Madonna i Dyplomata, zaś wśród partnerów tego wyjątkowego wydarzenia znalazły się m.in.: Wypożyczalnia Gastronomiczna Gastro Magic Service, Anlaya Day Spa, Restauracja Florian, Mokobody Zakłady Mięsne, Krzyształ Jacek Stenzel. ■

WALENTYNKOWY BAL

W Walentynowy wieczór, 14 lutego 2015r., odbyła się VIII Charytatywna Gala Przyjaciół Fundacji Lekarskiej Pro Seniore, którą Honorowym Patronatem po raz czwarty objęła małżonka prezydenta RP, Anna Komorowska.



Prowadzący wieczór Dominika Matuszak i Jacek Borkowski



Goście gali

Każdy bal organizowany przez Fundację jest na swój sposób jedyny i niepowtarzalny. W tym roku również było wyjątkowo, bowiem po raz pierwszy, bal odbył się w Hotelu DoubleTree by Hilton.

Imprezę rozpoczęło wręczenie wyróżnień za szczególne zasługi na rzecz Fundacji. Pan Sylwester Cerański, Prezes firmy Mokpol, został uhonorowany statuetką Benevolenti – „Łaskawcy życzliwemu” za wspieranie wszystkich inicjatyw Okręgowej Izby Lekarskiej, dotyczących pomocy ludziom potrzebującym. Honory czynili razem: prezes Fundacji Lekarskiej Pro Seniore, pan Andrzej Surowiecki, oraz prezes Okręgowej Rady Lekarskiej, pan Andrzej Sawoni.



Występ kwartetu smyczkowego Red Heels



Mika Urbaniak w duecie z Victorem Daviesem

Tegoroczną imprezę poprowadził niezawodny Jacek Borkowski w towarzystwie Dominiki Matuszak. Wieczór pełen wrażeń zapewnili znakomici goście: Mika Urbaniak w duecie z Victorem Daviesem, szalony żeński kwartet smyczkowy Red Heels, który rozgrzał uczestników balu oraz profesjonalści w każdym calu Cover Band House of Music. O taneczne rytmy do samego rana zadbał Dj Woncky.

Należy pamiętać, że głównym celem balu, prócz wspaniałej zabawy w gronie przyjaciół, jest zbieranie środków na cele statutowe Fundacji, czyli pomoc schorowanym i niepełnosprawnym lekarzom. Tradycyjnie odbyła się licytacja dzieł sztuki ufundowanych przez przyjaciół Fundacji oraz loteria fantowa. Jak zwykle, nie zabrakło darczyńców o wielkich sercach. ■

U honorowano **NAJLEPSZYCH**

Mamy się czym szcycić. Polskie przedsiębiorstwa, mimo kryzysu, radzą sobie coraz lepiej. Najlepsze z nich już po raz piąty zostały uhonorowane specjalnymi wyróżnieniami przez Centralne Biuro Certyfikacji Krajowej. Jakie podmioty, produkty i usługi znalazły się w gronie laureatów?

Gala Finałowa Konkursów Branżowych Centralnego Biura Certyfikacji Krajowej odbyła się 12 lutego w Sheraton Warsaw Hotel. Imprezę, na której pojawili się przedstawiciele ponad 50 nagrodzonych firm i produktów, poprowadzili: aktorka Katarzyna Cichopek oraz koordynator programowy CBCK Przemysław Szulczewski.

Statuetki i Certyfikaty wręczano w kilku kategoriach. Godło Polish Exclusive 2014 otrzymały firmy, których produkty i usługi spełniają najwyższe standardy w Polsce. Godło Hit Konsumenta, jako potwierdzenie mocnej pozycji na rynku, przyznano produktom o najwyższym

stopniu rozpoznawalności i popularności marki. Medalami Polskiej Przedsiębiorczości uhonorowano firmy, które aktywnie przyczyniają się do rozwoju gospodarczego kraju. Nagrodzono również laureatów Ogólnopolskiego Programu Instytucje i Produkty Finansowe Roku 2014, wręczając Złote, Srebrne i Miedziane Certyfikaty w kategoriach Bank Spółdzielczy Roku 2014 (statuetki wręczyła Barbara Jończyk, prezes Klubu Integracji Europejskiej) oraz Produkt Finansowy Roku 2014. Wyróżniono również silne i przedsiębiorcze kobiety biznesu, którym przyznano statuetki Business Woman Roku 2014.



Prowadzący Galę Przemysław Szulczewski i Katarzyna Cichopek, prezes Vistula Bank Spółdzielczy Joanna Łukasiak-Malicka oraz Laureatki Business Woman 2014

– Sukces wszystkich Laureatów mógł stać się faktem tylko dzięki konsekwencji, kreatywności i umiejętności wykorzystywania szans, jakie niesie ze sobą coraz trudniejszy rynek. Statuetki i Certyfikaty to uhonorowanie ciężkiej codziennej pracy polskich przedsiębiorców – podsumował Marcin Andrzejewski, Dyrektor Programy Centralnego Biura Certyfikacji Krajowej.

Wieczór umilił występ duetu Agnieszka i Andrzej Sowa Duo Amor oraz Michał Kuczyński, znany z programu „Must be The Music”.

SZEPTY Janusza Lewandowskiego

Druga wystawa organizowana w ramach Akademii Kultury i Sztuki Klubu Integracji Europejskiej odbyła się 12 marca.



Grzegorz Pytlak podczas występu



Janusz Lewandowski



Goście wystawy

Wystawie prac malarstwa niezwyklej i tajemniczych pejzaży autorstwa Janusza Lewandowskiego towarzyszył występ skrzypcowy Grzegorza Pytlaka. Lampkę wina zapewnił dystrybutor win portugalskich Atlantika, piwem natomiast częstował browar Ninkasi. O pyszny catering zadbała restauracja Dzik Malina. Kuratorem wystawy była Krystyna Zbylut.



Benefis

ROMANA KŁOSOWSKIEGO

Maliniak z serialu „Czterdziestolatek” obchodził swoje święto w gronie przyjaciół, znakomitych polskich aktorów, którzy obsypali go artystycznymi prezentami w postaci piosenek, monologów i wierszy.

LAURA ŁĄCZ

To był naprawdę wyjątkowy, niezapomniany wieczór, a właściwie spektakl teatralny. Wyjątkowy, bo ostatnio bardzo rzadko się zdarza, by tylu znakomitych polskich aktorów spotkało się na jednej scenie, a jednocześnie na widowni. Widzami byli bowiem wielcy mistrzowie teatru i filmu z Ignacym Gogolewskim i Ewą Wiśniewską na czele, młodzi studenci Akademii Teatralnej oraz teatromani, którzy po prostu kupili bilety w kasie teatru.

Młodzież zaproszona została przez inicjatorkę tego wydarzenia, prof. Jagodę Opalińską, która wykłada w Akademii Teatralnej i napisała arcyciekawą książkę o bohaterze wieczoru, świetnym aktorze Romanie Kłosowskim.

Znany szerokiej widowni telewizyjnej, głównie z roli Maliniaka w serialu „Czterdziestolatek”, podczas tego wieczoru przypomniany został przez kolegów aktorów również jako wielki odtwórca ról teatralnych, chociażby Ryszarda III, czy niezapomnianego wojaka Szwejka, którą to postać odtwarzał z wielkim powodzeniem kilkakrotnie na różnych etapach pracy zawodowej.



Emilia Krakowska



Występ zespołu „Śląsk”

Wszyscy przyjaciele przyszli oczywiście z prezentami w postaci... występów – piosenek, monologów, wierszy. Wystąpili więc: Emilia Krakowska, Teresa Lipowska, Justyna Sieńczyłło, Emilian Kamiński, Henryk Talar, Bogdan Łazuka i wielu innych artystów, którzy przyjechali nawet specjalnie na uroczystość z miast, w których pan Kłosowski pracował jako aktor, reżyser i dyrektor teatru.

Cały spektakl, według scenariusza Jagody Opalińskiej, prowadziła Laura Łącz, która również wręczyła swój prezent w postaci piosenki. Prowadząca jednak przede wszystkim starała się wspierać mistrza, pozostając z nim cały czas na scenie, gdyż był ogromnie podekscytowany, przejęty i wzruszony tak intensywnym przebiegiem całej uroczystości.

Wisienką na tym torcie był niewątpliwie przepiękny występ zespołu „Śląsk”, który na zakończenie zaśpiewał słynne przeboje ze swojego wyjątkowego repertuaru.

Po spektaklu aktor i autorka podpisali książkę, którą naprawdę czyta się jednym tchem.

Lektura obowiązkowa! ■

„POSTRZEGANIE” Marcina Painty

19 marca 2015 r. w Kartonovni – Centrum Sztuki w Warszawie odbyło się uroczyste otwarcie wystawy malarstwa Marcina Painty pt. Postrzeżanie. Ekspozycja została zorganizowana tytułem GRAND PRIX Konkursu – MUZA 2014. Wernisaż był premierową odsłoną najnowszych prac Painty oraz toreb unisex z kolekcji Mima bags z jego obrazami.

Podczas wystawy oglądać można obrazy z cyklu Europa, Europa i Oni - pełne koloru i silnych kontrastów, gdzie człowiek gra rolę pierwszoplanową, gdzie groteskowo łączą się różne elementy dekoracyjne, a obrazy kipią od śmiałych zderzeń kolorystycznych. Na wystawie zobaczymy również obrazy w czerni i bieli z cyklu Don't be a square – Black White – choć monochromatyczne, to pełne bogatego ornamentu, tak znanego z prac artysty.

Zaprezentowanymi dziełami artysta ewidentnie potwierdził, że ta wyjątkowa nagroda była mu słusznie przyznana, a wśród licznie zebranych gości dyskusje o jego twórczości - interpretacje nie miały końca.

Honorowy patronat nad wystawą objął Burmistrz Miasta Kalety, rodzinnego miasta artysty, pan Klaudiusz Kandzia, a partnerami wystawy są: Kartonovnia – Centrum Sztuki, Mima bags – Maciej Muszyński, Galeria Sztuki ED-Wall Art, Kruliq Wine & Art, Młodzi Sztuką, VINATI – Mariusz Żółkiewka, Fundacja Dumni Polską. ■



Bohater wieczoru, Marcin Painta w towarzystwie modelki, Anny Piszczalki



Iliana Feliciańska, ambasadorka Mima Bags



Artystka Katarzyna Czajka, malarka Anna Sobol i miłośniczka sztuki, Krystyna Zbylut

NIEZWYKŁE SPOTKANIE

po 50ce

Fundacja Miss po 50ce, organizator II edycji Konkursu Miss po 50ce, (aktywizującego społecznie i zawodowo) do końca kwietnia prowadzi nabór uczestniczek w kraju i za granicą.



Jeden z występów artystycznych

Jak ważny jest to konkurs i jak wiele dobrego czyni dla samych uczestniczek można było przekonać się 22 marca br. na „Spotkaniu literacko muzycznym po pięćdziesiątce”, które odbyło się w Galerii Czajka. Fundacja Miss

po 50ce dzięki współfinansowaniu z Urzędu Miasta Stołecznego Warszawa wraz ze sponsorami i wolontariuszami sprawiła, że drugi dzień wiosny stał się bardzo radosny.

Spotkanie rozpoczęło się prezentacją „ożywionej” instalacji manekinów autorstwa Katarzyny Czajka przy muzyce Carla Orffa. Manekiny symbolizują samotność i bezradność człowieka w tłumie i to jak ważne jest, abyśmy działali razem, wspierali się. Tak też się stało, bowiem ambasadorki Miss po 50ce wraz ze swoimi córkami i Miss przez cały dzień były poddawane zabiegom specjalistów. Grzegorz Duży stylistą Shake Your Head zadbał o ich fryzury, Megi Holly i Beata Klus za-

dbały o makijaż. Panie ubrane w stroje wieczorowe Attraccion Paris, w stroje casual MDF i bieliznę Alles od rana pozowały przed obiektywem fotografa Michała Czajka, który uwiecznił ich piękną przemianę. Panie podczas wydarzenia prezentowały trzy kolekcje w ramach integracji międzypokoleniowej. Czytanie fragmentów książki Katarzyny Czajka „Zostać miss... miss po 50ce” przez ambasadorki i gości przerywane występami artystycznymi Małgorzaty Grażyny Kurmin i Krystyny Szydłowskiej, było uctwą duchową dla zgromadzonych, gości. Na zakończenie spotkania gości podjęła firma Ninkasi wspólniały piwem z polskiego browaru. ■

LIBAŃSKIE SMAKI w Le Cedre

11 lutego br., mieliśmy przyjemność uczestniczyć w lunchu prasowym, zorganizowanym przez restaurację Le Cedre, w związku z obchodzonymi w tym roku, 18 urodzinami tego niezwykłego miejsca.

To początek obchodów naszych urodzin, które zostały zainaugurowane spotkaniem z mediami. Jest mi niezmiernie miło, że goście tak licznie do nas przybyli i razem przy stole zastawionym arabskimi przysmakami, mogliśmy porozmawiać o tych 18 latach restauracji Le Cedre w Warszawie – powiedział Tony Nasr, właściciel restauracji.

Restauracja słynąca z najlepszego hummusa w Warszawie, zaserwowała swoje popisowe dania. Było aromatycznie, przepysznie i egzotycznie. Na stołach pojawiło się m.in.: kilka rodzajów hummusa, sałatka narodowa z natki pietrusz-



ki, bakłażan w różnych wydaniach, np. grillowany z warzywami, ryż z soczewicą i prażoną cebulką, domowy ser libański, falafel i wiele innych, zaskakujących laika potraw kuchni arabskiej.



Restauracja Le Cedre daje możliwość poznania niezwykłej kuchni Bliskiego Wschodu. Dania są tu przygotowywane wg tradycyjnych libańskich receptur. Przyprawy i składniki sprowadzane są specjalnie z Libanu, powodując, że w Le Cedre można poczuć się jak byśmy nagle przenieśli się do Bejrutu. Smakosze wina, odnajdą tu wielki wybór znakomitych trunków, także tych sprowadzanych specjalnie z Libanu, o niezwykłej nucie i smaku. ■



"Na straży dobrego smaku"

Stylowe, staro warszawskie wnętrza w zabytkowym XVIII w. budynku.

Znakomita polska i warszawska kuchnia w nowoczesnym wydaniu.

Organizujemy:

imprezy firmowe, spotkania biznesowe, przyjęcia rodzinne i weselne, catering.

Z tym kuponem:

10% zniżki

Do dyspozycji Gości:

Sala Błękitna (vip- room) - 20 osób

Sala Łososiowa - 70 osób

Sala Klubowa - 30 osób

Pub z kominkiem na poddaszu.

*Restauracja Florian ul.Chłodna 3, 00-891 Warszawa, tel. 22 620 93 98
restauracja@florian.pl www.florian.pl www.facebook.com/restauracjaflorian*

O INWESTOWANIU on-line



Prowadzący konferencję Lukasz Kijek, dziennikarz TVN CNBC oraz uczestnicy panelu dyskusyjnego: Marcin Marcok, szef Mart Diamonds i Marek Wołos, członek zarządu TMS Brokers

26 marca br. w salonie JLR Centrum, dealera marek Jaguar i Land Rover, odbyła się konferencja na temat nowoczesnych metod inwestowania on-line, zorganizowana przez firmę technologiczną Independent Trading House przy wsparciu merytorycznym Domu Maklerskiego TMS Brokers.

Podczas spotkania zaprezentowane zostały możliwości platformy inwestycyjnej, pozwalającej na natychmiastowe wykonywanie transakcji na akcjach polskich i amerykańskich spółek, indeksach głównych giełd na świecie, towarach takich, jak ropa naftowa czy soja, jak również na metalach szlachetnych np. na złocie, srebrze czy miedzi.

Nie zabrakło omówienia aspektów prawnych, które sprawiły, że rynek on-line stał się realnym, bezpiecznym i transparentnym kierunkiem dla zaawansowanego inwestora.

Aleksander Boguta z ITH przedstawił Modele Strategii Inwestycyjnych (MSA), które za pomocą narzędzi informatycznych pozwalają na wypracowanie oczekiwanego zysku. Specjaliści z zakresu finansów ilościowych prezentowali możliwości osiągnięcia zysków porównywalnych z funduszami akcyjnymi za cenę znacznie niższego niż na GPW zgodnie z Modern Portfolio Theory (MPT).



Aleksander Boguta, Członek Zarządu ITH



Dawid Makowski, Zarządzający w ITH działem Rynków Zagranicznych



Aktorka Laura Jącz i dziennikarz motoryzacyjny, Włodzimierz Zientarski opowiadali o swoich doświadczeniach inwestycyjnych

Independent Trading House prowadzi Modele Strategii Algorytmicznych realizujące automatyczne transakcje według metodologii opartej na światowych dokonaniach z dziedziny finansów ilościowych. Celem strategii jest osiągnięcie powtarzanego zysku na rynku nieskorrelowanym z GPW.

Dzięki współpracy z ITH i TMS Brokers, klienci mogą skorzystać z wyjątkowej okazji inwestowania za pomocą MSA na nowoczesnej platformie TMS Connect. ■

MAJA FRYKOWSKA MARIUSZ PUJSZO MAREK WŁODARCZYK MICHAŁ MIŁOWICZ PIOTR ZELT ZBIGNIEW BUCZKOWSKI

MUSHCHELKA
PRZEDSTAWIA

OSTATNI KŁAPS

„ZOSTAWCIE TO POLAKOM!”
NAPOLEON BONAPARTE



W KINACH OD 22 MAJA 2015

MUSHCHELKA SP. z o.o. WE WSPÓŁPRACY Z SŁAWOMIREM STOPCZYKIEM,
PROJECT FILM, AVANTGARDE PRODUCTIONS, CINEMACOLOR, KURKA WODNA PRODUCTIONS
ORZĄDŁ: MAJA FRYKOWSKA, MARIUSZ PUJSZO, MAREK WŁODARCZYK, MICHAŁ MIŁOWICZ, PIOTR ZELT, ZBIGNIEW BUCZKOWSKI, TATIARA
SOSNA-TARNO, HENRYK GOŁĘBIEWSKI, MICHAŁ NOWAK, IRENEUSZ KASKIEWICZ, KATARZYNA WOŁĘJNIO, ROMAN SZCZEBELIŃSKI
KIEROWNIK PRODUKCJI PAWEŁ WOLFF / CHARAKTERYZACJA KAMILA JODKO / KOSTIUMY JOLANTA ŁOBACZ / SCENOGRAFIA WALDEMAR
BOWALSKI / MONTAŻ TOMASZ CIESIELSKI / ZDJĘCIA JAKUB JAKIELASZEK / SCENARIUSZ MARIUSZ PUJSZO / REŻYSERIA GERYAZT REGULA

A. 1960s-10

DuoLife.eu



portal
ludzisztuki



MISTRZ

POLECA

Robert Sowa

Znany kucharz,
autor książek kulinarnych
i autorytet w dziedzinie
sztuki kulinarnej.
Szeff kuchni
i restaurator.

FALAFEL Z CIECIERZYCY

Składniki dla 4 osób:

250 g ciecierzycy
4 cebule dymki
1 łyżeczka czosnku granulowanego
mały pęczek natki pietruszki
po 1 łyżeczce natki pietruszki, kolendry mielonej
½ łyżeczki kminu rzymskiego
½ łyżeczki cynamonu mielonego
¼ łyżeczki sody oczyszczonej
sól morską, pieprz czarny mielony
masło klarowane/olej do smażenia

Sposób przygotowania:

Ciecierzycę namoczyć (najlepiej przez całą noc). Ciecierzycę odcedzić z wody i razem z posiekanymi cebulkami zemiać w maszynce o małych otworach. Do masy dodać przyprawy, posiekany z cebuli szczypior, natkę pietruszki, pokrojony w drobną kostkę ząbek czosnku oraz sodę. Doprawić do smaku solą i pieprzem, wymieszać ręką. Gotową masę wstawić na około 1,5 godziny do lodówki. Po tym czasie wyjąć, dłońmi zwilżonymi wodą formować z masy kulki wielkości orzechów włoskich i lekko spłaszczać. Na głębokiej



patelni rozgrzać masło lub olej i na rozgrzany tłuszcz wrzucać kulki, obsmażając z obu stron na złoty kolor. Gotowe przekładać na ręcznik papierowy, aby odsączyć je z tłuszczu. Gotowy falafel podawać z dipem lub hummusem i lekką sałatką.

**TWARÓG Z SERA WIEJSKIEGO
Z RZODKIEWKAMI I ZIOŁAMI****Składniki dla 4 osób:**

300 g twarogu wiejskiego
200 g pomidorów bez skóry i nasion
2 łyżki chudej, kwaśnej śmietany
100 ml jogurtu naturalnego
1 oczyszczony z nasion i pokrojony w kostkę mały ogórek
8 pokrojonych w kostkę rzodkiewek
1 drobno posiekana dymka ze szczypiorem
1 rozarty ząbek czosnku
½ pęczka natki pietruszki
sól, chili pieprz cayenne do smaku

Sposób przygotowania:

W dużej misce połączyć ser, jogurt i śmietanę. Dodać ogórka, rzodkiewkę, czosnek, dymkę, pomidory, natkę pietruszki i szczypior, wymieszać i doprawić do smaku. Schłodzony twaróg z warzywami podawać z grzankami.

**ZUPA KREM Z ZIELONYCH SZPARAGÓW I GROSZKU****Składniki dla 4 osób:**

300 g zielonych szparagów
300 g świeżego zielonego groszku
4 posiekane w kostkę szalotki
2 łyżki masła
1 pęczek natki pietruszki
1,5 l bulionu warzywnego
100 ml śmietany kremówki 36%
sól morska, biały pieprz do smaku

Sposób**przygotowania:**

W dużym garnku na rozpuszczonym maśle podsmażyć szalotkę, dodać groszek i pokrojone szparagi, wlać bulion. Całość doprowadzić do wrzenia i gotować do momentu, aż warzywa będą miękkie (około 20 minut), od czasu do czasu mieszając. Następnie dodać posiekaną natkę pietruszki, całość zmiksować na gładką masę i przetrzeć przez sito. Zupę ponownie zagotować, zabielić śmietaną i doprawić do smaku. Przed podaniem udekorować śmietaną i natką pietruszki.

**WIOSENNA SAŁATKA Z RUKOLI I WĘDZONEJ PIERSI
KACZKI Z TRUSKAWKAMI, JAJKAMI PRZEPIÓRCZYMI
W KOSZULKACH I BIAŁYM KREMEM BALSAMICO****Składniki dla 4 osób:**

100 g rukoli
200 g pokrojonej w plastry wędzonej piersi z kaczki
12 jajek przepiórczych
50 ml octu winnego
8 świeżych, pokrojonych w cząstki truskawek
50 g orzechów pekan
4 łyżki białego kremu balsamico

Sposób**przygotowania:**

W rondelku zagotować 500 ml wody z octem winnym. Gdy zacznie wrzeć, zmniejszyć ogień i wybijać do niej partiami jajka, najlepiej po 3 szt. Gotować około 30 sekund, a następnie zahartować w wodzie z lodem. Czynność tą powtórzyć trzykrotnie. Na talerzu ułożyć umytą rukolę, plastry wędzonej kaczki, jajka przepiórcze w koszulkach, cząstki truskawek i orzechy pekan. Całość skropić białym kremem balsamicznym i podawać z chrupiącym pieczywem.



WARSZAWSKIE spotkania biznesowe

„Poranna kawa z ekspertem” oraz „Warszawskie spotkania biznesowe” – pod tymi hasłami odbywają się cykliczne spotkania przedsiębiorców. Ich organizatorem jest Klub Integracji Europejskiej znany na rynku, zwłaszcza woj. mazowieckiego, z organizacji wielu wydarzeń biznesowych, gospodarczych i kulturalnych. Jeżeli są Państwo zainteresowani uczestnictwem, prosimy o kontakt: biuro@efp.biz.pl lub tel. 501 243 876.



Uczestnicy spotkania z ekspertem



Klaudiusz Kozłowski, kierownik Klubu Bankowca i Barbara Jończyk, prezes Klubu Integracji Europejskiej



Uczestnicy mieli też czas na wymianę wizytówek...



...i nawiązywanie kontaktów



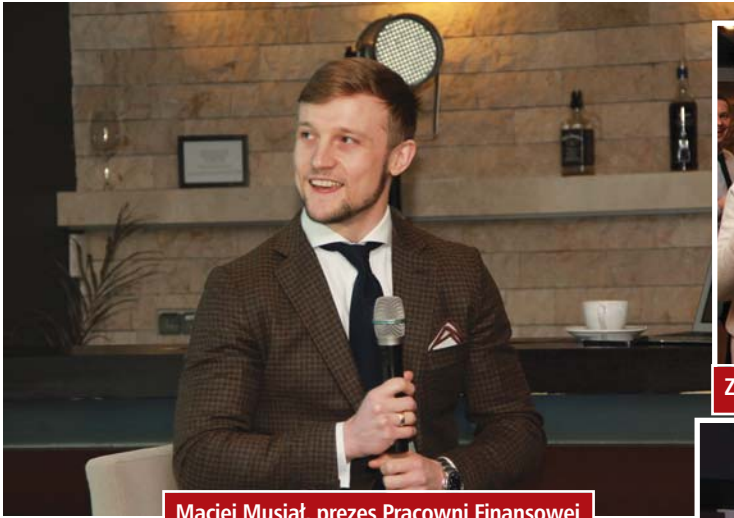
Klaudiusz Kozłowski i ekspert Piotr Matwiej

Klub Bankowca, styczeń 2015

Piotr Matwiej, ekspert z Krajowego Punktu Kontaktowego przy Związku Banków Polskich wystąpił w roli eksperta na śniadaniu zorganizowanym przez Klub Integracji Europejskiej, ze współudziałem Klubu Bankowca. Głównym tematem spotkania była kwestia możliwości wykorzystania unijnych środków zwrotnych. Temat wzbudził szerokie zainteresowanie i był powodem ciekawej, merytorycznej dyskusji wśród uczestników spotkania. O pyszne śniadanie dla uczestników zadbał Kęgliccy.

Klub Bankowca

ul. Smolna 6, 00-375 Warszawa, tel / fax: 22 828 14 12, tel / fax: 22 828 14 13, www.klubbankowca.com.pl



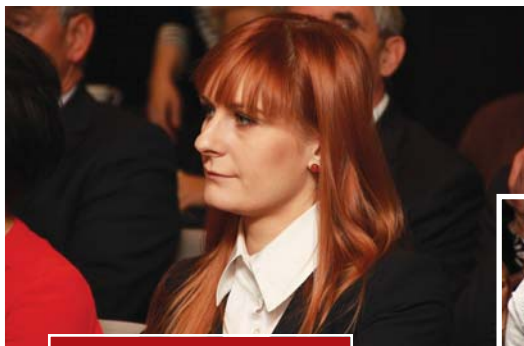
Maciej Musiał, prezes Pracowni Finansowej



Zaczęliśmy oczywiście od kawy...



Pasjonująca prezentacja



Adriana Kaczmarek z mBanku



a uczestnicy wzajemnie sobie pomagali



Stylistka Agnieszka Nijak uczyła jak wiązać krawaty



Ci, którzy próbowali, nie mieli problemów z wiązaniami...



Na pierwszym planie Sylwia Mańkiewicz z Businessman Institut, w tle: Rafał Korzeniewski i Krzysztof Jończyk z Klubu Integracji Europejskiej

Restauracja Jasna24, luty 2015

13 lutego w jednej z warszawskich restauracji, której nazwa brzmi tak samo jak jej adres – Jasna 24, miało miejsce spotkanie przedsiębiorców. Jego tematem było inwestowanie w energię wiatrową. W roli eksperta wystąpił Maciej Musiał, prezes firmy Pracownia Finansowa. W swoim wystąpieniu przedstawił możliwości dywersyfikacji źródeł naszych dochodów przez inwestycje w odnawialne źródła energii, a konkretnie w elektrownie wiatrowe. Drugi temat był znacznie luźniejszy, ale wywołał wcale nie mniejsze zainteresowanie. Dotyczył mody biznesowej. Współpracująca ze Studio Mody Karpiński stylistka, agnieszka Nijak nauczyła uczestników spotkania jak dobrać i jak wiązać krawaty. Po części merytorycznej uczestnicy wydarzenia wzięli udział we wspólnym śniadaniu, które zaserwował gospodarz spotkania, restauracja Jasna24.

Restauracja Jasna24

Ul. Jasna 24, Warszawa, tel. 22 447 24 41, www.jasna24.pl



Uczestnicy spotkania



Aneta Sienicka z KIE i Grzegorz Kaczorowski, prowadzący prezentację

Restauracja Florian, marzec 2015

W czasie marcowego spotkania pod hasłem: „Poranna kawa z ekspertem” członkowie Klubu Integracji Europejskiej mieli okazję dowiedzieć się o możliwościach jakie daje wykorzystanie odnawialnych źródeł energii (OZE). Prezes firmy greenNet Doradcy, Grzegorz Kaczorowski, opowiadał o tym jak przebiega proces inwestycyjny oraz samo montowanie paneli fotowoltaicznych, a także kto może skorzystać na takiej inwestycji. Restauracja Florian, zadbała o podniebienia gości, podając wspaniałe, wiosenne śniadanie.

„Florian” Restauracja Club Pub

ul. Chłodna 3, 00-891 Warszawa, tel.: + 48 22 620 93 98, www.florian.pl





Goście balu



Ewa Jakubczyk-Cały, prezes PKF Consult w towarzystwie mecenas Marioli Więtkowskiej i aktora Zbigniewa Walerysia



Alicja Rypina z Anlaya Day Spa, Agnieszka Michalczyk, Stowarzyszenie Akademia Wilanowska i aktorka Laura Łącz



Barbara Jończyk, prezes Klubu Integracji Europejskiej na parkiecie

Przedstawiciele KIE wręczali gościom karnawałowe gadżety



Przedstawiciele firmy Lattore i Salonów Piękności Milord

MCC Mazurkas Centre & Hotel, styczeń 2015

Bal Noworoczny Klubu Integracji Europejskiej odbył się w MCC Mazurkas Centre & Hotel. Karnawałowe szaleństwa na parkiecie poprzedziła część oficjalna, podczas której w gronie członków Klubu powitano pana Andrzeja Suprona i jego restaurację Piecuszek, firmę InfoApps oraz Just Wear Cosmetics New York. Wieczór swoim występem uświetniła Joanna Hort, która zaprezentowała się w repertuarze piosenek z lat dwudziestych i trzydziestych oraz piosenek francuskich. Goście podziwiali również występ Laury Łącz oraz gospodarza, Andrzeja Bartkowskiego, który zaprezentował się w kabaretowym klimacie. Catering Mazurkas 360° zadbał o podniebienie gości, a Vino Trio i browar Ninkasi dostarczyły wyśmienite trunki. Można też było spróbować pysznej, świeżo palonej kawy, ufundowanej przez Caffè Grano. Goście tańczyli do muzyki, którą proponował Tomek Martyński z Agencji Fantazja. Zabawa zakończyła się grubo po północy.

MCC Mazurkas Centre & Hotel

ul. Poznańska 177, 05-850 Ożarów Mazowiecki, tel. 22 721 47 47-49, www.mazurkashotel.pl



Statuetki członkostwa w Klubie Integracji Europejskiej oczekują na swoich właścicieli



Znakomicie przygotowane do zawodów w kręgle, przedstawicielki PKF Consult



W trakcie zawodów...



Reżyser Jerzy Gruza i Aneta Sienicka, manager Klubu Integracji Europejskiej



Prezes Barbara Jończyk wręcza puchar Łukaszowi Kowalczykowi, zdobywcy II nagrody



Robert Ziótek z firmy Mushchelka wręcza jedną z nagród Michałowi Czajka, zdobywcy III miejsca



Od lewej: Jolanta Popiołek, Beata Karwacka, Barbara Jończyk, Katarzyna Czajka i Andrzej Kesling



Jolanta Łukasiak-Malicka, prezes Vistula Banku Spółdzielczego, Jerzy Gruza i Barbara Jończyk, prezes KIE



Renata Gajowy z firmy Lattore, opowiada o swojej działalności, po odebraniu statuetki członkostwa w KIE z rąk prezes Barbary Jończyk i wiceprezesa Krzysztofa Jończyka

Klub Arco, luty 2015

27 lutego w Klubie Arco, największej warszawskiej kręgielni, odbyły się zawody w kręgle o puchar Klubu Integracji Europejskiej. Impreza zaczęła się od aperitif, ale już niedługo po tym, sporządzono listę uczestników i rozpoczęto zawody. Kto zwyciężył i odebrał puchar z rąk prezes Barbary Jończyk? Bezapelacyjnym zwycięzcą został Robert Woźniak ze 160 punktami. O kolejne miejsca została stoczona zacięta walka. Drugie zajął ostatecznie Łukasz Kowalczyk ze 129 punktami, a Michał Czajka, który zajął trzecie miejsce, zdobył tylko o punkt mniej. Dla nich były puchary i wiele nagród rzeczowych. Wśród nich karafka Precious Vodka z kamieniem szlachetnym ukrytym w korku. Wszystkich zwycięzców rywalizacji, na premierę swojego pierwszego pełnometrażowego filmu „Ostatni kłaps” Gerwazego Reguły, zaprosiła firma Mushchelka, producent filmu. Nagroda była też dla najlepszej kobiety – Grażyny Sadowskiej, której zabrakło tylko jednego punktu, aby znaleźć się na podium i dla najsympatyczniejszej drużyny, którą została grająca na torze nr 26, jedyna żeńska drużyna w składzie: Karolina Strankowska, Grażyna Sadowska, Joanna Gołębiowska, Iwona Gałęcka oraz Monika Ladra. Były nawet nagrody pocieszenia, dla tych, którzy zdobyli najmniej punktów. Zaraz po ceremonii wręczenia nagród zwycięzcom zawodów w kręgle, prowadząca imprezę, aktorka Laura Łącz, zaprosiła na scenę przedstawicieli firm, które odebrały z rąk prezes Europejskiego Forum Przedsiębiorczości, Barbary Jończyk oraz wiceprezesa Krzysztofa Karwacka i statuetki Klubu Integracji Europejskiej. Odebrali je: prezes Robert Ziótek, w imieniu firmy Mushchelka, prezes Beata Karwacka i Andrzej Kesling z firmy Europejskie Centrum Pomocy Poszkodowanym, prezes Renata Gajowy, z firmy LATTORE oraz pan Andrzej Bałabas z firmy Vino Trio. Wszystkich uczestników imprezy zaproszono na kolację, podczas której serwowano wyśmienite piwo z rzemieślniczego browaru NINKASI. Był także czas na rozmowy towarzyskie, jak i te o interesach, bo temu właśnie służą warszawskie spotkania biznesowe organizowane przez Klub Integracji Europejskiej. Organizatorzy wydarzenia składają szczególne podziękowania Partnerom zawodów, firmie ACCATA Group, właściciela klubu Arco, browarowi NINKASI, firmie Gastro Magic Service. Podziękowania należą się także fundatorom nagród: Mushchelka Sp. z o.o. (zaproszenia na premierę filmu „Ostatni kłaps” Gerwazego Reguły), Studio Mody Karpiński (jedwabne krawaty), Prestige Business Fragrances (zestaw ekskluzywnych dyfuzorów zapachowych), Mary Kay (zestawy kosmetyków), Profimage Studio (vouchery na szkolenie z technik makijażu, sesję zdjęciową oraz metamorfozę wizerunku), Katarzynie Czajka i Dorum Art (piękne drobiazgi z ich galerii i książki „Zostać Miss po 50ce”), Just Wear Cosmetics (zestaw kosmetyków), La Perla (voucher na ich luksusowy zabieg odmładzający) oraz Anlaya Day Spa (vouchery na masaż relaksacyjny) i Belwederska Clinic (vouchery na ich usługi). Warszawskie spotkania biznesowe należą do najbardziej prestiżowych imprez organizowanych dla przedsiębiorców w Warszawie. Wyróżniają się niepowtarzalnym klimatem oraz niezwykle różnorodną formą spotkania.

Klub Arco

ul. Bitwy Warszawskiej 1920r. nr 19, 02-366 Warszawa, tel.: 22 668 75 91, e-mail: info@accata.pl, www.arco-bowling.pl



Na gości czekał wiosenny tort



Katarzyna Lerska i Malwina Szymańska z pracowni florystycznej FloroDesign w towarzystwie Krzysztofa Jończyka, wiceprezesa Klubu Integracji Europejskiej



Goście w wiosennych nastrojach



Marcin Lewandowski, prezes Businessman Institute odebrał statuetkę przystąpienia do Klubu Integracji Europejskiej



W jakiej kondycji są nasze włosy sprawdziła trycholog z Anlaya Day Spa



Na pierwszym planie: Adam Pomorski z firmy Weda i Małgorzata Szymańska z firmy Amrit. Na drugim planie: Iwo Orłowski i Małgorzata Potocka z Teatru Sabat



Przedstawiciele Kobra Fashion i Laura Łącz, z kreacją, w której poprowadziła wieczór



Dorota Oleszkowicz odbiera kwiaty po występie



Laura Łącz i Alicja Rypina w kapeluszach Kobra Fashion



Wielkanocne ozdoby z kwiatów prezentowała pracownia florystyczna FloroDesign

Klub Sosnowy w Businessman Institute, marzec 2015

20 marca w pierwszy dzień wiosny odbyła się w Warszawie kolacja biznesowa zorganizowana wspólnie przez Klub Integracji Europejskiej oraz centrum konferencyjno-bankietowe Businessman Institute. Impreza w szczególności poświęcona była kobietom, stąd podczas imprezy nie zabrakło akcentów kobiecych. I tak wśród wystawców znalazły się firmy odzieżowe oraz kosmetyczne takie jak Anlaya Day Spa, Kobra Fashion, Madless, Belwederska Clinic, Just Wear Cosmetics, Mary Kay, Prestige Business Fragrances, Klinika La Perla. O piękne, wiosenne akcenty, które ozdobiły bankietowe stoły, zadbała pracownia florystyczna FloroDesign. W części oficjalnej, prowadząca imprezę, aktorka Laura Łącz zaprosiła na scenę przedstawicieli firm: Green Net Group Sp. z o.o., Amrit S. C., Auto Caros i Businessman Institute, którym prezes Europejskiego Forum Przedsiębiorczości, Barbara Jończyk oraz wiceprezes Krzysztof Jończyk wręczyli statuetki członkowskie Klubu Integracji Europejskiej. O kulinarne uciechy dla gości zadbał gospodarz wieczoru Businessman Institute. Winem częstowała firma VINO Trio Sp. z o.o. Można było również skosztować niszowego piwa z Browaru Ninkasi. Słodką niespodzianką dla gości był olbrzymi tort z cukierni Czubak. Część artystyczną wieczoru uświetnił występ pięknej, niezwykle utalentowanej skrzypaczki i wokalistki, uczestniczki „Mam Talent”, Doroty Oleszkowicz.

Klub Sosnowy w Businessman Institute

ul. Trakt Lubelski 40a, 04-870 Warszawa, tel. 22 379 31 00, e-mail: repcja@businessmaninstitute.pl; www.klubsosnowy.pl



Amrit  Kebab
R E S T A U R A N T

www.amrit.pl

Wyjątkowe bogactwo tysięcy aromatów i smaków, tak można krótko scharakteryzować kuchnię Bliskiego Wschodu... Co jadają najchętniej, najczęściej mieszkańcy tamtych regionów?

Bardzo popularnym daniem jest grillowany chleb pita podawany z humusem (pasta z cieciorki) lub mutabalem (pasta na bazie grillowanego bakłażana), który wyśmienicie smakuje z sałatką o egzotycznej nazwie tabbouleh (czyt. tabula). Ta prawdziwa eksplozja smaku i witamin, której podstawą są natka pietruszki, pomidor, kasza kus kus, powinna zagościć i na naszych stołach, to samo zdrowie! Kuchni arabskiej towarzyszy mnogość warzyw w różnych postaciach, ale jada się również mięsa- głównie grillowane -wołowinę i jagnięcine, ale również drób.

Co możemy zaserwować na specjalną okazję, aby zaskoczyć gości nutą Orientu na polskim stole? Szef kuchni w Amrit Kebab w CH Wileńska, który przedstawi nam po krótkce zwyczaje kulinarne tamtejszych rejonów, proponuje kurczaka faszzerowanego ryżem basmati lub kaszą burgul i cieciorką w orientalnych przyprawach, a do tego oczywiście warzywa!

Właśnie oryginalna kuchnia arabska została przeniesiona w miejsca o niezwyklej atmosferze -Amrit Kebab - prawdziwa magia orientalnych potraw i niepowtarzalna podróż w egzotyczne zakątki kuchni Bliskiego Wschodu.

Pierwsza Restauracja powstała w 2007 roku na ul. Kondratowicza w Warszawie i szybko zdobyła ogromną popularność wśród wielbicieli Orientu. Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom mieszkańców stolicy właściciele otworzyli kolejne restauracje, które każdego dnia przyciągają szerokie rzesze fanów.

Znakiem rozpoznawczym Amrit jest nie tylko pyszny kebab, ale również wyjątkowe dania sporządzane według oryginalnych najstarszych receptur oraz charakterystyczne dla regionów Bliskiego Wschodu słodkości - wyśmienite baklawy i ciasteczka Amrit Sweets.

„Stawiamy nie tylko na estetykę. Myśląc o zaspokojeniu najdelikatniejszych podniebień dbamy przede wszystkim na składniki, z których korzystamy – w naszej kuchni obecne są wyłącznie najwyższe, oryginalne produkty i aromatyczne przyprawy” – mówi właściciel sieci pan Ghaze Abdullloh

Wszystko serwowane w gorących rytmach arabskiej muzyki. Odwiedzając Amrit Kebab już od wejścia przenosimy się w świat baśni: egzotycznie-orientalny klimat wnętrza i wyjątkowy smak tradycyjnych potraw pozwala nam poczuć się jak w odległych zakątkach arabskiego świata...



Targówek: ul. Kondratowicza 25, tel. 22 675 88 80
 Żoliborz: ul. Mickiewicza 27, tel. 22 663 41 55
 Wola ul. Górczewska 97, tel. 22 638 04 20
 Ochota: ul. Grójecka 20C tel. 22 668 15 16
 Śródmieście Al. Solidarności 117, tel.22 440 56 65
 CH Wileńska ul. Targowa 72 tel. 22 331 89 99

Wydarzenie lata



28 czerwca, Rancho pod Bocianem, Przypki koło Tarczyna

V Letnia Gala Przedsiębiorców Klubu Integracji Europejskiej

W programie wiele atrakcji dla przedsiębiorców i ich rodzin:

Turniej minigolfa
Tor linowy
Pływanie łódkami
Jazdy quadami
Ścianka wspinaczkowa
Strzelnica
Pokaz walk tajskiego boksu
Występy artystyczne
Kącik z kredkami, farbami dla dzieci
Malowanie twarzy
Zamek dmuchany
Trampolina
Szczudlarze, kłowni
Prezentacja stoisk Partnerów wydarzenia
Loteria wizytówkowa z nagrodami

I wiele innych...

A do tego wyśmienita kuchnia!!!

**kontakt w sprawie współpracy: Europejskie Forum Przedsiębiorczości,
Barbara Jończyk, tel. 501 243 876, mail: biuro@kie.biz.pl**



CHINA

HOMELIFE SHOW



27-29 maja 2015, Poznań

Nowy wymiar biznesu

600 wystawców - tysiące produktów wysokiej jakości
Wyselekcjonowani wystawcy - rządowa kontrola jakości
Zwiedzający z Europy - program hosted buyers
Matchmaking

Zapraszamy do akredytacji na workshop China Homelife Show
<http://kie.szef.co/formularze/akredytacja/>

www.ChinaHomeLife.org

Pod patronatem:



przedsiębiorcy@eu