

BE

ISSN 2084-7823 / 0.00 PLN
#63 / ZIMA 2021





CAŁA RADOŚĆ W DRODZE.

Cel? Jest oczywiście ważny. Ale czy aż tak ważny, jak droga, która do niego prowadzi?
Zwłaszcza gdy przemierzasz ją Twoim nowym BMW...

Odkryj radość w drodze Twoim nowym BMW – dostępnym w najlepszej ofercie rocznika 2020.

Dealer BMW Gazda Group
Gliwice
ul. Pszczyńska 322
tel.: +48 32 700 10 00
www.bmw-gazda.pl



BMW X1.
0% opłaty wstępnej
już za 1100 PLN netto/mies.



BMW X3.
0% opłaty wstępnej
już za 1400 PLN netto/mies.



BMW serii 3.
0% opłaty wstępnej
już za 1150 PLN netto/mies.



Nowe BMW serii 5.
0% opłaty wstępnej
już za 1500 PLN netto/mies.

Rata miesięczna netto w BMW Comfort Lease dla przedsiębiorców dla BMW 318i Limuzyna za 119 990 zł brutto, BMW 318i Touring za 129 000 zł brutto, BMW 518d Limuzyna za 159 000 zł brutto, BMW 518d Touring za 169 000 zł brutto, BMW 318d Gran Turismo za 132 000 zł brutto, BMW X1 sDrive18i za 117 000 zł brutto, BMW X2 sDrive18i za 120 000 brutto, BMW X3 sDrive18d za 150 000 zł brutto, BMW X4 xDrive20i za 181 000 zł brutto. Opłata wstępna 0%, okres leasingu: 48 miesięcy, średnioroczny deklarowany przebieg: 10 000 km, gwarantowana wartość końcowa. Zawarcie umowy uzależnione jest od pozytywnego wyniku weryfikacji prawnofinansowej Klienta oraz zawarcia ubezpieczenia OC/AC. Niniejsza symulacja nie stanowi oferty w rozumieniu art. 66 Kodeksu cywilnego. BMW Comfort Lease jest oferowany przez BMW Financial Services Polska Sp. z o.o. Szczegóły oferty u Dealerów BMW.

nowoczesna
noworoczna
TWOJA INWESTYCJA

GLIVIA

Daszyńskiego 68, Gliwice | glivia.pl | rennergrouppl

architektura MedusaGroup



Redakcja

Redaktor naczelny / Reklama / Wydawca
Michał Komsta
m.komsta@bemagazyn.pl
+48 662 095 779

Zastępca Redaktora Naczelnego
Joanna Komsta
j.marszałek@bemagazyn.pl

Redaktor Prowadzący / Reklama
Sabina Borszcz
s.borszcz@bemagazyn.pl
+ 48 500 108 063

Korekta
Małgorzata Kaźmierska

Projekt graficzny / Skład
Adam Janicki
a.janicki@bemagazyn.pl

Wydawca
Magazyn BE s.c.
Pyskowice, ul. Nasienna 2
www.bemagazyn.pl

Zespół BE Magazyn nie odpowiada za poglądy zawarte w zamieszczanych tekstach. Wszystkie artykuły i felietony odzwierciedlają poglądy wyłącznie autorów odpowiedzialnych za treść merytoryczną w naszym magazynie. Ich treść nie zawsze pokrywa się z przekonaniami redakcji BE. Nie odpowiadamy za treści nadsyłane przez naszych reklamodawców. Wszystkie materiały zawarte w naszym magazynie są własnością BE i są chronione prawami autorskimi. Wszelkie zastrzeżenia i pytania związane z ich treścią należy kierować bezpośrednio do autorów. Redakcja BE Magazyn.

Znajdź nas na:

 www.facebook.com/magazynBE

 www.instagram.com/be_magazyn/

 www.issuu.com/bemagazyn

Od redakcji

No to zaczynamy. Nowe rozdanie. Na temat tego, że miało nas nie być, ale jednak jesteśmy, pisaliśmy już ostatnio. Nie będziemy też kusić się o jakieś podsumowania. Bo nie wiemy, jak będzie, ale dostosowujemy się do sytuacji. I robimy to najlepiej, jak potrafimy. Zasadniczo, możemy być pewni, że: „jedyną stałą rzeczą w życiu jest zmiana”. A nawet kilka. Przekonaliśmy się, że nie należy się ich bać. Owszem, przewidywalność, ład, cykliczność mają swój niewątpliwy urok. Ale i one z czasem stają się nudne, bo ponoć „stabilizacja motylka to szpilka” (Sztaudynger). Jasne, że lepiej, kiedy zmiany zachodzą według naszego planu lub pod wpływem impulsu czy zachcianki, ale w spokojnym, ułożonym świecie, będącym (rzekomo) pod kontrolą. Bo wtedy mamy poczucie, że to my decydujemy. Jednak w 2020 roku stało się inaczej. Coraz częściej spotkamy się z opinią, że cała ta sytuacja przewartościowała wiele spraw, zweryfikowała podejście do życia. Zaczęły liczyć się inne „rzeczy”, a minimalizm staje się wręcz modny. Jeśli coś dobrego z tego ma wyniknąć, to niech to będzie właśnie takie podejście. I niech zostanie z nami na dłużej, także wtedy, kiedy życie zacznie wracać na stare tory, do tzw. normy. My, choć w nowym wydaniu, wciąż tacy sami. Przekonacie się, czytając ten numer. Pewne rzeczy się nie zmieniają, ale niektóre tak, (zgodnie z tym, co napisane parę zdań wyżej): nowy format, papier, nowi autorzy (ale nie wszyscy) nowe działy, nowy layout. Z dwumiesięcznika przechodzimy na kwartalnik.

Reagując na Wasze sygnały, poszerzyliśmy dział BEluBE, w którym polecamy fajne miejsca i wydarzenia w naszym regionie. Wprowadziliśmy też nowe rubryki np.: motoryzacja, edukacja dzieci, wystrój wnętrz, czy rozmowy z wyróżniającymi się (naszym zdaniem) przedsiębiorcami ze Śląska.

W nowym BE odkrywać będziemy również ciekawe projekty architektoniczne i pomysły na zagospodarowanie postindustrialnych obiektów (tak, ten temat wciąż daje nowe możliwości), spojrzemy też świeżym okiem na śląską scenę kulinarną i pokażemy, że światowe trendy panują także w restauracjach Katowic, Zabrza lub Gliwic. I tak jak do tej pory, będziemy zwiedzać świat, tylko teraz trochę intensywniej. W tym wydaniu: Indie i Madera!

Kwestionariusz Prousta też się rozdzieli: ona i on. Na początek: Anna Dziewit-Meller i Michał Kubieniec.

Ach. Nie ma sensu wszystkiego tu wypisywać. Więcej dobrego w środku, czytajcie zatem! Do zobaczenia za kwartał, czyli wiosną!

Zdjęcie na okładce: Lostitalianos / Madera, 2020 r.

Spis treści

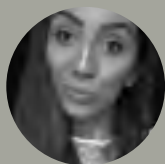
10	Belube
18	Give Her A Job
20	Żółto na szarym
22	Kwestionariusz nr 13
26	Apetyt na 2021
30	Shakemebaby 4#Negroni
32	Niech będzie ogień!
38	Nowy rok, nowy ja!
40	Postanowienia noworoczne
42	Trendy 2021 w rozwoju osobistym – dla dorosłych, dla dzieci
46	2020 – rok początku dużych zmian w motoryzacji
50	Kosmiczna misja gliwickiego start-upu
56	Trendy we wnętrzach 2021
60	Życie po życiu – nowe oblicza kopalni
62	Mariaż Skandynawii i Meksyku
66	Indie – baśń dla cierpliwych
68	Zima nie musi być zimna
76	Be Woman

Nasi autorzy



Joanna Durkalec

Szalona fanka architektury bloku wschodniego i Henri Matisse'a. Służbowo związana z szeroko pojętym marketingiem. Niecierpliwa. Wszystkiego chce „na już”. Mama mopsa o imieniu Leszek.



Karolina Kmita

Studentka filologii angielskiej, entuzjastka pisanie wierszy, które i tak lądują w szufladzie, miłośniczka lingwistycznych memów. Od lat niezmiennie uzależniona od „Przyjaciół” i utworów Johnnny'ego Casha. Píše o literaturze, fotografii oraz o wydarzeniach na Śląsku.



Kasia Konecka

Na co dzień marketingowiec zakochany w meblach z PRL-u, które odnawia popołudniami. Odczuwa ciągle niedosyt podróżywania po świecie z plecakiem i na własną rękę. Cukiernik amator. Relaksuje się, ćwicząc z kettlebells.



Maciek Szczęch

Rocznik „80. Członek kabaretu Łowcy.B. Totalne dno pisarskiego transcendentu, „o” to jego szczęśliwa liczba. Umiarkowanie wysportowany amator sportów. Niespełniony lekarz, modelarz i parkingowy na promie pasażerskim relacji Polska - Szwecja. Mąż żony i ojciec trójki dzieci jednocześnie. Ozdrowieniec, bo kiedyś chorował.



Wojciech S. Wocław

Zawodowy konferansjer (występował w 10 krajach na 4 kontynentach). W 2017 roku jego nazwisko pojawiło się w rankingu „Najlepsi prowadzący eventy” magazynu PRESS. Popularyzator wiedzy z savoir-vivre'u, etykiety w biznesie i dress code'u. Autor książek oraz filmowych poradników, które można oglądać na jego kanale w serwisie Youtube.



Darek Jasica

Szef baru w restauracji Plado oraz członek ekipy restauracji Umami. Wielbiciel używania niestandardowych technik w swojej pracy. Kocha niestwierowane Old Fashioned z lodem osobno ;)



Ola Czapla-Oslislo

Ślązaczka, recenzentka kulinarna i autorka bloga Ostryga. Jej nową pasją jest pieczenie domowego chleba na zakwasie. Na co dzień pracuje w Teatrze Śląskim jako szefowa Działu Programowego.



Grzegorz Więclaw

Certyfikowany psycholog sport. Na co dzień współpracuje z ludźmi, którzy chcą osiągać wyniki na miarę swojego potencjału oraz z organizacjami, wspierającymi ich w tych dążeniach. Prowadzi podcast Głowa Rządzi o psychologii sportu i optymalnym funkcjonowaniu. Więcej na www.glowarzadzi.pl.



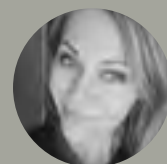
Karolina Szulęcka

Od 9 lat dyrektor marketingu Maranello Motors sp. z o.o. (importer marek Ferrari, Maserati), wcześniej marketingowiec w sektorze usług profesjonalnych. Od lat wspiera inicjatywy dla przedsiębiorczych kobiet. Pasjonatka świata mikro w fotografii makro.



Magdalena Michalak

CEO SAVOIR7, autorka programów edukacyjnych. Jedyna w Polsce Trenerka Umiejętności Przyszłości. Certyfikowana trenerka umiejętności społecznych, wspomagania oświaty oraz postaw emocjonalnych dzieci i młodzieży. Więcej na: www.savoir7.pl



Karolina Frączek

KF Consulting. Dwa lata temu porzuciła etat w budżetówce i wypłynęła na szerokie wody przedsiębiorczości. W tej niełatwej rzeczywistości robi to, co kocha, kreatywnie i z pasją pracuje nad każdym zadaniem. Słowa to jej żywioł. Oblaskawia je, a nawet ubiera w obrazy. Pasjonatka świata mikro- w fotografii makro.



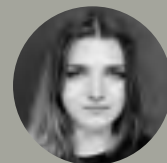
Martyna Szymańska

Absolwentka wydziału Architektury Wnętrz na krakowskiej Akademii Sztuk Pięknych im. Jana Matejki. „Moja praca to zarówno pasja, jak i misja, którą z całym sercem staram się wypełniać, angażując się w każdy projekt w stu procentach. Tworząc wnętrza domów, mieszkań, czy innych przestrzeni - biurowych, restauracyjnych itp. kieruję się przede wszystkim tym, że mają one służyć ludziom. Moją inspiracją są ludzie, ich styl życia, praca, pasje.”



Magda Bajer

Pasja jest życiem. Życie to pasja. Instruktor-ka jogi, SUP jogi i stand up paddleboardingu. Poza matą i deską działa marketingowo. Wielbicielka wody, fali, słońca i jesieni.



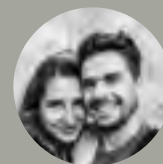
Anna Szuba

Architektka, projektantka wnętrz. Od 6 lat związana z pracownią Medusa Group. Współautorka projektów wnętrza Hali Koszyki, placu miejskiego przy ul. Grzybow-skiej w Warszawie, adaptacji byłej stolówki wojskowej w Radzionkowie na obiekt biurowy (European Property Awards 2017 – Najlepsza architektura biurowa w Europie i w Polsce), aranżacji strefy wejściowej w parterze budynku banku przy ul. Sokolskiej w Katowicach.



Kamila Ocimek

Autorka bloga pioropodrozy.com, pasjonatka podróży. Z pochodzenia tyszanka, obecnie mieszkająca w Warszawie. Jak o sobie mówi: „śląski krzok, który nauczył się doceniać to miejsce”. Udowadnia, że można pracować, studiować, żyć aktywnie i znaleźć jeszcze dużo czasu na podróż. Nie umie długo pozostać w tym samym miejscu i ciągle szuka swojej drogi.



Diana i Marcin

Cześć, witają Was Diana i Marcin! Wspólnie zwiedzamy świat jako @Lostitalianos. Jesteśmy parą zagorzałych podróżników, pochodzących z południowej części Polski. Kochamy wojaż i odwiedziliśmy już prawie 40 krajów. Nasz głód podróżniczy wciąż jednak pozostaje niezaspokojony, dlatego dalej odkrywamy nowe miejsca.

Więcej na www.lostitalianos.com



Joanna Zaguła

Píše do magazynów lifestylowych o jedzeniu, lokalnym rzemiośle i ekologii. Lubi jeść pomidory, słuchać winyli Charliego Parkera, czytać opowiadania Virginii Woolf i patrzeć na morze.



Katarzyna Szota-Eksner

Prowadzi szkołę jogi Yogasana www.yogasana.pl, organizatorka wielu kobiecych wyjazdów i warsztatów w całej Polsce. I w świecie. Współpracowała z Sunday is Monday, współtworzy gliwicki Klub Książki Kobięcej. Prowadzi autorską rubrykę Be Woman w „Be Magazynie” oraz rubrykę HerStory w magazynie „Liberté”. Twórczyni Kina Kobiet z Pyskowic oraz herstorycznego projektu Poznam Panią z Pyskowic. Więcej na: www.her-story.pl

Belube

Subiektywny* przegląd
ciekawych miejsc
i wydarzeń na Śląsku

*czyli jedyny i słuszny ;-)

JOANNA DURKALEC

Kiedy dwa miesiące temu ze łzami w oczach po raz “ostatni” pisałam BeLube, nawet w najśmielszych marzeniach nie zakładałam, że to jednak nie koniec. Zanim na dobre odeszliśmy — wracamy! I to w silniejszym składzie (powitajcie nowe współprowadzące Karolinę i Kasię!) oraz w zupełnie odmienionej odsłonie, projektu mojego serdecznego przyjaciela Adama. Niewątpliwe jest, że druga fala pandemii wszystkim odbija się czkawką. Walczymy zaciekle, ale pomimo to, chcąc nie chcąc, wielu z nas ponosi sromotne klęski. Jednak w tych ciężkich czasach da się zauważyć również niesamowity wykwit kreatywności! Knajpy robią wszystko, by dostarczać nam najwyższej jakości potrawy, zapakowane w zindywidualizowane pudełka z odręcznie napisanymi wiadomościami o serdecznej wymowie. Festiwalowych koncertów doświadczamy, tańcząc przed telewizorem. Nowości kinowe? Oglądamy wprost z sypialni! Każdy orze jak może i jest w tym coś, co wywołuje mój uśmiech. Zaorajmy tego covida – pisze Asia.



fol. Andrzej Tobis, *Suknia Ślubna*, 2009.

Andrzej Tobis – A do Z (Gabloty Edukacyjne)

Twórczości Pana Andrzeja przyglądam się od dłuższego czasu. Jednak jeden z jego długofalowych projektów szczególnie zapiera dech w mojej piersi. Imponujące Gabloty Edukacyjne, czyli utopijny projekt o konceptualnym charakterze rozpoczął się w 2006 roku i trwa do dziś. Ideą “A do Z” jest artystyczna i nowatorska wizja niemiecko-polskiego słownika „Bildwörterbuch Deutsch und Polnisch”, wydanego w 1954 r. w Niemieckiej Republice Demokratycznej. Hasła pochodzące z pierwotnej publikacji zostały przez artystę opatrzone fotografiami, wykonanymi w różnych częściach Polski. Cykl ten był wielokrotnie publikowany oraz wystawiany w Polsce i za granicą. Co ciekawe, dwa lata po rozpoczęciu pracy nad projektem, Tobis natknął się na trzecie wydanie słownika z 1967 roku, które było dla niego nowym początkiem i dodatkowym źródłem jego analiz artystycznych.

Facebook/Andrzej Tobis

Publikacja “Drapacz chmur i inne wynalazki”

Mija dokładnie rok, odkąd ta świetna publikacja przeznaczona dla dzieci, pojawiła się w sprzedaży. Katowicka moderna to moja pasja i gdybym tylko miała możliwość zaszczepienia jej moim potomnym, już w zeszłym grudniu klikałabym “kupuję”. Autorzy zabierają nas w niesamowitą podróż ulicami Katowic z lat 20. i 30. XX wieku. Książka w przystępny sposób wyjaśnia, w jaki sposób architektura modernistyczna zmieniła nasz sposób myślenia o planowaniu miejskiej przestrzeni. Cofając się w przeszłość, dowiadujemy się również, co to jest winda paciorkowa (Psst! Możecie sami się nią przejechać, odwiedzając gmach Śląskiego Urzędu Wojewódzkiego w Katowicach!) oraz do czego służyły ogrody zimowe, tak bardzo charakterystyczne dla wielu katowickich budynków. „Drapacz chmur i inne wynalazki” autorstwa kolektywu Niebotyki to doskonała propozycja na zimowe wieczory z dziećmi, która otwiera drogę do zainteresowania architekturą. Polecam!

Do kupienia w internecie
oraz lokalnych księgarniach.

WOLNO

Imponujący przykład knajpy, która gdyby była człowiekiem, to wyrzucona drzwiami wracałaby oknem. Pandemia dała im w kość - w styczniu ledwo co otworzyli swoje wrota, a już w marcu ze smutkiem zamykali je z powodu lockdownu. Ale znów są! Wrócili! Mają przepyszne, nowatorskie (ale nie przekombinowane) pizze o urzekającej nazwie Pizz Off (he, he), które dumnie dostarczą Ci wprost do domu. Robią, co tylko mogą, by magicznie nas przyciągać - promocje, nowości i świetna komunikacja z odbiorcami to ich chleb powszedni. I pamiętajcie - jeśli czegoś nie można, a bardzo się chce, to WOLNO!

WOLNO

ul. Kochanowskiego 14, Katowice



Toskania Na Talerzu

Toskania Na Talerzu to przykład miejsca, którego wszyscy potrzebujemy, ale nie wszyscy mamy tego świadomość. Bo w końcu, co może być lepszego od odrobiny tokańskiego słońca w kieliszku i na talerzu? Wina, sery, oliwy, makarony i cały ogrom innych włoskich pyszności to recepta na lepsze życie! Właścicieli tych dwóch wspaniałych sklepów można już właściwie ochrzcić mianem tokańskich lokalsów. Od lat pracując tam i zwiedzając ten wspaniały region Włoch, zdążyli nawiązać wiele przyjaźni z autochtunami, trudniącymi się produkcją lokalnych dóbr. Dzięki temu, my klienci możemy mieć pewność, że dokonujemy zakupu produktu najwyższej jakości. Będąc myślami w Toskanii, grzechem byłoby nie wspomnieć o ichniejszym winie chianti, które dla lubiących cierpkość i intensywny smak będzie spełnieniem marzeń. Najbardziej poważane są wina produkowane w sercu regionu Chianti oraz według tradycyjnej, lokalnej receptury i określane mianem Chianti Classico DOCG. Zatem kochani - cin cin!

Toskania Na Talerzu
ul. Bankowa 1, Gliwice
pl. Miarki 2, Katowice

KAROLINA KMITA

Mushi(sz) to mieć

„Oh, the weather outside is frightful” – śpiewał Frank Sinatra, a kiedy mróz szczypie w oczy i laskocze podbródek, a we włosach widnieją roztańczone płatki śniegu, przydałoby się coś, co mogłoby nas otulić. Wtedy z pomocą przychodzi nam Mushi – marka, powstała z zamiłowania do drutów oraz maszyny do szycia, które potrafią wyczarować piękne i funkcjonalne cudenka. Wełniane bądź akrylowe czapy w stonowanej barwie kolorystycznej, kominy, opaski, plecaki, czy też torby wysokiej jakości, to inwestycja w produkty, w które Ola Królikowska – założycielka marki – wkłada kawałek serca i które z całą pewnością posłużą Wam przez lata. Asortyment, znajdujący się na stronie internetowej Mushi, to nie wszystko. Personalizowane zamówienia również wchodzą w grę, więc jeśli marzy Wam się jakiś konkretny odcień, materiał, czy zamek w torbie, możecie śmiało skontaktować się z Mushi, odwiedzając ich stronę na Facebooku. Warto również śledzić poczynania Oli na Instagramie, a jeśli chcecie zobaczyć te małe arcydzieła na własne oczy, możecie śmiało odwiedzać katowicką Biksę, znajdującą się przy Placu Miarki.

www.mushi.com.pl
Facebook/mushiclth
Instagram: @mushiclth

Śląski Festiwal Nauki

Piąty Śląski Festiwal Nauki odbędzie się w dniach 29–31 maja 2021 roku. Tegoroczna odsłona odbędzie się w formie hybrydowej, dzięki czemu chętni, którzy nie będą mogli odwiedzić Katowic w tym czasie, będą mieli możliwość uczestnictwa w wydarzeniu w przestrzeni wirtualnej. Przez kilka lat obecności na mapie wydarzeń popularnonaukowych, Śląski Festiwal Nauki urosł do rangi jednego z największych w Europie. Świadczy o tym również fakt, że został on przyjęty do sieci European Science Engagement Association (EUSEA). ŚFN uhonorowano także Złotą Różą – nagrodą dla najlepszej kampanii marketingowej wśród wydarzeń popularnonaukowych. Z okazji przypadających na ten rok setnych urodzin Stanisława Lema – legendarnego pisarza gatunku science-fiction – specjalna część festiwalu zostanie poświęcona jego twórczości. Kolejnym istotnym punktem w harmonogramie imprezy jest m. in. strefa węgla, gdzie zostanie pokazany proces unowocześnienia dziedzictwa przemysłowego naszego regionu. Warto zaznaczyć, że udział w festiwalu będzie całkowicie darmowy. Dzięki takim wydarzeniom, nauka jest na wyciągnięcie ręki. To nie lada gratka, nie tylko dla naukowych freaków.

www.slaskifestiwalnauki.pl

fort. Mushiclth



fort. Maciej Malik

Przyjacielu, nie zapomnij o Kornelu

Jedną z najbardziej usychających gałęzi kultury, jakie najmocniej ucierpiały przez pandemię, jest branża księgarska. Zazwyczaj moje serce łgnie do kameralnych księgarni, bo wiem, że są to miejsca magiczne. Takie, gdzie – oprócz aromatycznej herbatki serwuje się także miłość do literatury i uśmiech od ucha do ucha. Zawsze fascynuje mnie w nich sposób ułożenia książek na półkach – wiele mówi on o dłoniach, które te książki ustawiały, a jeszcze więcej o ich właścicielach. Tam herbatka z kwaśną miną, tańczy walc z żurawiną (tak mi się jakoś pomyślało i zrymowało :-). Takim miejscem jest właśnie kawiarnio-księgarnia, znajdująca się w Cieszynie, a zwie się ona Kornel i Przyjaciele. W progi tego uroczego miejsca zwykli zaglądać takie osobistości jak Michał Rusinek, Justyna Sobolewska, czy też prof. Ryszard Kosiński. Nic w tym dziwnego, gdyż Kornel i Przyjaciele powstał na solidnych fundamentach wrażliwości literackiej oraz miłości do słowa pisanego, z której to miłości potrafi zrodzić się zapadająca w pamięć rozmowa z drugim człowiekiem. A jednym ze sposobów, w jaki możemy podeprzeć ściany tego wspaniałego miejsca oraz mnóstwa innych kameralnych księgarni, jest zamawianie książek za pomocą serwisu www.ksiazkanatelefon.pl.

Adres: ul. Sejmwowa 1, Cieszyn
Facebook/korneliprzyjaciele/

Realizm magiczny w bytomskiej odsłonie

Maciej Malik – pochodzący z Bytomia fotograf, miłośnik szarych klusek z sosem oraz modrej kapusty od wspominanej z nostalgią babci Tosi. Znany z realizacji wspólnych projektów z takimi artystami jak Sarius czy też Kartky. Jego korzenie często bywają powodem do osadzania własnych konceptów w śląskiej przestrzeni. Za pomocą zdjęć wydobywa potencjał starych kamienic, szerokich ulic oraz modernistycznych obiektów miejskich. Kadry Maćka niezaprzeczalnie tchną życie w uśpione elementy naszej codzienności, które zwykle pozostają dla nas niezauważalne. Jednym z przykładów takich realizacji jest fotografia na okładkę płyty rapera Sarius, wykonana za Urzędem Pracy w Bytomiu. Swoją artystyczną ekspresję wyraża w zdjęciach, bez zbędnego dopisywania historii, która buduje się sama, kiedy z rolki aparatu wylaniają się pierwsze kadry. Mówi o sobie: „To, co mnie interesuje w twórczości, to realizm magiczny jak u Marqueza. Chciałbym wraz z rozwojem tworzyć obrazy poetyckie i po prostu zaprosić widza do swojego świata, wierząc, że skoro ja to poczułem, to może ktoś inny też. Nie ma znaczenia, czy planem do realizacji takich pomysłów będzie bytomskie podwórko czy norweskie pustkowia, ale fajnie, jak udaje się to pierwsze pokazać w równie emocjonalny sposób”.

Instagram: @maciej.malik

MOIÉL

– prostota w kapsule czasu

Kiedy myślimy o województwie śląskim, pierwsze skojarzenia, jakie przychodzą do głowy, to przemysł i górnicze krajobrazy. Choć są one uzasadnione, bywają dość krzywdzące, gdyż utrwalają powielane latami stereotypy. Wśród złóż węgla i wszechobecnych kopalń można jednak znaleźć prawdziwe perełki. Jedną z nich jest marka MOIÉL – koncept będący adaptacją francuskiej estetyki, połączonej z duchem włoskiej prowincji. Paleta kolorystyczna ubrań – wariacja w odcieniach bieli, różu, grafitu oraz kwiatowych wzorów – stanowi esencję całej kolekcji. Dobór tkanin i krojów został przemyślany w taki sposób, aby wyjść poza ramy sezonowych strojów, dzięki czemu kobieca sensualność może być wynoszona na piedestał, niezależnie od pogody za oknem.

MOIÉL to marka premium, która powstała dla kobiet świadomych swojej subtelności, pięknych wewnątrz – potrafiących poprzez dobór odzieży opowiedzieć swoją historię. Najwyższej jakości wiskozy i włoskie jedwabie, połączone z nutą romantyzmu, to inwestycja w ponadczasową garderobę, która mimo upływu lat będzie wydobywać z kobiet to, co najcenniejsze.

www.moiel.pl

Instagram: [@moielbrand](https://www.instagram.com/moielbrand)



fot. MOIÉL

KATARZYNA KONECKA

Szczyrk

– zimowe, festiwalowe miasto, czyli SnowFest 2021

Ubiegły rok dał nieźle popalić nam wszystkim. To najdziwniejszy rok, jaki pamiętam; z bardzo ograniczonymi możliwościami wyjazdów, spotkań ze znajomymi, bez festiwalu i koncertów. Życzę Wam i sobie, aby już nigdy się nie powtórzył, a krokiem w stronę powrotu do tego, co było, niech będzie SnowFest i rozpoczęcie 2021 roku zimowym festiwalem muzycznym w Szczyrku. Już 5–6 marca, specjalnie dla fanów m.in.: hip-hopu, muzyki elektronicznej, czy drum’n’bass podczas ósmego festiwalu na scenie zagospodzą polscy i zagraniczni artyści, m.in.: Rudimental DJ Set, Metrik, Catz’n Dogz, Łona i Webber, Boys Noize, PRO8L3M, Łąki Łan, czy Culture Shock – brytyjska legenda, która odcisnęła ogromne piętno na współczesnej scenie muzyki klubowej. A to oczywiście nie koniec line-upu. Oby SnowFest wprowadził nas na drogę tegorocznych festiwalu.

www.snowfest.pl,

bilety: last call 280 zł (od 1.02 do 5.03 lub do wyczerpania zapasów)



fot. SnowFest

Katowicka Anwa, czyli historia zawarta w szkłe

Wreszcie zapanowała moda na to, co nasze, polskie. A jeszcze fajniej mieć w domu coś, co jest ręcznie wykonane, użyteczne i do tego pięknie wygląda. To wiedzą Pan Andrzej i Pani Wanda, właściciele istniejącego od ponad 30 lat sklepu ze szkłem, porcelaną i ceramiką od polskich producentów – Anwa. Ich sklep znajduje się w Katowicach na rogu ulic Kochanowskiego i Wojewódzkiej. Znajdziecie tam same perełki – szkło ozdobne i użytkowe, znaną na świecie ceramikę Bolesławiecką, porcelanę ZPS „Karolina” z Jaworzyny Śląskiej, czy porcelanę Kristoff, produkowaną w Wałbrzychu. Szklanki, kubki, kieliszki, talerze, talerzyki i dekoracje – to wszystko i wiele więcej znajduje się w prowadzonym z pasją i miłością miejscu. Szukasz inspiracji na wyjątkowy, niecodzienny prezent? Chcesz sprawić sobie unikatową pamiątkę do mieszkania? Zajrzyj koniecznie do Anwy. Jeśli zapragniesz dowiedzieć się czegoś więcej o skarbach ze sklepowych półek – Pan Andrzej i Pani Wanda z pewnością podrzucą Ci niejedną, ciekawą anegdotkę.

Adres: ul. Kochanowskiego 2, Katowice
godz. otwarcia: poniedziałek – piątek 11:00–18:00,
sobota 11:00 – 14:00

Hetman Jewelry – noś Śląsk nie tylko w sercu

Spodek, Osiedle Gwiazdy, żyrafa z Parku Śląskiego, czy szyby kopalnianie – to nie tylko najbardziej charakterystyczne i wszystkim znane miejsca na mapie, ale także symbole Śląska, które możesz mieć zawsze przy sobie. Jak? W postaci biżuterii. Poznajcie Katarzynę Hetman, artystkę urodzoną w Katowicach, wychowaną w Sosnowcu. Jak sama o sobie mówi „jest jednoosobową firmą, marką, menadżerem, dostawcą i głównym krytykiem”. Pod nazwą Hetman Jewelry tworzy prawdziwe perełki ze złota i srebra. Jej kolekcja „Śląskie” ujrzała światło dzienne w połowie 2017 roku i do tej pory ma się świetnie. Kolczyki i spinki do mankietów w kształcie katowickiego Spodka – bardzo proszę, kolczyki będące rzutem z góry wieżowców Gwiazdy i Kukurydze – oto są. Kasia stworzyła też minimalistyczne kolczyki, odzwierciedlające kielichy starego dworca PKP w Katowicach. Można by wyliczać dalej, ale prawdziwą wisienką na tym jubilerskim torcie są kolczyki i pierścionki w kształcie kluski śląskiej.

www.hetmanjewelry.com,
Facebook/hetmanjewelry



fot. Piu Pizza & Busto

PIU, czyli więcej.

Więcej od gotowania

W samym środku pandemii, w listopadzie 2020 roku, na sosnowieckiej Pogoni narodziło się PIU Pizza & Bistro. PIU, czyli po włosku „więcej” – bo więcej od gotowania i jedzenia oczekuje szef kuchni, uczestnik programu Top Chef, wyróżniony przez Wojciecha Modesta Amaro stażem w Atelier Amaro – Adrian Feliks. I faktycznie jest PIU, bo to miejsce stworzone na fundamentach miłości, pasji do gotowania i celebrowania jedzenia. W menu znajdziecie rzecz jasną pizzę, która już w opinii wielu osób walczy o Top 3 na Śląsku i Zagłębiu. Ważną składową restauracji są lunchy, serwowane od poniedziałku do piątku w godz. 12:00 – 16:00. Coś dla siebie znajdą też wegetarianie i zwolennicy kuchni roślinnej, ponieważ w menu wydzielona została sekcja green zone. Jeśli po włoskiej uczcie będziecie mieli jeszcze wolną przestrzeń w żołądku, to możecie skorzystać z oferty delikatesów i upolować do domu słodczek ulubionego deseru, który będzie przypominał Wam o przebytej podróży kulinarnej.

www.piupizza.pl
Adres: ul. Sucha 18, Sosnowiec

Druciany design jest ich pasją

Jeśli słyszysz słowo „kwietnik” oczyma wyobraźni widzisz toporne, drewniane lub metalowe stojaki na kwiaty rodem z PRL-u, to koniecznie musisz odczarować to wyobrażenie, oglądając dzieła duetu Ustawne. Ania i Dawid – małżeństwo z Bielska-Białej – tworzą proste, minimalistyczne, a dzięki temu piękne i ponadczasowe kwietniki. Inżynier z wykształcenia i konstruktor z zamiłowania idealnie uzupełnia kreatywne zdolności swojej żony, która dzięki głowie pełnej pomysłów projektuje kwietniki. Kochają rośliny i robią dla nich wszystko, co pozwoli je wyeksponować, a przy tym jest nowoczesne, funkcjonalne i ręcznie wykonane. Niezależnie od tego czy wolisz styl scandi, uwielbiasz błysk glamour, czy mieszkasz w loftcie – druciane kwietniki od Ustawne odnajdą się w każdym wnętrzu i wyeksponują całe piękno Twoich ulubionych kwiatów.

www.ustawne.com,
Facebook/Ustawne

fot. Ustawne



Give Her A Job

Choć ten rok nie należał do najłatwiejszych, nauczył nas jednego, albo raczej potwierdził starą prawdę, że „jedyną stałą rzeczą w życiu jest zmiana”. Jeśli potrafimy się dopasować i jesteśmy elastyczni, jakieś wyjście zawsze się znajdzie. Oczywiście samo nie przyjdzie, trzeba mieć pomysł i chęci. Z Dorotą Greniuk (Magdziarz), naszą wieloletnią autorką z branży mody, rozmawiamy o Jej fejsbukowym projekcie, który zrzesza ponad 20 tysięcy członkiń.

fot. Kamila Jarmal
na zdjęciu Dorota Greniuk



**Rozmawiała
Sabina Borszcz**

Jak to się wszystko zaczęło?

Pomysł na grupę Give Her A Job narodził się na początku lockdownu. Pewnego dnia odebrałam telefon od mojej ówczesnej szefowej i dowiedziałam się, że niestety, ale musimy zakończyć współpracę. Pracowałam w marketingu w branży turystycznej, która, jak wiemy, tuż obok gastronomii i usług w tym roku ucierpiała najbardziej. Jestem z natury introwertykiem, więc rzadko dzielę się takimi wiadomościami z życia, ale wtedy wydawało mi się, że utrata stałej pracy to koniec świata. Napisałam posta w grupie mojej koleżanki, też tylko dla kobiet – Quarantine Outfitters Daily (dziewczyny wrzucały swoje stylizacje, w jakich pracują z domu), gdzie podzieliłam się swoimi uczuciami i zdjęciem z informacją, że wybieram się właśnie od wielu dni do pracy, niestety podpisać wypowiedzenie. Poza wsparciem emocjonalnym, pojawiło się dużo postów z cyklu „nie jesteś sama, ja też straciłam pracę”. Ponieważ nie lubię nic nie robić, od razu do głowy wpadł mi pomysł: może to dobry moment, aby też założyć grupę? Poza tym nic tak nie pomaga, jak pomaganie innym. Pomysł przegadałam z moim mężem, a następnie z przyjaciółką Alicją Lechat, a ona od razu wyraziła chęć wsparcia mnie i do dziś to robi, dzieląc swój czas między dziecko i pracę w działaniach administratorki grupy. Tak naprawdę to był impuls i intuicja, która jak zwykle mnie nie zawiodła. Uwielbiam naszą grupę.

Od kiedy działa i ile dziewczyn do niej należy?

Grupa powstała na początku kwietnia i dziś mamy już 20,6 tysięcy członkiń. Ale to stale wzrasta, więc pewnie w momencie publikacji magazynu te dane będą nieaktualne. Cieszy mnie nie tylko liczba dziewczyn w grupie, a bardziej to, że wciąż trwamy i pomagamy sobie wzajemnie. Kolejne osoby chcą współtworzyć kobiecą społeczność.

No właśnie, a kto może do niej dołączyć i na jakich zasadach?

Ten rok dość mocno pokazał, że kobiety nieustannie muszą walczyć o swoje prawa. Niestety wciąż szanse na rynku pracy są nierówne, wystarczy wspomnieć o wynagrodzeniach. Give Her A Job to miejsce, gdzie kobiety pomagają kobietom, bez oceniania, szczerze i z zaangażowaniem. Można się tutaj wyżalić, można poradzić jak ulepszyć CV, gdzie szukać pracy, współpracownicy albo idealnej kandydatki do swojej firmy.

Czy grupa działa w oparciu o jakiś regulamin?

Regulamin staramy się wciąż dopracowywać, razem z moderatorkami, które zupełnie pro bono zgłosiły się do pomocy. Grupa się powiększa, więc musimy działać dynamicznie i dostosowywać się do potrzeb jej użytkowniczek. Tak jak wspomniałam, dziewczyny potrafią się wspierać i działać razem. Przede wszystkim zależy mi, aby atmosfera była dobra i bazowała na wzajemnym szacunku; powiem kolokwialnie: wystarczy

już wszechobecnego hejtu w sieci i niestety ostatnio poza nią. Nie ma tu miejsca na agresję i ataki słowne. Pierwszy i konieczny warunek to akceptacja regulaminu oraz przestrzeganie jego zasad. Wszystkie osoby, które w wyraźny sposób ignorują jego podstawowe założenia, zostają usunięte.

W jaki sposób, zatem, pomagacie w znajdowaniu pracy?

Członkinie grupy polecają siebie wzajemnie, kto tylko może, wkleja ogłoszenia – z firmy, gdzie pracuje lub znalezione w sieci. Graficzki pomagają w tworzeniu pięknego CV, dziewczyny radzą od strony merytorycznej; a kto promuje swój biznes, ma u nas możliwość zareklamowania się i szukania kontrahentów.

Podaj, proszę, jakiś przykład zakończony sukcesem, czyli znalezieniem pracy.

Nie mogę zdradzać tajemnic grupy :) Powiem tak: jasne że to działa, bo dostaję wiadomości od dziewczyn, którym się udało. Ktoś założył agencję reklamową i w grupie znalazł swoją drugą biznesową połowę. Ktoś inny dostał motywację i wsparcie potrzebne do dalszego działania. Dziewczyny otrzymują zlecenia z zakresu social mediów, grafiki, copywritingu, zajęć językowych i wielu innych. Sama, miesiąc po założeniu grupy, znalazłam pracę odpowiadając na jedno z ogłoszeń, co mocno mnie zmotywowało i dało wiarę, że to, co robię, ma sens, a poczucie własnej wartości powróciło.

Może to zabrzmieć dziwnie, ale z perspektywy czasu wiem, że utrata pracy w marcu to było najlepsze, co przytrafiło mi się w tym roku. Jestem teraz w zupełnie innym miejscu, przypominałam sobie, że jedyną pewną rzeczą w życiu jest zmiana. Dzięki temu zmieniłam też podejście; myślę, że warto wyjść poza swoją strefę komfortu, zwłaszcza, gdy ta istnieje głównie w naszej głowie.

Przedemną ogromne zmiany w życiu, nie tylko zawodowym; dlatego chciałabym kontynuować działania na rzecz pracy i działań kobiecych. Szukam dalszych rozwiązań i planuję przedsięwzięcia związane z kobiecymi biznesami. Kocham modę, którą zajmuję się od lat, polubiłam się z marketingiem, którym zajęłam się z lata temu, wyracając swoje życie do góry nogami. Teraz nie mogę się doczekać, aż uda mi się zrealizować kobiece projekty. Wszystkie dziewczyny czujące, że kobiety mają moc, zapraszam do grupy, a także do współpracy.

Dziękuję za rozmowę.

Żółto na szarym

Maciek Szczęch

Nie sądziłem, że kiedykolwiek pochylę się nad tego rodzaju tematem, ale umówmy się: sprawa jest co najmniej ciekawa. Tak jak przyzwyczajamy się do wielu rzeczy normalnych i cudaczych, tak też przyjęliśmy za oczywistość, w dodatku bezrefleksyjnie, że ktoś lub coś co roku mówi nam: “W tym sezonie będzie modny...”, tudzież: “Obowiązywał będzie kolor taki a taki”. “No i świetnie” - myślimy sobie - “Fajnie, że nie chabrowy, bo w chabrowym wyglądam jak chaber.” Albo: “To dobrze, że sjena palona, bo właśnie taką kurtkę kupilem i teraz będę modnie wyglądał”. Nigdy jednak nie zastanawiamy się, kto, dlaczego i na jakiej podstawie mówi nam, że w tym roku królować będą żółty i szary (wiem to na pewno, bo przeczytałem w internecie, a tam wszystko jest na pewno).

Tak się jednak składa, że rzeczywiście istnieje takie coś, czyli Pantone Color Institute. Nie obwieściła on koloru roku w toporny sposób, na zasadzie “bo tak”, jak można by odpowiedzieć dziecku, które zadreżcza pytaniami typu: “Dlaczego nie mogę napić się twojego winka, skoro mówisz, że jest pyszne?”. Ludzie z instytutu tak nie mówią. To krasomówcze przecinaki. Barwnie i poetycko piszą, że oto nastały czasy, w których bazując na solidnych i wiecznych podstawach, godnie i ze spokojem znoszących próbę czasu i trudy codzienności (patrz: szare kamyki w rzekach i niezniszczalne szare gruzy zniszczonych budynków) potrzeba nam nowej energii i światła, ze sporą dawką radości i witalności (patrz: żółte i uśmiechnięte słoneczko, ewentualnie okładka Cyberpunka 2077).

To dlatego jedną z lepszych rzeczy, jakie możemy zrobić w tym roku będzie zastruganie wszystkich szarych i żółtych kredek



w naszym piórniku. Mamy wtedy gwarancję, że idealnie wkomponujemy się ze swoimi kolorowankami w ten naszpikowany oczekiwaniami rok 2021.

Jeśliby ktoś jednak nie dawał wiary tego typu instytucjom i podważał ich uzasadnienie co do barw, jakie mają nam towarzyszyć w roku bieżącym, to proponuję wziąć sprawy w swoje ręce. Bo ja rozumiem, że spojrzeń na świat jest mniej więcej tyle, ile ludzkich oczu, podzielonych przez dwa. Zaznaczam tylko, jak ogromne znaczenie ma kwestia interpretacji, a co za tym idzie, odpowiednich skojarzeń.

Dajmy na to, że kolorem sezonu ma być czarny jak moje cholewiaki, w których całe błoto tego świata mam w pogardzie. Jest i szykownie, i zasadnie. Jednak czarny to też kolor kojarzący się z miejscem, gdzie zwykli bywać ludzie w poważnych tarapatkach. I już tak fajnie nie jest.

No to może biały? Sprawdźmy to. Biel jest jasna, czysta i niewinna, tak jak przyszłość naszych pragnień i marzeń sennych. Ta sama biel może być bardziej przyziemna i pospolita, jak chociażby kitle personelu medycznego, analizującego dziwy na zdjęciu RTG śledziony. I znów robi się przykro. Jak zatem widać, skojarzenia są kluczowe.

No i co tu robić? No nie wiem. Może niech każdy sam, we własnym zakresie sobie ustali, które kolory mu się dobrze kojarzą i z tymi kolorami rusza w świat. Tak chyba będzie lepiej?

PS Ciekawe, czy z tym Cyberpunkiem to tylko przypadek?

Maciek Szczęch



for. Wojciech Radwański / @ra2nski / Katowice, styczeń 2017 r.

Kwestionariusz

Anna Dziewit-Meller



Pisarka i dziennikarka, wcześniej także liderka kobiecego zespołu rockowego Andy. W jej literackim dorobku znajdują się powieści „Od jednego Lucypera” (2020), „Disko” (2012) i „Górę Tajget” (2016). W 2017 r. opublikowała książkę „Damy, dziewczuchy, dziewczyny. Historia w spódnicy”, a wraz z Agnieszką Drotkiewicz dwa tomy wywiadów „Głośniej! Rozmowy z pisarkami” oraz „Teorię trutnia i inne. Rozmowy z mężczyznami”; natomiast z Marcinem Mellerem zbiór reportaży „Gaumardżos! Opowieści z Gruzji”. Oprócz twórczości własnej wiele czasu poświęca książkom cudzym – wcześniej w programach telewizyjnych, od 2016 r. w autorskim kanale internetowym bukbuk.pl. W 2016 roku nominowana była za wywiad do Nagrody Grand Press. Pochodzi ze Śląska, mieszka w Warszawie. Od stycznia 2017 r. felietonistka „Tygodnika Powszechnego”, pisze także dla „Polityki” i „Forbes Women”.

Pytania:

Główna cecha mojego charakteru? Wytrwałość, empatia. 2. Cechy, których szukam u mężczyzny? Zależy u którego. Męża cenię za to, że jest nie tylko mężem, ale także przyjacielem. 3. Cechy, których szukam u kobiety? Otwartość, empatia, poczucie humoru, dystans do siebie. 4. Co najbardziej cenię u przyjaciół? Empatię, otwarte głowy i to, że są blisko, gdy tego trzeba. 5. Moja główna wada? Niezdecydowanie. 6. Moje ulubione zajęcie? Zależy od stopnia zmęczenia. Często najbardziej lubię po prostu wypaść się. 7. Moje marzenie o szczęściu? Niech nie jest dużo gorzej niż teraz, mnie to wystarczy. 8. Co wzbudza we mnie obsesyjny lęk? Globalne ocieplenie i sąsiedztwo Rosji. 9. Co byłoby dla mnie największym nieszczęściem? Choroba bliskich. 10. Kim lub czym chciałabym być, gdybym nie była tym, kim jestem? Nosem, kimś, kto tworzy perfumy. 11. Kiedy kłamię? Nie kłamię. 12. Słowa, których nadużywam? Obawiam się, że niecenzuralne. 13. Ulubieni bohaterowie literaccy? Pippi Pończoszanka. 14. Ulubieni bohaterowie życia codziennego? Moje babcie, rodzice, przyjaciółki. 15. Czego nie cierpię ponad wszystko? Zakłamanie. 16. Dar natury, który chciałbym posiadać? Ostatnio – umiejętność szybszej regeneracji. 17. Jak chciałbym umrzeć? Pogodzona z życiem. W domu. 18. Obecny stan mojego umysłu? Twórczy chaos. 19. Błędy, które najczęściej wybaczam? Generalnie raczej wybaczam błędy i daję drugą szansę. 20. Twoja dewiza? Nie dowiesz się, jeśli nie sprawdzisz na własnej skórze. 21. Twoje ulubione miejsce na Śląsku? Park Kultury. 22. Stereotyp o Ślązakach, który uznajesz za prawdziwy? Że są strasznie konserwatywni. 23. Jak jest Twoje ulubione śląskie słowo? Gizd, oberiba, szmaterlok. 24. A za którym ze śląskich słów nie przepadasz? Nie ma takich.

nr 13

Michał Kubieniec



Kwestionariusz Prousta to rodzaj popularnej gry towarzyskiej z XIX wieku, która na przestrzeni czasu doczekała się wielu przeróbek. My do legendarnego zestawu pytań dodaliśmy kilka tych o Śląsk.

Rocznik 1987. Absolwent kulturoznawstwa na Uniwersytecie Śląskim. Kurator, aktywista miejski, lokalny przedsiębiorca. Jako kurator współpracował z Instytucją Kultury Katowice Miasto Ogrodów, z Muzeum Śląskim, Brain Damage Galery, czy z Galerią BWA Wrocław. Koordynował wiele projektów kulturalnych m.in. Rajza po Kato, Design it. In Silesia, a także Katowice Street Art Festival. Jest członkiem kolektywu Miastoprojekt. Publikował teksty o tematyce miejskiej na łamach „Magazynu Kontakt”, „Szumu” oraz „F5”. Aktualnie prowadzi sklep Geszeft, promujący śląskich projektantów i jest odpowiedzialny za wydarzenia kulturalne przy projekcie Fabryka Pełna Życia w Dąbrowie Górniczej.

Pytania:

1. Główna cecha mojego charakteru? Porywczność. 2. Cechy, których szukam u mężczyzny? U kobiet i mężczyzn szukam tego samego – empatii, otwartości na świat, życzliwości, odpowiedzialności i pewnie jeszcze paru innych cech. 3. Cechy, których szukam u kobiety? Jak wyżej. 4. Co najbardziej cenię u przyjaciół? To, że po prostu są. 5. Moja główna wada? Porywczność (czasem wada, czasem zaleta). 6. Moje ulubione zajęcie? Mikroturystyka miejska. 7. Moje marzenie o szczęściu? Wszyscy zdrowi. 8. Co wzbudza we mnie obsesyjny lęk? Utrata najbliższych. 9. Co byłoby dla mnie największym nieszczęściem? Utrata najbliższych. 10. Kim lub czym chciałbym być, gdybym nie był tym, kim jestem? Lubię swoje życie, nie szukam innego. 11. Kiedy kłamię? Staram się jak najrzadziej. 12. Słowa, których nadużywam? Dużo przeklinam. 13. Ulubieni bohaterowie literaccy? Włóczykij. 14. Ulubieni bohaterowie życia codziennego? Żona z córką. 15. Czego nie cierpię ponad wszystko? Klasowej pogardy i poczucia wyższości. 16. Dar natury, który chciałbym posiadać? Cierpliwość (może niezbyt spektakularna cecha, ale mnie akurat przydałaby się). 17. Jak chciałbym umrzeć? Nie chciałbym umierać. Życie jest spoko. 18. Obecny stan mojego umysłu? Lekki chaos spowodowany pandemią. 19. Błędy, które najczęściej wybaczam? Ogólnie staram się wybaczać, a jak mi to wychodzi, to już nie do mnie pytanie. 20. Twoja dewiza? Dewizy życiowe zostawiam coachom i literatom à la Paulo Coelho. 21. Twoje ulubione miejsce na Śląsku? Koszutka. 22. Stereotyp o Ślązakach, który uznajesz za prawdziwy? Stereotypy mają to do siebie, że nie są prawdziwe ;). 23. Jak jest Twoje ulubione śląskie słowo? Geszeft. 24. A za którym ze śląskich słów nie przepadasz? Nie ma takiego. Nie przepadam za to za sprowadzaniem śląskiego języka do prymitywnych heheszków.

#zabierzpladododому
GOTUJEMY DLA WAS, WALCZYMY, DZIĘKUJEMY!



ZDJĘCIE: KATARZYNA WOSIAK

Górnych Wałów 42, 44-100 Gliwice | 32 413 06 60

 PLADO_RESTAURACJA



 RESTAURACJAPLADO

CELEBRUJ CHWILE MIMO WSZYSTKO!
#CELEBRUJZUMAMI



ZDJĘCIE: JOANNA KĘPA FOTOGRAFIA

SIKORSKIEGO 46, 44-120 PYSKOWICE | 32 333 22 46

 UMAMI_RESTAURACJA



 UMAMIRESTAURACJA

Apetyt na 2021

Czy już najwyższa pora przejść na klimatarianizm? Kto i dla kogo gotuje w ghost kitchen? Z czym się je szarańczyn strąkowy i dlaczego do łask wraca masło? Słów kilka o trendach kulinarnych na rok 2021.

Ola Czapla-Oslislo



W modzie zawsze mała czarna. W serialach – „Orange is new black”. Także w kuchni co roku eksperci ogłaszają hasła w stylu: „kalaflor jest nowym jarmużem” lub „poke nowym ceviche”. I pewnie na okładkach najważniejszych magazynów kulinarnych pojawiłyby się objawienia na najbliższe dwanaście miesięcy, gdyby nie pandemia, która wyrzuciła świat gastronomii do góry nogami... Jej skutki widać w każdym trendzie, o czym mówią szefowie kuchni od Chicago przez Warszawę po Oslo.

Wróciliśmy do domu. Na dobre. Na długo. Krążąc między własną lodówką a biurkiem, zaczęliśmy wertować zakurzone książki z przepisami, bo był na to czas i potrzeba. Zaczęliśmy wypiekać chleb i przygotowywać zakwas, co oznacza, że nieraz od wsadzenia rąk w mąkę do wyjmowania gorącego bochenka mija aż 20 godzin! Znalazł się czas na kiszenie, marynowanie, gotowanie. Zaczęliśmy na dobre przyjmować gości i dla nich przyrządzać posiłki. Okazało się przy okazji, że domówki są tańsze niż wyjścia do restauracji i równie przyjemne. Wszystko to kompletnie zmieniło trendy kulinarne. Po pierwsze wróciły domowe smaki i ten, kto chce nas uwieść w najbliższym czasie, musi dbać o tzw. comfort food (dania i smaki przynoszące radość, przyjemność oraz cudowne wspomnienia, najczęściej z dzieciństwa). Dlatego m.in. do łask wraca masło (olej kokosowy idzie zdecydowanie w odstawkę), zrobiona na nim szarlotka czy aromatyczna zupa cebulowa. Hasło „comfort food” powtarza cała gastronomia Nowego Yorku, a sławni szefowie kuchni twierdzą zgodnie, że hitem w ich metropolii będzie... paella – sycąca, gorąca i gotowa do dzielenia się ze współbiednikami.

Domowa perspektywa wymusza także większą oszczędność – dlatego w 2021 roku liczyć się będą tanie obiady i gotowanie w duchu zero waste, z wykorzystaniem resztek. Znikają z pola widzenia szwedzkie bufety oraz obfite cateringi – to nie czas ani miejsce, by ucztować i marnować jedzenie, gdy ludzie masowo chorują czy np. zbiorowo tracą pracę. Wszelki przepych w gastronomii jest obecnie nietaktem – oznacza to zarówno mniej jedzenia, mniej marnowania, jak i zredukowaną usługę w ogóle (serwis kelnerski itp.). Od lat podkreślana lokalność osiąga apogeum – nie chodzi już bowiem o modę na lokalne produkty, ale o lojalność wobec sąsiadów. Kupujemy w małych sklepach, żeby przetrwały. Zamawiamy obiady w restauracji, do której chcemy kiedyś wrócić. Konkretnie wsparcie dla konkretnych ludzi z imienia i nazwiska. Restauratorzy (od tuzów gastronomii z gwiazdkami, po właścicieli bistro) też szybko przeszli na model delikatesów i to, co się da, pakują w słoiki, pudełka, by oferować je nam na wynos. Nowe zjawisko ma już swoją nazwę w branży – to tzw. ghost kitchen lub dark kitchen, czyli kuchnie, które działają lub są dopiero tworzone, wyłącznie w celu przygotowania żywności do dostawy albo odbioru. Koszt

Od lat podkreślana lokalność osiąga apogeum – nie chodzi już bowiem o modę na lokalne produkty, ale o lojalność wobec sąsiadów.

prowadzenia takich „pustych” restauracji jest zdecydowanie mniejszy niż w przypadku ich tradycyjnych odpowiedników, dlatego stają się tak bardzo konkurencyjne.

Mimo obowiązującego komfortu i powrotu do znanych, tradycyjnych dań, świat musi się karmić choć odrobiną nowości. Na salony w nowym roku wchodzi w wielkim stylu szarańczyn strąkowy – i choć botaniczna polska nazwa może budzić niepokój, to strąki drzewa zwanego karob przypominają w smaku słodzone kakao. Z nasion wyrabia się mączkę, z miąższu i strąków – słodką melasę. Drugim hitem – i zarazem następcą święcącego triumfy w ostatnich latach owocu yuzu – ma być sudachi. To cytrus z wysp japońskich, o niezwykle aromatycznej skórce. Na finał moda na grzyby, ale w nowej odsłonie, np. wędzone lub suszone niczym wołowina (w ramach miniprzekąsek).

Jest też szansa, że po raz pierwszy załagodzi się spór między mięsozercami a wegetarianami oraz weganami. Szanując wzajemne wybory i preferencje kulinarne, w dobrym tonie będzie wspólne jedzenie w duchu klimatarianizmu, czyli takie, by jak najmniej szkodzić planecie. Klimatarianie uważają, że wciąż możemy jeszcze bardziej się o to postarać, a nasze codzienne wybory związane z jedzeniem, mogą zmieniać losy świata. Podstawa to: jedzenie produktów lokalnych (by ograniczyć ślad węglowy transportu), wybieranie artykułów, podczas produkcji których jest jak najmniejsza emisja gazów cieplarnianych oraz zużywanie każdej jadalnej części. A jak już zaczniemy bardziej świadomie kupować i jeść, to w obowiązującej pandemicznej i postpandemicznej rzeczywistości najważniejsze będą... śniadania. I tu eksperci, szefowie kuchni, recenzenci kulinarni i zwykli zjadacze chleba są zgodni – nigdy dotąd tak bardzo nie celebrowaliśmy poranków w naszych domach. Nigdy tak długo nie paradowaliśmy w piżamach z kubkiem gorącej kawy. I jeśli i tak jest w Waszym przypadku, to chcąc nie chcąc, już wdrażacie w życie światowe trendy gastronomiczne 2021 roku!

Ola Czapla-Osliślo



Shakemebaby

4#Negroni

czyli włoska robota czy tylko legenda by Darek Jasica

fot. Monika Burszczan



W okresie zimowym częściej sięgamy po czerwone wino, smaki wytrawne oraz te ziołowe. Dzisiaj będzie o Negroni – słodko-gorzkim połączeniu, zaraz po Old Fashioned drugim najpopularniejszym klasyku, który idealnie sprawdza się w chłodne wieczory przy kominku, ale też orzeźwia w te letnie, przy basenie ;)

Protoplastami Negroni są dwa włoskie drinki: Milano-Torino (zmieszany w równych proporcjach słodki wermut i Campari) oraz Americano (połączenie w 1/3 słodkiego wermutu, Campari oraz wody gazowanej), spopularyzowanego przez amerykańskich turystów, dla których klasyczne Milano-Torino było zbyt mocne.

Historia Negroni, czyli dwie wersje.

Pierwsza:

Oficjalnie za twórcę Negroni uznaje się hrabiego Camillo Negroni, który to w 1919 r. we Florencji poprosił zaprzyjaźnionego barmana Fosco Scarselli, pracującego w Caffè Casoni, aby ten wzmocnił jego ulubiony koktajl Americano, zamieniając wodę sodową na gin. Hrabia Camillo kochał podróżować po świecie, zwiedzać Amerykę, czy też w pewnym momencie pomieszkiwać w Londynie (skąd wzięło się jego zamiłowanie do ginu).

Druga:

Po sukcesie koktajlu rodzina Negroni założyła Negroni Distillerię w Treviso we Włoszech i wyprodukowała gotową wersję napoju, sprzedawanego jako Antico Negroni 1919. Jak sami twierdzą, wersja z Camillo została wymyślona w celach marketingowych, a prawdziwym twórcą był generał i hrabia Pascal Olivier de Negroni, który podobno wymyślił przepis, by pomóc swojej żonie z problemami żołądkowymi.

Która historia jest prawdziwa, raczej nigdy się nie dowiemy, Camillo podobno nigdy nie istniał, aczkolwiek w Wikipedii możemy znaleźć nawet jego życiorys oraz zdjęcia.

Przepis:

30 ml ginu
30 ml wermutu
(rosso) 30 ml
Campari

Wszystkie składniki umieścić w szklance typu short, wypełnionej lodem, potem dobrze wymieszać, aby schłodzić oraz rozwodzić koktajl. Taflę koktajlu z aromatyzować zestem z pomarańczy.

Wariacje:

Istnieje wiele odmian Negroni, oprócz wspomnianego już Americano czy Milano-Torino możemy wyróżnić: White Negroni, gdzie czerwony wermut zastępujemy białym, a Campari - białym gorzkim likierem np. Luxardo Bianco. Negroni Sbagliato, tutaj natomiast zamiast ginu używamy prosecco. Boulevardier to natomiast połączenie w równych proporcjach wermutu, Campari oraz bourbonu. Smacznego! Darecki ;)



Bar w restauracji Plado w Gliwicach.

Niech będzie ogień!

Czego to człowiek nie zrobi,
żeby poczuć, że rzeczywiście
mamy zimę. Jemy spaleniznę
i carbonarę z cynamonem,
po to, by wykrzesać ogień
w kuchni, skoro pogoda taka
nijaka. A jeśli w końcu będzie
mróz, to rozgrzeje nas chili.



Wybrałam się dzisiaj na spacer. Bo to obecnie jedyna szansa na przedświąteczne spotkanie z przyjaciółmi. Jeżdżę teraz po mieście prawie wyłącznie rowerem, bo wolę unikać komunikacji zbiorowej, a poza tym to jedna z nielicznych okazji, żeby trochę się ruszyć. Rower w grudniu? - dziwią się niektórzy. Ale moi drodzy, co to za grudzień? To zima tylko z przyzwyczajenia. I to właśnie ono każe mi jednak na ten wieczorny spacer rowerowy włożyć sweter z czystej angielskiej wełny i puchową kurtkę. Obawiałam się, że zmarznę, spędzając wieczór na dworze, bo to przecież zima. Poza tym liczyłam też na to, że taki look nada mi charakter osoby, której zupełnie na niczym nie zależy, ale jednak wydaje się, że jest jej ciepłutko i wygodnie. Potwierdziła to moja koleżanka, zauważając, że wyglądam jak bohaterka świątecznego filmu o Nowym Jorku. No, sukces! Ale co się umęczyłam, to moje. Podczas gdy wszyscy wokół dygotali z zimna, ja marzyłam o tym, żeby już jechać do domu. I to nie po to, by się ogrzać, ale ściągając z siebie ubrania, bo zaraz się ugotuję. Nietypowo jak na zimę...

Z historii tej wysnułam jednak mimo wszystko morał, a nawet dwa. Po pierwsze – najlepsze na ogrzanie jest to, co naturalne. Na tyle najlepsze, że trzeba uważać, żeby nie przesadzić. A po drugie – ostatnio mało mamy doznań związanych z temperaturą. Na dworze brak mrozu, w domu najczęściej nie mamy kominków, a często nawet kuchenek gazowych. Więc w naszych życiu coraz mniej jest lodu i ognia, nie tylko dlatego, że skończyła się już „Gra o tron”. Wobec tego dziś proponuję Wam kilka pomysłów na podkręcenie atmosfery w kuchni za pomocą ognia (a nawet bez ognia, ale równie ogniście). Będzie też naturalnie – do tego chyba Was nie muszę przekonywać, bo przecież ostatnio bardzo doceniamy to, co naturalne. Ale pozwólcie, że na dodatek przywołam tutaj jeszcze opinię specjalisty. Claude Lévi-Strauss, klasyk antropologii kultury, w książce „Surowe i gotowane” pisze o tym (w dużym skrócie), iż przygotowywanie jedzenia za pomocą bezpośredniego oddziaływania ognia jest metodą najbardziej pierwotną, najbliższą naturze. Od siebie zaś dodam, że bezpośredni kontakt z ogniem, którego nie możemy kontrolować tak jak kuchni indukcyjnej, sprawia, że składniki stają się przynajmniej częściowo przypalone. A to, choć zdecydowanie nie jest zdrowe, intensyfikuje doznania smakowe i inne. Dlatego kochamy chrupiące kielbaski z ogniska. Ten fenomen ma nawet swoją naukową nazwę. To reakcja Maillarda, zachodząca podczas smażenia lub podgrzewania jedzenia zawierającego białka i cukry. Jej wynikiem jest zapach, który większość z nas odbiera jako wyjątkowo ponętny. Weźmy na przykład przypieczone bułeczki cynamonowe, świeży chleb, słód piwny czy popcorn. Głodni? Rozpalmy więc ten ogień!

Jednym z najbardziej popularnych sposobów na ogrzanie w kuchni są przyprawy korzenne. Ich skład poprawia ukrwienie w ustach, co daje uczucie ciepła. Te przyprawy znamy

Przygotowywanie jedzenia za pomocą bezpośredniego oddziaływania ognia jest metodą najbardziej pierwotną, najbliższą naturze.

bardzo dobrze z piernika czy pitnej czekolady. Ja jednak w tym roku pasjami dodaję je do makaronu. Polecam moją wegetariańską korzenną carbonarę. Do żółtka ścieram sporą ilość pecorino lub innego sera dojrzewającego i dodaję po szczypcie cynamonu, gałki muszkatołowej i sporo czarnego pieprzu. Do tej mieszanki wrzucam świeżo ugotowany dobry włoski makaron i posypuję siekanymi orzechami włoskimi wraz z tłuczonym różowym pieprzem.

Drugi pomysł pochodzi z kuchni azjatyckiej, ale nie takiej z chińskiego lokalu na starówce, tylko z wietnamskich tanich supermarketów. Tam w każdym z nich na lodówkowych półkach znaleźć można świeże owoce, pokrojone i gotowe go zjedzenia, z dodanym do nich woreczkiem pełnym chili z solą. Jakkolwiek czasami takie połączenie rujnuje radość z jedzenia, to na przykład z cytrusami sprawdza się świetnie. Taka mieszanka nie tylko rozgrzewa, ale też podkreśla słodycz owoców. Można dodać do nich tofu smażone w sosie sojowym i syropie z agawy oraz pęczek kolendry i wyjdzie nam z tego bardzo soczysta sałatka.. A jeśli polubcie to połączenie, zawsze można zamknąć je w słoiczkach. Do owoców dodajcie ocet balsamiczny i sól, by zrobić chutney. Na przykład z gruszek z anyżem i cynamonem czy z pomarańczy z chili.

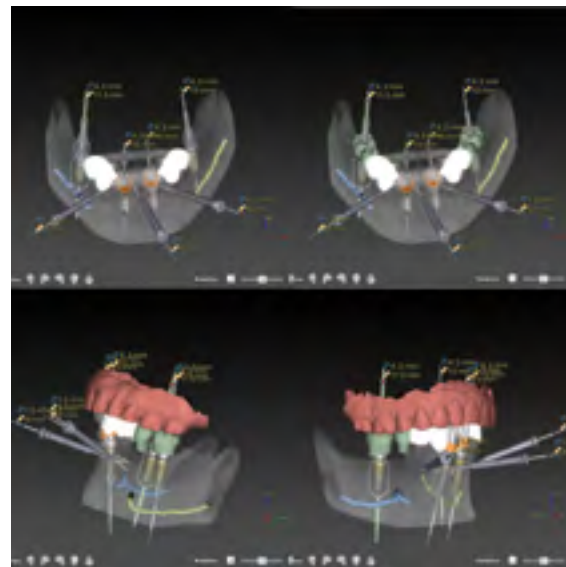
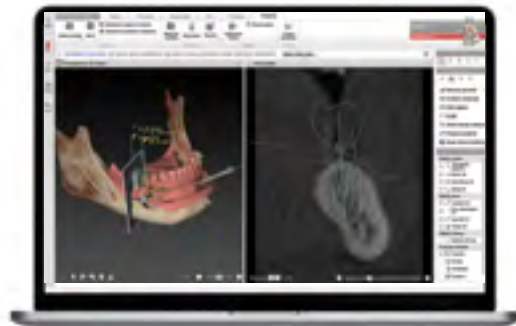
Na koniec zaś sprawa niełatwa, czyli pytanie, co z tymi kielbaskami z ogniska, jeśli nie jemy mięsa. Mamy tu do czynienia z przyjemną chrupkością lekkiej spalenizny oraz z zapachem dymu. Pierwszą z tych cech można łatwo uzyskać na patelni. Mnie się to udaje niemal za każdym razem, gdy robię omlet. Ale właściwie nie o to chodzi. Zajmijmy się więc tym zapachem. Zapewnią go wędzone przyprawy – sól i papryka. Świetne jest też wędzone tofu. Gotowy pakiet smaku. Takie tofu marynujemy w sosie sojowym ze świeżym imbirem i czosnkiem (co da jeszcze więcej ognia). Najlepiej włożyć je do woreczka i wycisnąć z niego powietrze, tak, by jak najściślej przylegał do kostki sera. Wkładamy zawiniątko do lodówki na jakąś godzinę i obciążamy, np. kartonem napoju roślinnego, żeby zamarynowało się jeszcze lepiej. A potem smażymy na oleju, aż się mocno zrumieni. Można je podać na przykład do wege ramenu, czyli bulionu z mleczkiem kokosowym i makaronem udon. Do tego płatek nori, jajko na miękko, smażone grzyby i życie jest piękniejsze.

Joanna Zagula

Ilustracja Malwina Pycia



Cyfrowe planowanie zabiegów implantologicznych



Digital Dentistry, czyli stomatologia XXI wieku, to stomatologia cyfrowa wykorzystująca urządzenia sterowane komputerowo w celach dokładniejszej diagnostyki (np. tomografia komputerowa), precyzyjniejszego planowania zabiegów chirurgicznych (np. wirtualne planowanie pozycji implantów), czy wirtualnego projektowania uzupełnień protetycznych w technologii CAD/CAM.

Wirtualne planowanie zabiegów implantologicznych

Oferujemy naszym pacjentom leczenie implantologiczne oparte o planowanie 3D, które pozwala wybrać optymalne położenie implantów, często bez konieczności wykonania dodatkowych skomplikowanych procedur chirurgicznych, nawet przy trudnych warunkach kostnych. Kolejny atut tej metody to minimalizacja ryzyka uszkodzenia ważnych struktur anatomicznych. Ponadto, cyfrowo zaplanowany zabieg pozwala na wszczepienie implantu z dokładnością do 0.2 mm, skraca czas operacji i znacznie zmniejsza traumatyzację tkanek, tym samym redukując dolegliwości pozabiegowe do minimum.

Nowe zęby na jednej wizycie

Wieloletnie doświadczenie oraz technologie XXI wieku umożliwiły naszemu zespołowi nie tylko wysoce precyzyjne wszczepianie implantów, ale również ich natychmiastowe zaopatrzenie w korony, mosty i protezy. Wypracowanie autorskiej techniki zabiegowej pozwoliło nam skrócić całą procedurę nawet do czterech godzin.

Paradontoza – rehabilitacja narządu żucia przy pomocy implantów

U osób skazanych na utratę zębów z powodu zaawansowanej choroby przyzębia istnieje możliwość wszczepienia implantów natychmiast po ekstrakcji. Zabieg zaplanowany wirtualnie, na podstawie wcześniej wykonanego zdjęcia tomograficznego, daje możliwość maksymalnego wykorzystania paradontalnie uszkodzonej tkanki kostnej, eliminując tym samym konieczność przeprowadzenia dodatkowych zabiegów. Na tej samej wizycie pacjent zostaje zaopatrzony w funkcjonalne i komfortowe czasowe uzupełnienie protetyczne.

Korzyści wirtualnego planowania zabiegów:

- Dokładniejsza diagnostyka (w porównaniu do tradycyjnych zdjęć radiologicznych)
- Możliwość wysoce precyzyjnego planowania zabiegów chirurgicznych
- Skrócenie czasu zabiegów
- Minimalizacja ryzyka uszkodzenia ważnych struktur anatomicznych
- Optymalizacja wyboru metody leczenia
- Mniejsza inwazyjność zabiegów, zapewniająca szybsze gojenie ran
- Możliwość natychmiastowego obciążenia implantów – pacjent otrzymuje nowe uzębienie na tej samej wizycie



(+48) 698 620 473

www.drkubica.pl

Bielsko-Biała, ul. Wyzwolenia 37a



Doktor Dawid Kubica to lekarz stomatolog w III pokoleniu. Jest członkiem Niemieckiego Towarzystwa Periodontologii. Ukończył 3-letnie studia specjalistyczne z zakresu periodontologii oraz implantologii na Uniwersytecie w Dreźnie zdobywając międzynarodowo uznany tytuł Master of Science. Oprócz periodontologii w jego kręgu zawodowych zainteresowań znajdują się również endodoncja, protetyka oraz coraz prędkiej rozwijająca się stomatologia cyfrowa.

Nowy Rok, Nowy Ja?

Dziwny był ten rok 2020. Pandemia koronawirusa przez ostatnie 300 dni zamroziła nam wiele możliwości i nie pozwoliła oddawać się ważnym dla nas zadaniom, również tym związanym ze sportem i aktywnością fizyczną. Dlatego ludzie w moim otoczeniu z radością żegnają te dwie dwudziestki ze swoich kalendarzy i z nadzieją spoglądają w przyszłość. Cóż, taka jest kolej rzeczy – koronawirus czy nie, czas nieubłaganie biegnie do przodu i trzeba dotrzymać mu tempa. Początek każdego nowego roku naturalnie skłania do refleksji nad tym, co było i planowania tego, co dalej. Jak można zrobić to mądrze?



Grzegorz Więclaw

Na początek warto zapytać siebie o to, co minęło. Czy w 2020 roku zrealizowałeś swoje cele? Jeśli tak, to czy przyniosło ci to zakładaną radość, satysfakcję, spełnienie? Jeżeli natomiast nie osiągnąłeś tego, co zakładałeś, zastanów się dlaczego. Teraz jest właśnie czas na tego typu podsumowania, refleksje, wnioski. Ale też wyznaczanie sobie nowych, ekscytujących sportowych i życiowych celów oraz kierunków działania.

O tej porze roku zawsze warto odkurzyć temat mądrego ustalania celów. To ważne na co dzień, ale myślę, że szczególnie poszukiwane przez ludzi właśnie w tym pierwszym kwartale, kiedy nadzieje na zmianę są wielkie. Większość osób niestety nie ustala celów, ale robi tzw. „noworoczne postanowienia”. Musisz wiedzieć, że...

...postanowienia noworoczne to niedobry kierunek.

Przynajmniej w takim wymiarze, w jakim funkcjonują one w naszej zbiorowej świadomości. Pisałem o tym m.in. w swojej książce pt. „Ile Sił w Głowie: Psychologiczny Niezbędnik Biegacza” (wyd. Trening Biegacza, 2018). W skrócie – postanowienia noworoczne w klasycznym wydaniu mają słabą moc i rzadko działają. Dlaczego? Bo zbyt często są po prostu niezbyt dobrze ustalonymi celami i rzadko wynikają z przemyślanego, głębszego procesu. Dlatego zamiast rzucać na wiatr obietnice, że „w tym roku to ja się wezmę za siebie”, zdecydowanie lepiej usiąść z kartką papieru i...

...ustalić sobie cele!

Gorąco do tego zachęcam. Szczegółowo można przeczytać o tym procesie we wspomnianej wyżej książce lub posłuchać w kursie online nt. motywacji, który nagrałem dla Centrum Edukacji Żywnościowej i Sportu (CEZIS). Kurs jest kompleksowy i z pewnością pomoże poukładać luźne postanowienia noworoczne w bardziej konkretne cele, ugruntowane w twoich motywacjach. Dostępny online na stronie CEZIS (vod.cezis.pl). Jeśli poświęcisz na ten proces trochę czasu, a potem włożysz w realizację swojego celu determinację, pasję i zaangażowanie, to będziesz na dobrej drodze do upragnionych osiągnięć. Ale po kolei, bo...

...wszystko ma swoje priorytety.

Ustalanie celów – tak w życiu jak i w sporcie – proponuję zacząć od określenia priorytetów. Czas jest ograniczony i trudno zrobić wszystko, co byśmy chcieli. Dlatego warto, aby nasza uwaga skoncentrowała się na jednym, może dwóch najważniejszych celach w każdym z kluczowych obszarów naszego funkcjonowania – zawodowym, osobistym sportowym (lub związanym z jakąś inną pasją czy zajawką). Ustalanie priorytetów wcale nie jest łatwe, szczególnie w przypadku ludzi zainteresowanych wieloma rzeczami lub takich, którzy mają wielkie ambicje. Trzeba to jednak zrobić, żeby...

...umiejętnie wytyczyć cele.

Mając ustalone priorytetowe kierunki działania na 2021 rok, warto zastanowić się i sprawdzić, czy to, jak o nich myślimy, jest „smartne”. Według metody Smart Goals (ang. mądre cele) trzeba wziąć pod uwagę kilka rzeczy. Cel powinien być: konkretny, wymierny, ambitny i realny. Powinien też mieć określony termin realizacji – to właśnie on rozróżnia go od marzenia czy zwykłego postanowienia. To oczywiście tylko słowa kluczowe, którymi można posłużyć się, formułując własne cele.

Weźmy na przykład zasadę, że cel powinien być konkretny. Aby tak się stało, doprecyzuj go. Im lepiej go opiszesz, tym większa szansa na realizację. Unikaj stawiania celów ogólnikowych, takich jak: „zaczę biegać”. Lepiej: „będę biegać trzy razy w tygodniu, po trzydzieści minut”. Zasada, że cel powinien być osadzony w czasie, może objawiać się stwierdzeniem: „pobiję życiówkę na dziesięć kilometrów w listopadowym Biegu Niepodległości”, zamiast ogólne i mało zobowiązujące: „pobiję moją życiówkę”.

Czy twój cel jest pozytywny?

Duże znaczenie ma również to, jaką treścią wypełniasz swoje cele. Czy zakładasz uniknięcie porażki czy raczej osiągnięcie sukcesu? Twój sposób myślenia może się znacząco odbić na procesie motywacji podczas przygotowań i realizacji celów, a także twojej osobistej satysfakcji z osiągnięć, do których dążyłeś.

Nie tylko wyniki

Sportowcy – zarówno profesjonalści jak i amatorzy – często mierzą swój sukces tylko i wyłącznie obiektywną miarą. Liczy się suchy wynik, a wszystko inne jest nieważne. W przypadku „zwykłego” człowieka też może być podobnie. Wyniki są oczywiście istotne, ale warto nie tracić z horyzontu tego, co nie-rzadko w ostatecznym rozrachunku okazuje się dużo ważniejsze, czyli procesu w dążeniu do jak najlepszego rezultatu. Robienie małych kroków naprzód także może stanowić część ustalania celów. Dlatego zachęcam do przyjrzenia się swoim zadaniom nie tylko z perspektywy wyniku, ale również wykonania oraz procesu. Więcej o tym we wspomnianej wcześniej książce i na kursie mojego autorstwa.

A na 2021 rok Czytelnikom „BE Magazynu” życzę dobrej drogi do założonych celów. Wszystko w Waszych rękach głowach! Dacie radę. Trzymam kciuki!

Grzegorz Więclaw

Postanowienia noworoczne

*Next Year,
Things are gonna change,
Gonna drink less beer
And start all over again
Gonna read more books
Gonna keep up with the news
Gonna learn how to cook
And spend less money on shoes
Pay my bills on time
File my mail away, everyday
Only drink the finest wine
And call my Gran every Sunday
Resolutions
Well Baby they come and go
Will I do any of these things?
The answers probably no*

(Fragment piosenki *Next Year, Baby* Jamiego Culluma)



“Next Year, Baby” – taka oto piosenka każdego roku, chcąc nie chcąc, powraca do mnie jak bumerang. Tekst dość banalny, ale wymowny. Za każdym razem skłania mnie do refleksji głębszych niż on sam. Tym razem, pokusiłam się o spisanie tych przemyśleń, bardzo subiektywnych. Będzie o postanowieniach, marzeniach i planach. Złapmy je za rogi.

Magda Bajer

Pisząc te słowa, dowiaduję się, że właśnie zakomunikowana nam narodowa kwarantanna, może opóźnić wcielanie noworocznych postanowień. I myślę sobie, hmmm... przewrotne! Bo 17 stycznia już jakiś czas temu ochrzczony został (przez twórców pewnej aplikacji, zrzeszającej 50 milionów (!) wielbicieli wszelkich aktywności fizycznych) Dniem Kapitulanta. Nie, zostańmy przy nazwie “Quitter’s Day”. W dramatyzmie samej koncepcji nazwa angielska brzmi jednak nieco lżej. Okazuje się, że został nam подарowany dodatkowy czas na rozpoczęcie czegoś i możemy uznać, że wbrew badaniom oraz statystykom (bo przecież ten miniony rok był do innych niepodobny) 17 stycznia to dopiero początek, a nie koniec!

Jesteście typem marzyciela noworocznego albo całorocznego? Wspaniale! Nie przestawajcie być, bo marzenia są motorem do rozwoju i zmiany. Co i jak zatem zrobić, a czego unikać, żeby nasze postanowienie (bez względu na to, od kiedy chcemy je realizować) było skuteczne? Żeby marzenia nie pozostały pustym fantazjowaniem o przyszłości? Jestem święcie przekonana, że planowanie oraz snucie marzeń ma ogromną moc, ale czas nie odgrywa tu większej roli.

Lekcja nr 1

Kreujemy postanowienia w formie zwartego zdania, ale czy towarzyszy temu refleksja, w jaki sposób je spełnimy? *Obierzmy plan działania*, konkretną ścieżkę, wypiszmy sobie kroki, mające doprowadzić nas tam, gdzie chcemy dojść. Ważne są nie te milowe, ale właśnie małe “baby steps”.

Lekcja nr 2

Jest taka teoria, która może mieć ogromny wpływ na realizowanie naszych postanowień. *Prawo przyciągania*. Pozytywne i intensywne myślenie o pragnieniu, a dodatkowo jego wizualizacja, mogą być kluczem. Myśli są bowiem czystą energią, mającą moc sprawczą tworzenia materii. Mówiąc wprost, jeśli rzeczywiście czegoś bardzo chcemy, działajmy, ale napiszmy to także na kartce, myślmy o tym często, co więcej, mówmy o tym głośno wokół - rodzinie i przyjaciółom, tak jakby to się właśnie działo. *Znajdźmy sposoby na zaimplementowanie swoich marzeń*. Kiedyś marzyłam o tym, by zajmować się SUP jogą. Pracując w systemie 8-godzinnym, na pulpicie mojego służbowego komputera ustawiłam sobie odpowiednią tapetę. Każdy dzień zaczynałam i kończyłam, gapiąc się na nią, z wiarą, że kiedyś to będę ja. Podziałało. Wiara plus praca kilka lat później pomogły mi znaleźć się w wymarzonej niegdyś rzeczywistości. To zdjęcie zachowałam do dziś.

Lekcja nr 3

Mam tendencję do brania na siebie zbyt wielu rzeczy na raz. Tak, wiem, nie jestem w tym sama. To chyba poniekąd przekleństwo naszych czasów, że często chcemy zrobić więcej, niż w rzeczywistości możemy. To samo odnosi się do naszych

postanowień. *Nie w ilości, ale w jakości tkwi siła*. Każde postanowienie wymaga energii i zaangażowania. Warto zatem obrać dwa lub trzy takie cele i skupić na nich całą swoją uwagę. Planowanie zbyt wielu rzeczy na raz, zamiast dać swobodę działania, może nas przytłoczyć i zdemotywować.

Lekcja nr 4

... jakże istotna. Spora część postanowień dotyczy polepszenia jakości naszego życia i codziennego funkcjonowania. Chcemy wcześniej wstawać, jeść zdrowiej, regularnie ćwiczyć jogę, czy chodzić na siłownię. Obranie takiego celu jest łatwe. Każdy z nas pragnie stać się lepszą wersją siebie. Wydawać by się mogło, że wszystko, co musimy zrobić, to zacząć od jutra działać po nowemu. Ale to właśnie te “małe” postanowienia są nieraz najtrudniejsze do zrealizowania. *Sekret tkwi w zmianie nawyku*. Trudno to jednak zrobić bez refleksji. Jeśli nie uda się nam przestawić kilku rzeczy w głowie, może skończyć się na snuciu planów i marzeń, w najlepszej intencji, ale bez większej szansy na osiągnięcie na tym polu sukcesu. Nie pozwólmy, by nasze postanowienia stały się listą samych powinności, wyrzeczeń i obowiązków. Zabieram Was zatem do refleksji nad lekcją ostatnią, dla mnie najważniejszą.

Lekcja nr 5

Snucie marzeń to rzecz wybitnie indywidualna, stąd tak ważna jest *miłość do siebie i samoakceptacja*. Działajmy z pasją i sercem, w swoim tempie. Bez poczucia winy i presji. Im więcej damy sobie przestrzeni, tym swobodniej popłynie energia w odpowiednim kierunku. Bądźmy świadomi tego, że perfekcjonizm nie istnieje.

Drogi Jamie Cullum, dziękuję ci za twoją piosenkę. Choć nie jest to w sumie utwór optymistyczny, bo pokazuje, że takie “rzucanie” postanowień noworocznych raczej nie ma sensu, to jednak zachęcił mnie do przyjrzenia się bliżej moim planom. Co po raz kolejny przypomniało mi, że marzenie jest takie cudowne! Że trzeba snuć plany, bo gdy robimy to z przekonaniem, uważnością i cierpliwością, one się po prostu spełniają. I tego Wam życzę.

Do zobaczenia na macie albo na wodzie,
With love, Magda

Magda Bajer

Trendy 2021 w rozwoju osobistym – dla dorosłych, dla dzieci

Każdy rodzic zwykle chce
dla swojego dziecka najlepiej.
Stara się, aby miało ono lepiej
niż on sam, kiedy był mały.

Magdalena Michalak



Do tego możemy zaliczyć warunki mieszkaniowe, dobre jakościowo jedzenie, modne ubrania. Ciekawsze miejsca na wyjazdy wakacyjne, pełne wrażeń atrakcje. Dbalność o zdrowie, edukację i o wiele więcej.

Chcemy, aby dzieci były: zdrowe, lubiane i miały wspierających przyjaciół, samodzielne i dobrze sobie radziły, potrafiły przystosować się w tak szybko zmieniającym się świecie

Wraz ze zmianami na rynku pojawiają się nowe propozycje modnych zajęć dla dzieci. Dziś nauka języka obcego jest standardem. Główną motywacją rodzica, który dodatkowo dba o wiedzę swoich pociec w tym zakresie, jest to, aby w przyszłości miały one większą szansę na znalezienie pracy, możliwość rozwijania kariery w międzynarodowym środowisku, pobierały większe wynagrodzenie, lepiej porozumiewały się w podróży. Większość dzieci chodzi też na jakieś zajęcia ruchowe, jak na przykład taniec albo treningi sportowe - piłki nożnej, akrobatyki, gimnastyki artystycznej. Poprawiają one koordynację i kondycję, zwiększają wydolność płuc oraz serca, a co za tym idzie dotlenienie organizmu.

Znaleźlibyśmy jeszcze wiele zalet uczestnictwa pociechy w takich aktywnościach, bo już je znamy, są od wielu lat dostępne i słyszeliśmy, że byłoby dobrze, gdyby dzieci brały w nich udział, ponieważ stymulują one ich rozwój.

Jak jeszcze możemy pomóc swojemu dziecku?
O jakiego rodzaju edukację zadbać?
Co będzie ważne, a może kluczowe w kolejnych latach?

Postaw na edukację umiejętności przyszłości

Biorąc pod uwagę zmiany, jakie zaszły podczas pandemii, a także rozwój technologii, globalizację, styl życia, sytuację społeczno-ekonomiczną, zauważamy, iż wszystko wskazuje na to, że nabywanie kompetencji jutra jest priorytetowe. Technologia rozwija się znacznie szybciej niż człowiek może nadążyć. Postęp sztucznej inteligencji pokazuje nam, że wkrótce czeka nas wiele zmian, zwłaszcza w obszarze zawodowym. Współczesna rzeczywistość wymaga od dzieci nabywania umiejętności, dzięki którym z większą dozą prawdopodobieństwa lepiej poradzą sobie w tak zmieniającym się świecie. Pewne jest to, że już dziś należy zadbać o odpowiednią edukację dzieci, ponieważ to one będą szukały zatrudnienia na stanowiskach, jakie jeszcze nie istnieją. Badania¹ pokazały, że aż 98% dorosłych chce, aby ich dziecko miało możliwość nabycia umiejętności przyszłości w okresie szkolnym. Nasi respondenci w 90% odpowiedzieli także, że sami zdobyli przynajmniej jedną umiejętność dopiero jako osoba dorosła.

Nasuwa się zatem ważne pytanie: po co czekać z nauczaniem tak ważnych kwestii? Zwłaszcza, że aż 87% badanych potwierdza, że gdyby wcześniej nabyło wyżej wymienione umiejętności, nie popełniłoby tylu błędów i nie podjęło tylu decyzji, których dziś żałują. W związku z czym oczywiste jest, że wpłynęłoby to znacznie na podniesienie jakości ich życia. Umiejętności przyszłości to szeroki zakres najważniejszych priorytetów, o jakie powinni zadbać dziś rodzice. Mają one wpływ na jakość życia teraźniejszego, a także okresu dorosłości. Bez względu na to, jak rozwiną się technologie i zmieni się rynek pracy, najbardziej cenione będą właśnie te umiejętności. Szacuje się nawet, że w ciągu najbliższych 10 lat odsetek pracodawców uznających te kompetencje za obowiązkowe, przekroczy 2/3².

A zatem, obszary, o jakie należy zadbać to: zarządzanie pieniędzmi, zarządzanie emocjami, skuteczna komunikacja, zarządzanie sobą w czasie, rozwiązywanie konfliktów, współpraca, asertywność, efektywna nauka, kreatywność, aktywne słuchanie, logiczne myślenie, elastyczność.

Jak widać, o nabywaniu powyższych zasobów powinien pomyśleć każdy, bez względu na to, czy chodzi o rozwój własny czy dziecka. Jeżeli chcesz zadbać o lepsze kwalifikacje, to już wiesz, że umiejętności przyszłości pomogą Ci wyróżnić się wśród innych kandydatów na rynku. Wiesz także, że brak tych zasobów wpływa na Ciebie w pracy i w domu. Pomysł na najlepszy prezent dla Twojego dziecka to wcale nie nowy telefon, większe kieszonkowe, zgadzanie się na wszystko i ciągle wyszukiwanie sposobów na nudę. Dzieci, które uczą się lepiej komunikować, z empatią słuchać innych, szukać możliwości współpracy a nie rywalizacji oraz nazywać i wyrażać emocje, staną się szczęśliwsze i o wiele łatwiej będzie im funkcjonować. Te umiejętności są ze sobą bardzo powiązane. Dzięki kreatywności szybciej odnajdziemy rozwiązania problemów. Poprzez logiczne myślenie zdecydowanie łatwiej zdobędziemy wiedzę. To jak i czy w ogóle radzimy sobie ze stresem, zdecydowanie znajdzie odzwierciedlenie w naszych sukcesach. Zapewne te kompetencje przełożą się także z czasem na kwestie związane z lepszym zatrudnieniem, a ponieważ potrzebne są nam one także poza pracą, skutkiem ich posiadania będzie bardziej satysfakcjonujące życie. Właśnie dlatego dobrze byłoby, gdybyś zadbał/a o trening umiejętności przyszłości dla całej rodziny.

Magdalena Michalak



¹ Michalak Magdalena, *Oszustwo wszech czasów*, Warszawa 2020

² World Economic Forum, *The Future of Jobs Report*, Geneva 2018

2020 – rok początku dużych zmian w motoryzacji

Jak wiemy, rok 2020 mocno zachwiał światową gospodarką, wprowadzając niektóre branże w ogromne problemy, zaś inne mocno wybijając do przodu. Wiele osób oczekuje, że 2021 odczaruje rzeczywistość i wrócimy do tego, co było – niemniej śmiem sądzić, że ubiegły rok był początkiem zmian nie tylko w motoryzacji, ale generalnie rzecz ujmując, w handlu i usługach.

Karolina Szulęcka



Branża motoryzacyjna to jedna z tych, która ucierpiała już na samym początku pandemii – dla przykładu w drugim kwartale 2020 roku rejestracja samochodów nowych (a tym samym sprzedaż) spadła w porównaniu do analogicznego okresu w 2019 nawet o ponad 55% (w maju). Powodów takiej sytuacji jest wiele, ale przede wszystkim fakt, że samochody nie są dobrami pierwszej potrzeby, a jednocześnie zazwyczaj stanowią duży wydatek dla gospodarstw domowych i decyzja o ich zakupie wymaga szukania oszczędności.

Branża motoryzacyjna musiała szybko reagować na zmieniające się warunki – o ile w Polsce salony samochodowe mogły funkcjonować w miarę normalnie i powiedzmy, że w wielu wypadkach to pozwoliło uratować ich działalność, tak np. we Francji czy Włoszech salony samochodowe zostały zamknięte na dłuższy czas, a to jeszcze bardziej drastycznie wymogło na nich konieczność działania metodami nietradycyjnymi.

Od lat mówi się o przenoszeniu sprzedaży do internetu, praktycznie wszystkie salony samochodowe prowadzą sprzedaż online (czy to za pomocą większych serwisów zewnętrznych czy własnych stron www), jednak wciąż bardzo niewiele z nich dba o swój wizerunek w sieci oraz o komunikację online z klientami. Już przed pandemią wielokrotnie analizowałam działania online marek motoryzacyjnych, rozmawiałam z producentami aplikacji sprzedażowych czy agencjami obsługującymi takie działania – zainteresowanie ze strony właścicieli salonów samochodowych było nikłe. Jednak czasy się zmieniają i prowadząc biznes, pewne rzeczy trzeba analizować i przewidywać. Obserwując bowiem, że sprzedaż drobnych przedmiotów (odzież, kosmetyki, małe AGD, książki) przenosi się od lat do sieci – już dawno można było wnioskować, że ten sam trend spotka motoryzację.

Tak jak zmienia się rynek motoryzacji, tak zmienia się rynek konsumenta i jego oczekiwania. Mamy coraz mniej czasu, żeby jeździć po salonach i negocjować warunki zakupu – to po pierwsze. Ludzie szukają informacji w sieci – to już wiemy. Ale aby trafić do odpowiedniego salonu i zdecydowali się na zakup samochodu, muszą dostać informację o ofercie, a ta musi wzbudzić ich zaufanie. Jest tyle możliwości i tak szeroki wachlarz narzędzi online, z których można korzystać w handlu – a naprawdę bardzo niewiele salonów robi to dobrze. Spójna oferta, odpowiednia szata graficzna, komunikacja dwustronna (strojna www to nie wszystko) oraz social media – to coraz bardziej wartościowe źródła pozyskiwania klientów.

Drugą, z mojej perspektywy jeszcze ciekawszą kwestią jest rosnąca siła nabywczą kobiet. Trochę się o tym mówi, ale niewiele robi. Kobiety kupują inaczej, zwracają uwagę na zupełnie inne kwestie – dlatego np. w badaniach i publikacji na temat działań



marketingowych skierowanych do kobiet, autorstwa Katarzyny Pawlikowskiej pt. „Polki same o sobie” aż 23% ankieterek wskazało, że dealerzy samochodowi powinni zmienić podejście w obsłudze. To praktycznie ¼ potencjalnych klientów, którzy są niezadowoleni z obsługi. Pomimo panujących poglądów, kobiety są świadome swoich oczekiwań, wiedzą, jakie parametry powinien mieć ich przyszły samochód i bardzo uważnie dokonują wyboru. Ponad 82% (*) kobiet w pierwszej kolejności szuka informacji w sieci – a to pokazuje, jak wielką część rynku tracą dealerzy, którzy nie dbają o tak podstawowe narzędzia sprzedażowe i wizerunkowe.

Reguły mają swoje wyjątki, to dotyczy również kryzysów. W branży motoryzacyjnej praktycznie każdy kryzys szerokim łukiem omija sprzedaż samochodów luksusowych. Stabilizację, a wręcz wzrosty można tutaj obserwować z wielu powodów, ale wśród nich najważniejsze to: bogacenie się zupełnie nowych jednostek oraz chęć bezpiecznego zainwestowania posiadanego kapitału (np. w luksusowe samochody klasyczne). Marki produkujące takie auta, do tej pory traktowały działania online bardziej jako dodatek do tradycyjnych metod, jednak pandemia i tu dokonała dużych zmian oraz weryfikacji. W czasie, gdy premier samochodów nie można było przeprowadzić w zwykłej formie – należało pomyśleć o premierach online. Jeśli nie każdy klient decydował się na wizytę w salonie – koniecznym stało się przygotowanie prezentacji online, czasem nawet jazdy testowej. Kiedy nie wolno organizować większych wydarzeń – trzeba skupić się na działaniach wizerunkowych i relacjach z potencjalnymi klientami na odległość. A tu kłania się zupełnie nowe podejście do strategii marketingowej i sprzedażowej na nowy 2021 rok. Dla niektórych brzmi to kosmicznie – jednak to jest przyszłość, przed którą nie uciekniemy.

Kosmiczna misja gliwickiego start-upu

– Branża kosmiczna była dla nas spełnieniem nie tylko pasji, ale również opcją wejścia w niszę. Mieliśmy wizję jakie produkty i rozwiązania chcemy dostarczać, a posiadane kompetencje wydawały się idealne do rozpoczęcia naszej przygody z branżą kosmiczną – mówi Michał Zachara, dyrektor operacyjny w firmie KP Labs z Gliwic, obecnie pracującej m.in. nad umieszczeniem na orbicie (na przełomie 2022/2023 roku) autorskiego satelity Intuition-1, który za pomocą algorytmów sztucznej inteligencji ułatwi proces pozyskiwania i obróbki zdjęć satelitarnych. KP Labs weźmie też udział w misji Europejskiej Agencji Kosmicznej (ESA), poza tym z Kanadyjską Agencją Kosmiczną realizuje projekt, polegający na opracowaniu technologii wykorzystującej sztuczną inteligencję dla podejmowania lepszych decyzji podczas operacji w przestrzeni kosmicznej, a w 2022 roku planuje uruchomienie centrum badawczo-rozwojowego w swojej siedzibie. I to wszystko tworzy się u nas, na Śląsku.

Rozmawiała
Sabina Borszcz

Od kiedy działacie?

Od 2016 roku. Jako grupa inżynierów i naukowców związanych z Politechniką Śląską w Gliwicach postanowiliśmy przekuć swoje pasje w rzeczywistość i stworzyć firmę, która połączy naukę z biznesem.

Czym się zajmujecie?

Od początku swojej działalności zajmujemy się badaniem wykorzystania sztucznej inteligencji do rozwoju zaawansowanych misji kosmicznych. W tej chwili skupiamy się głównie na obserwacji Ziemi, ale długofalowo pracujemy nad budową rozwiązań, służących wdrożeniu autonomii w operacjach kosmicznych (np. w obsłudze satelitów). Prowadzimy działalność o charakterze usługowym i badawczo-rozwojowym. Skupiamy się wokół czterech obszarów technologicznych: analizy obrazów, wytwarzania oprogramowania, projektowania komputerów pokładowych i elektroniki oraz tworzenia algorytmów sztucznej inteligencji.

Kim są członkowie KP Labs?

Nasz zespół tworzy 50 specjalistów z takich dziedzin jak: informatyka, uczenie maszynowe, elektronika, fizyka, mechanika, termika, automatyka, robotyka. Obecnie bardzo mocno się rozwijamy i cały czas rozbudowujemy zespół. Wśród naszych pracowników 10% kadry to naukowcy z tytułem doktora lub wyższym. Kompetencje pracowników potwierdzają nie tylko ukończone projekty, ale również ok. 20 naukowych publikacji rocznie, które powstały w oparciu o wdrożenia i które drukowano na łamach prestiżowych czasopism naukowych oraz zaprezentowano na czołowych konferencjach międzynarodowych.

Skąd w ogóle pomysł, aby zająć się działalnością w obszarze sektora kosmicznego NewSpace?

Dużym krokiem w stronę otwarcia się Polski na ten sektor było przystąpienie do Europejskiej Agencji Kosmicznej (European Space Agency = ESA) w listopadzie 2012 roku. Pozwoliło to rodzimym firmom skorzystać z funduszy, które Polska jako kraj członkowski wpłaca do budżetu ESA, a jest to około 166 milionów euro na 3 lata. Branża kosmiczna była dla nas spełnieniem nie tylko pasji, ale również opcją wejścia w niszę. Mieliśmy wizję jakie produkty i rozwiązania chcemy dostarczać, a posiadane kompetencje wydawały się idealne do rozpoczęcia przygody z branżą kosmiczną. Obecnie głównym celem naszych rozwiązań jest obniżenie kosztów operacyjnych misji. Drugi aspekt, na którym mocno się koncentrujemy, to skrócenie czasu reakcji na zdarzenia, co jest kluczowe w przypadku zarządzania kryzysowego (np. informacja o powodzi czy rozprzestrzeniającym się ogniu), manewrów zbliżeniowych lub operacji łazików planetarnych. Trzecie zadanie to zwiększenie bezpieczeństwa misji, dzięki możliwości użycia naszych





podsystemów do przeprowadzenia wcześniejszej integracji satelity i użyciu sztucznej inteligencji do monitorowania jego stanu w kosmosie.

Intuition-1 to nazwa satelity, nad którym cały czas pracujecie. Na jakim etapie są prace?

Planowana data umieszczenia satelity Intuition-1 na orbicie to przełom 2022/2023. Intuition-1 to hiperspektralny satelita, którego celem będzie zajmowanie się zjawiskami na Ziemi, takimi jak analiza składu gleby czy badanie stanu obszarów leśnych. Projekt ten realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Inteligentny Rozwój (POIR) 2014-2020, a jego wartość to ponad 19 milionów złotych. Aktualnie przetestowaliśmy pierwszy prototyp naszego komputera do przetwarzania danych hiperspektralnych (Leopard) w warunkach zbliżonych do rzeczywistych (komora klimatyczna, komora próżniowa, wytrząsarka, testy funkcjonalne). Projektujemy kolejną generację

komputera na podstawie uzyskanych wyników oraz przygotowujemy się do złożenia pierwszej wersji instrumentu optycznego. Oprócz tego mamy opracowaną większą część oprogramowania, w tym sieci neuronowe do analizy zdjęć hiperspektralnych (wielospektralnych, wielowidmowych).

Jakie będą zadania tego satelity, kiedy już znajdzie się w przestrzeni kosmicznej, i w jaki sposób będzie obsługiwany?

Przed wszystkim demonstracja technologii. Naszym założeniem jest zastosowanie sztucznej inteligencji na Intuition-1 oraz analiza danych już na orbicie, co pozwoli zredukować ilość danych przesyłanych na Ziemię. Algorytmy sztucznej inteligencji rozpoznają, jakie dane nie nadają się do dalszej obróbki (np. o wysokim stopniu zachmurzenia), a satelita prześle tylko te o odpowiedniej jakości. Dodatkowo możliwa będzie detekcja interesujących nas zdarzeń na orbicie, co pozwoli przesłać

Wizualizacja centrum badawczo – rozwojowego KP Labs

do operatora tylko warstwę użytecznej informacji, a nie całe zdjęcie. Dzięki takiemu procesowi znacznie skróci się czas dostarczenia danych na Ziemię oraz czas reakcji na zdarzenia. Dodatkowo wraz z firmą QZ Solutions z Opola pracujemy nad projektem dotyczącym analizy stężenia mikroelementów w glebie, na podstawie obrazów dostarczanych przez Intuition-1.

Czy wiecie już, z którego kosmodromu zostanie wyrzuty Intuition-1?

Nasza umowa została tak skonstruowana, że priorytetem na ten moment jest wyrzuty Intuition-1 na wymaganą orbitę, w wymaganym czasie, natomiast firma wynosząca satelitę na orbitę, będzie do tego zadania dynamicznie dostosowana.

A czym jest Leopard?

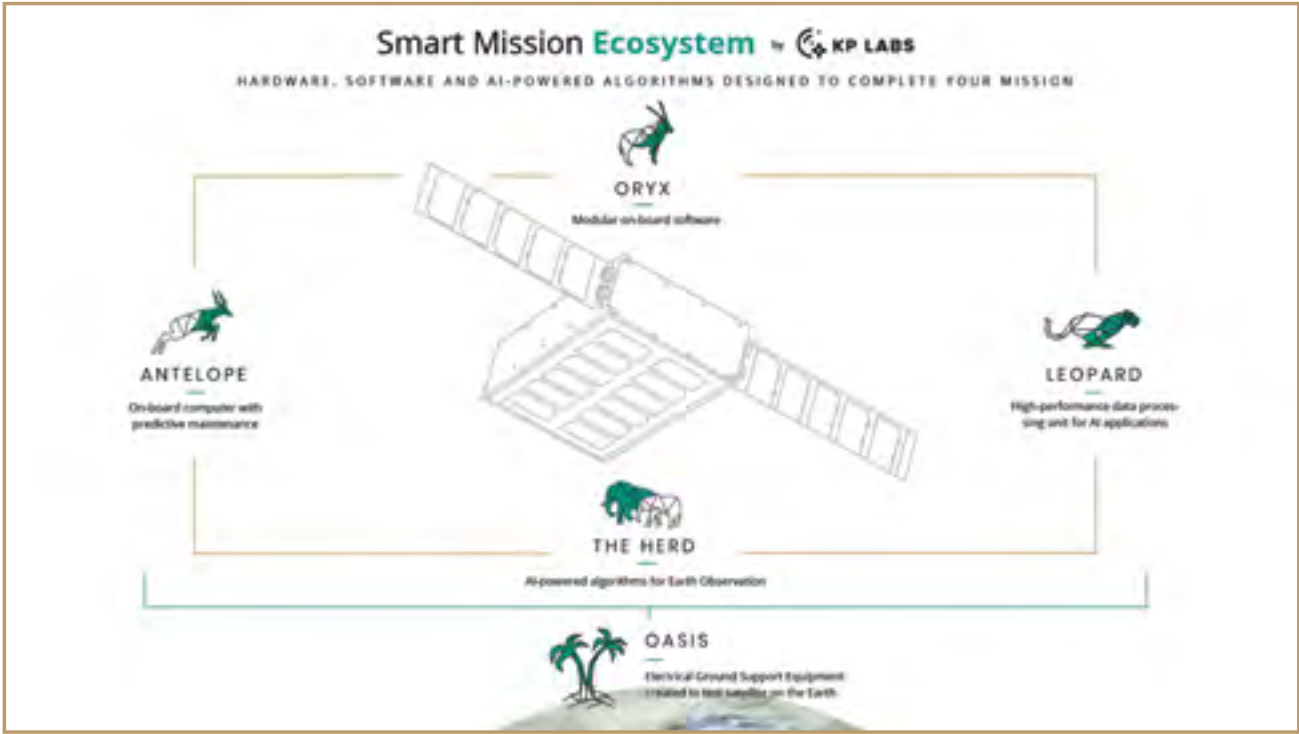
Może zacząć tak: Leopard – jednostka przetwarzania danych, Oryks – modułowe oprogramowanie lotne, Antylopa – komputer pokładowy, Stado – algorytmy do analizy obrazów oraz Oaza – sprzęt do testowania satelitów. Wszystko to tworzy całość pod nazwą Smart Mission Ecosystem. Leopard to komputer, który służy do przetwarzania dużych zbiorów danych na orbicie i wykorzystuje do tego sztuczną inteligencję. Dzięki takiemu podejściu nie musimy przysyłać dużej ilości danych na Ziemię, bo są one przeanalizowane i wystarczy wysłać do operatora wyniki analiz, o czym mówiłem wcześniej. Komputer pokładowy Antylopa służy do zarządzania całym satelitą i monitorowania jego bezpieczeństwa (znów przy pomocy sztucznej inteligencji). Na komputerze uruchomione może



być modułowe oprogramowanie o nazwie Oryks. Jego główne zadanie to zarządzanie wszystkimi zadaniami wykonywanymi na pokładzie satelity, w tym obsługą telemetrii i poleceń. Oryks rozwijany jest na potrzeby naszej własnej misji Intuition-1. Na końcu mamy Oazę, czyli środowisko do wczesnej integracji modułów satelity. Wszystkie te elementy z wyjątkiem Antylopy są częścią naszej misji Intuition-1.

A skąd takie nazwy?

W wyborze nazw inspirowaliśmy się Afryką i jej wyjątkową fauną, cechującą się niespotykanymi właściwościami. Leopard powszechnie znany jest ze swej szybkości, ale w tym przypadku bardziej skupiliśmy na jego sprycie. Ze względu na inteligentną możliwość przetwarzania danych i szybkość przekazania ich na Ziemię, gatunek ten stał się inspiracją do nazwania tak naszej jednostki przetwarzania danych. W końcu Oaza to sprzęt, wspierający wszystkie nasze zwierzęta.



Leopard ma wspomóc także kanadyjską misję kosmiczną?

Aktualnie jesteśmy na etapie realizacji wspólnego projektu, ale mamy nadzieję, że to dopiero pierwszy krok, który w przyszłości doprowadzi do wspólnej misji. Na początku sierpnia nasz partner – kanadyjska firma GSTS (Global Spatial Technology Solutions), działająca w obszarze sztucznej inteligencji i analizy morskiej – został wyłoniony w konkursie przez Kanadyjską Agencję Kosmiczną do realizacji projektu RedKyte, polegającego na opracowaniu technologii wykorzystującej wizję komputerową i sztuczną inteligencję dla podejmowania lepszych decyzji podczas operacji w przestrzeni kosmicznej. Zadanie KP Labs to przetestowanie i adaptacja głębokich sieci neuronowych, niewykorzystywanych dotychczas w przestrzeni kosmicznej. Finalnie ma to umożliwić ich implementację w ramach jednostki obliczeniowej Leopard oraz pozostałej infrastruktury.

Weźmiecie także udział w misji satelitarnej Europejskiej Agencji Kosmicznej.

Jaki będzie Wasz zakres kompetencji?
Będziemy odpowiedzialni za implementację algorytmów sztucznej inteligencji na potrzeby obserwacji Ziemi. Naszą firmą została wybrana spośród dziesiątek innych firm europejskich. Celem misji φ-sat-2, bo o niej mowa, jest udowodnienie, że przetwarzanie danych na orbicie to najlepsza droga do usprawnienia procesów obserwacji Ziemi, a rolą KP Labs jest analiza postępującego procesu deforestacji świata.

Kiedy planujecie uruchomienie centrum badawczo-rozwojowego?

W roku 2019 rozpoczęliśmy budowę własnego, nowoczesnego centrum badawczo-rozwojowego o powierzchni ponad 2300 m2 w celu zwiększenia konkurencyjności na rynku polskim i zagranicznym. Centrum swoją infrastrukturą i zapleczem badawczym umożliwi budowanie, testowanie i integrowanie elementów lotnych satelitów, jak również całkowitą kontrolę misji ze stacji naziemnej. W jego skład będą wchodziły m.in.: laboratorium planowania i kontroli misji, laboratorium systemów łączności, laboratorium uczenia maszynowego, laboratorium testowania i montażu elektroniki, laboratorium EMC (czyli badania kompatybilności elektromagnetycznej) oraz laboratorium projektowania mechaniki. Termin zakończenia budowy planowany jest na 2022 rok.

Polska Agencja Kosmiczna (POLSA) wytypowała Was do Nagrody Gospodarczej Prezydenta RP w kategorii start-up. Łącznie na liście znajduje się 21 nominowanych. To dość wąskie grono.

Nominacja do przyznawanej raz w roku Nagrody Gospodarczej pokazuje, że to, co robimy, ma sens i jest przyszłościowe, a nasi inżynierowie mają odpowiednie kompetencje i wiedzę,

aby podjąć się wyścigu w globalnym podboju kosmosu. To też sygnał dla nas, że nasza praca i zaangażowanie ma znaczenie, jeśli chodzi o rozwój gospodarki oraz budowę pozytywnego wizerunku kraju poza jego granicami. To bardzo motywuje do pracy i pokazuje, że jesteśmy zauważani na tle pozostałych firm, oraz że inni również wierzą w nasz sukces.

Swoją ofertę, poza instytucjami rządowymi, kierujecie także do prywatnych przedsiębiorców i klientów komercyjnych. Kto może z niej skorzystać?

Firmy, instytucje i dostawcy, którzy chcieliby stworzyć własną misję. Na tym właśnie bazuje hasło opisujące naszą firmę – #missioncomplete. Dostarczamy oprogramowanie, hardware oraz niezbędne komponenty dla powodzenia każdej, nawet najbardziej wymagającej misji kosmicznej. Nasz cel na najbliższe lata to stać się wiodącą europejską firmą, dostarczającą na rynek europejski rozwiązania z zakresu sztucznej inteligencji. Kolejne 12 miesięcy może być krokiem milowym w tę stronę. Wynika to z faktu, że większość obecnie rozwijanych produktów z fazy badawczej będzie wchodziło w fazę rozwojową – będziemy przygotowywać je do wyniesienia na orbitę w 2022 i 2023 roku. Przed nami ostatnia prosta, by sprawić, żeby nasze rozwiązania zadziałały w kosmosie i by pokazać światu, na co nas stać. Cały czas walczymy o udział w nowych projektach światowych agencji kosmicznych i mamy nadzieję, że w tym roku uruchomimy kilka ciekawych inicjatyw.

Nad jakimi innymi projektami jeszcze pracujecie i z kim, z jakimi organizacjami oraz instytucjami?

Jak dotąd nawiązaliśmy kontakty z polskimi firmami, takimi jak Future Processing S.A. i FP Instruments Sp. z o.o. oraz zbudowaliśmy partnerskie relacje z podmiotami zagranicznymi – In-Space Services (Luksemburg), CGI (Włochy), AAC Clyde Space (Wielka Brytania), Open Cosmos (Wielka Brytania), EIDEL (Norwegia), GSTS (Kanada). Dzięki tym kontaktom rozpoczęliśmy wiele ciekawych projektów oraz rozwijamy produkty, o których zawsze marzyliśmy.

Dziękuję za rozmowę.



Michał Zachara, dyrektor operacyjny w firmie KP Labs z Gliwic.

Trendy we wnętrzach 2021

Pantone Color Institute wybrał kolor roku 2021: to uspokajająca szarość oraz słoneczna żółć. To swoisty mariaż kolorów przynoszący moc oraz nadzieję, który potrafi podnieść na duchu. Tak swój wybór uzasadnia instytut Pantone.

Martyna Szymańska

Wizualizacje Martyna Szymańska





Trendy m. in. w kolorystyce mają odzwierciedlać naszą rzeczywistość i jakoś do niej nawiązywać, a jak wiemy, nie jest ona w dzisiejszych czasach nazbyt „kolorowa”. To czy dany kolor w sezonie jest modny czy nie, ma moim zdaniem drugorzędne znaczenie. Zaczęłam jednak ten tekst w ten sposób by pokazać, że nawet wybór kolorów jako obowiązujące za „modne” nie jest niezależny od tego co dzieje się aktualnie na świecie. Szereg innych wyborów które podejmujemy urządając nasze wnętrza moim zdaniem powinny wynikać właśnie z tego w jakim miejscu i czasie się znajdujemy. Dziś nie tylko pandemia kieruje naszym życiem, ale i troska o planetę. Ekologia to już bardzo często przewijający się temat w naszych domach. Trendy na rok 2021 również na to odpowiadają.

W erze konsumpcjonizmu, przyszedł czas na minimalizm. Coraz częściej odczuwamy potrzebę odnalezienia prostoty, balansu psychicznego. Nadmiar przedmiotów przytłacza, a i nie jest, ekologiczny. Pozbywamy się rzeczy – gadżetów, ujednolicamy naszą przestrzeń stosując monochromatyczne wnętrza. Stają się one bardziej harmonijne i uspakajające.

Minimalizm jednak nie oznacza chłodnej przestrzeni. Są one przytulne, a to za sprawą naturalnych materiałów. To również bardzo ekologiczne podejście, naturalne materiały to bowiem, produkty na lata, zarówno jeśli chodzi o trwałość jak i ów ponadczasowość – ciągle w tzn. trendach. A sam proces starzenia? Dodaje im szlachetności, w piękny dla oka sposób uświadamia nam, fakt upływu czasu ciągłych zmian które są wpisane w życie każdego człowieka, a świadomy konsument to rozumie. Świat projektowania staje się coraz bardziej skierowany na relację człowieka z otoczeniem

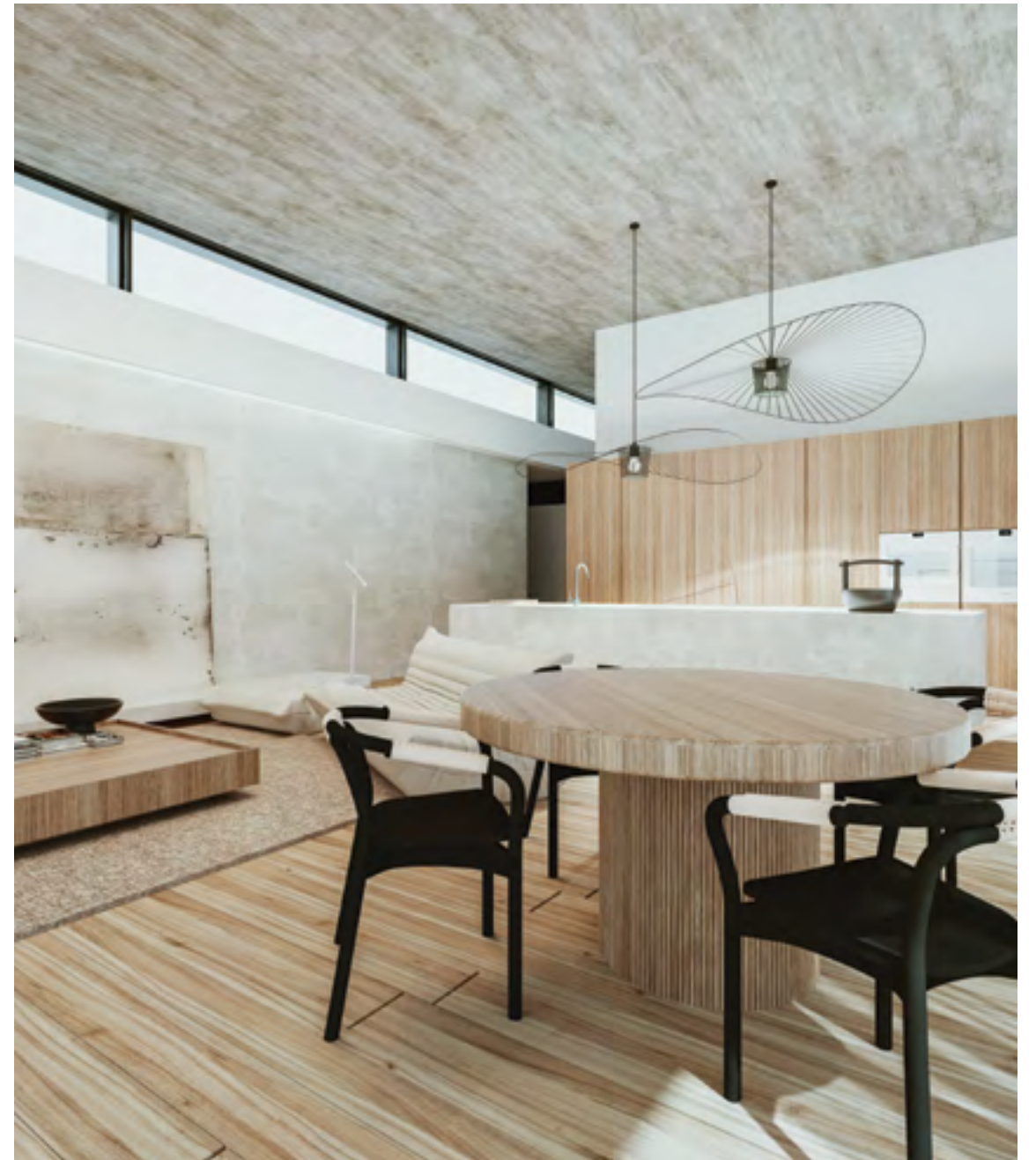


Wspaniale w ten trend wpisuje się japoński styl wabi – sabi. To sztuka tworzenia, stylu życia, otaczania się właśnie naturalnymi materiałami i produktami. Docenianie tej niedoskonałości w przedmiotach starych i ze śladami użytkowania. Powrót do rzemiosła – to również trend na nadchodzący rok. Podobnym stylem w swej filozofii, jest styl skandynawski – prostota, funkcjonalność – a zatem co powstaje z połączenia tych dwóch? Japandi charakteryzuje się prostotą, optymalnym wykorzystaniem przestrzeni, oszczędnością w formie, ciepłem oraz funkcjonalnością.

A zatem, co to są trendy? To nic innego jak nasz styl życia oraz podejście do otaczającego nas świata. Najważniejszym trendem na rok 2021 oraz na każde kolejne lata jest urządzenie przestrzeni w zgodzie z samym sobą. Osobiste akcenty, wyszukane przez nas osobiście np. na targach staroci, czy po prostu online – unikatowe meble czy elementy wyposażenia wnętrz, to wszystko tworzy „nasze” wnętrza.

Trendy to coś więcej niż zmiana wyglądu. To postrzeganie świata przez pryzmat własnych czterech ścian i ulepszanie go za pomocą zrównoważonego projektowania.

Martyna Szymańska



Życie po życiu – nowe oblicza kopalni

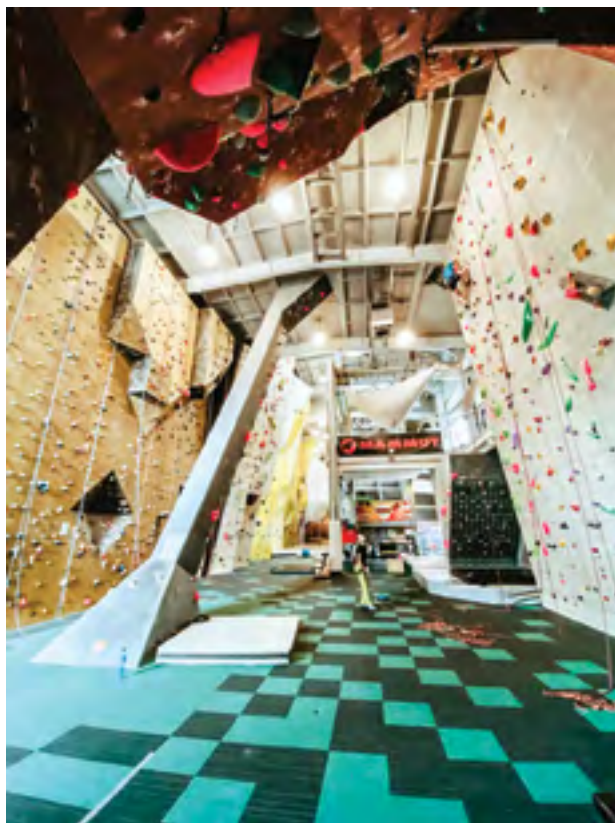
Górujące co jakiś czas na horyzoncie Śląska wieże szybowe to najwyższe punkty w kompleksach kopalni węgla kamiennego, będących jednym z ważniejszych elementów gospodarczych regionu, które na stałe zapisały się także w jego tradycji. Część, jak pierwsza polska kopalnia KWK Murcki-Staszic, działa do dziś. Są też obiekty zamknięte z powodu nierentowności, a lata świetności wydawałoby się, mające za sobą. Co z okazałymi budynkami cechowni, sortowni czy markowni, niespełniającymi już wyznaczonych im zadań?

Cechownia Rozbark



Karolina Frączek

Poziom 450



Nowe życie Anny

Kopalnia KWK Sosnowiec zamknięta po 140 latach pracy praktycznie zniknęła z powierzchni ziemi, a na jej terenie powstają obecnie zakłady przemysłowe i usługowe. Pamiątką po działalności wydobywczej jest Anna - jedna z wież szybowych, wkomponowana w budynek ścianki wspinaczkowej o zagadkowej nazwie Poziom 450. Jak się okazuje, 450 to ostatni poziom oddany do eksploatacji, który stając się obiektem, spiął różne ideowo funkcjonalności miejsca.

Rozrywka na poziomie

Na pierwszy rzut oka niewiele zachowano z oryginalnego budynku, bo był na tyle zniszczony, że wykorzystano tylko jego szkielet. Pierwotny plan zakładał odzyskanie charakterystycznej cegły i użycie jej w nowej elewacji. Dylemat: skupić się na otocze czy zainwestować we wnętrze, rozstrzygnięto na korzyść tego drugiego. 1300 m² powierzchni wspinaczkowych, 50 stanowisk, ponad 120 dróg, boulderownia, sprzęt znanych producentów, sala fitness i wszystko to, co potrzebne, żeby dobrze się bawić - oto co po półtorarocznej budowie, okraszanej podziemnymi niespodziankami, oddano 18.12.2012 r. do dyspozycji klientów. Hala wspinaczkowa Poziomu 450 jest unikatowa na skalę województwa, nie tylko dzięki konstrukcji, 14-metrowym ścianom i jakości wykonania, ale głównie z powodu atmosfery, jaka panuje w tym miejscu. Śmiało można powiedzieć, że pasja, która przyciąga tu ludzi, łączy pokolenia. Nad bezpieczeństwem wspinaczy czuwa wykwalifikowana kadra trenerska, a w recepcji zawsze powita was uśmiech. Regularnie odbywają się tu Akademickie Mistrzostwa Polski - największe zawody wspinaczkowe w kraju. W 2015 r. zorganizowano Akademickie Mistrzostwa Europy. Pozytywna energia wypełnia każdy zakątek tego miejsca. A Anna? Widać ją z oddali, ubraną w zielono-niebieską iluminację. Otwiera swoje podwoje dla zakochanych, nieraz była świadkiem zaręczyn czy ważnych rocznic. Często towarzyszy jej radosny gwar przyjęć urodzinowych lub imprez integracyjnych. Po latach ciężkiej pracy stała się cichą obserwatorką, tym razem pasji oraz sportowej rywalizacji. I dobrze jej z tym.

Wiatr zmian w Rozbarku. Roztańczona cechownia.

Założona w 1868 r. bytomska kopalnia węgla kamiennego działała do 2004 r., a już trzy lata później część jej zabudowań wpisano do rejestru zabytków. Ochroną objęto budynek kotłowni, maszynowni, mur oporowy i dawną cechownię, która w 2014 r. stała się siedzibą Bytomskiego Teatru Tańca i Ruchu Rozbark. Miejsce zdefiniowane niegdyś kultem pracy ożyło na nowo dzięki innej, artystycznej formie ruchu. Profesjonalne i klimatyczne sale baletowe, przestronne garderoby, jedna z najnowocześniejszych scen teatralnych w regionie, sale konferencyjne, kawiarenka, a także hotel to infrastruktura wymarzona dla artystów, ale i widzów. Nie dziwi więc fakt, iż instytucja doskonale wypełnia swoją misję, jaką jest tworzenie i propagowanie sztuki tańca współczesnego. Teatr, opierając swą działalność na trzech polach - artystycznym, edukacyjnym i społecznym, celebrytuje piękno ekspresji tanecznej, między innymi organizując Rozbark in Motion - Międzynarodową Konferencję Tańca Współczesnego i Festiwal Sztuki Tanecznej. Jedną z największych form promocji tańca współczesnego w Europie Środkowej jest również wizytówką miasta, rozpoznawalną poza granicami Polski.

Kulturalnie i ze smakiem

Wyjątkowy klimat miejsca sprzyja organizacji najróżniejszych imprez i wydarzeń kulturalnych, poczynając od spektakli tańca, poprzez koncerty, wystawy, uroczyste gale, a kończąc na spotkaniach, wykładach, czy sympozjach. Bogate wyposażenie techniczne sprostą wymaganiom najbardziej awangardowych performance'ów, dając też możliwość zaangażowania 200 widzów dzięki mobilnej widowni, która pozwoli na dowolne kształtowanie przestrzeni. Unikalny charakter cechowni, zaprojektowanej w 1911 r. przez słynny duet architektów Emila i Georga Zillmannów, podkreślają oryginalnie zachowane okna, przez które goście teatru mogą obserwować proces zmian tego historycznego miejsca, a w sąsiedztwie teatru dzieje się naprawdę niemało.

Usportowiony Bończyk już wkrótce!

Budynek kotłowni z taśmociągiem (łącznikiem, którym dostarczano węgiel), transformatorownia oraz maszynownia szybu Bończyk także doczekały się rewitalizacji. Pomysłodawcy reaktywacji rozbarskiego kompleksu, ludzie z pasją, członkowie klubu Skarpa Bytom, przy ogromnym wsparciu Urzędu Marszałkowskiego zadbał, by miejsce odzyskało dawną świetność, w innym jednak charakterze. Maszynownia stanie się wszechstronnym kompleksem sportów siłowych z zapleczem oraz centrum wsparcia dziennego. Kotłownia przekształci się w ośrodek sportów wspinaczkowych z pierwszą w Polsce zewnętrzną ścianą do uprawiania wspinaczki w formacie trójboju olimpijskiego - ewenement nie tylko na skalę naszego kraju. Taśmociąg zaadaptowany zostanie na łącznik ze strefą wejściową i placówkę opieki dziennej nad dziećmi oraz taras widokowy. Transformatorownia zamieni się w budynek szkoleniowo-noclegowy. A na terenach przyległych powstaną całe mnóstwo atrakcji: profesjonalne strefy do uprawiania parkuru i street-workoutu, tor z przeszkodami terenowymi (runmageddon) oraz stumetrowa, dwutorowa bieżnia i przestrzeń z przyrządami do ćwiczeń siłowych. Po oddaniu całości, jak niegdyś pot rosił czoła górników, tak teraz pojawi się on u sportowców, a miejsce odwiedzane będzie tłumnie i wypełni się życiem na nowo. Muzeum Śląskie, Galeria Szyb Wilson, Kopalnia Guido - to tylko niektóre obiekty, poza wymienionymi wyżej, które zyskały nową funkcjonalność, otworzyły się na sztukę i stały orędownikami historycznej spuścizny regionu. Wiele kolejnych czeka na inwestorów, bo zasługuje na to, by wykorzystać ich potencjał i stosując ciekawe rozwiązania, zapewnić im miejsce w kulturalnej oraz rozrywkowej przestrzeni Śląska.

Karolina Frączek

Mariaż Skandynawii i Meksyku

Jak wygląda mariaż stylu skandynawskiego i meksykańskiego? Odpowiedzi na to pytanie postanowili poszukać architekci z duńskiego studia OEO, pracując nad wnętrzem restauracji Hija de Sanchez Cantina.

Anna Szuba



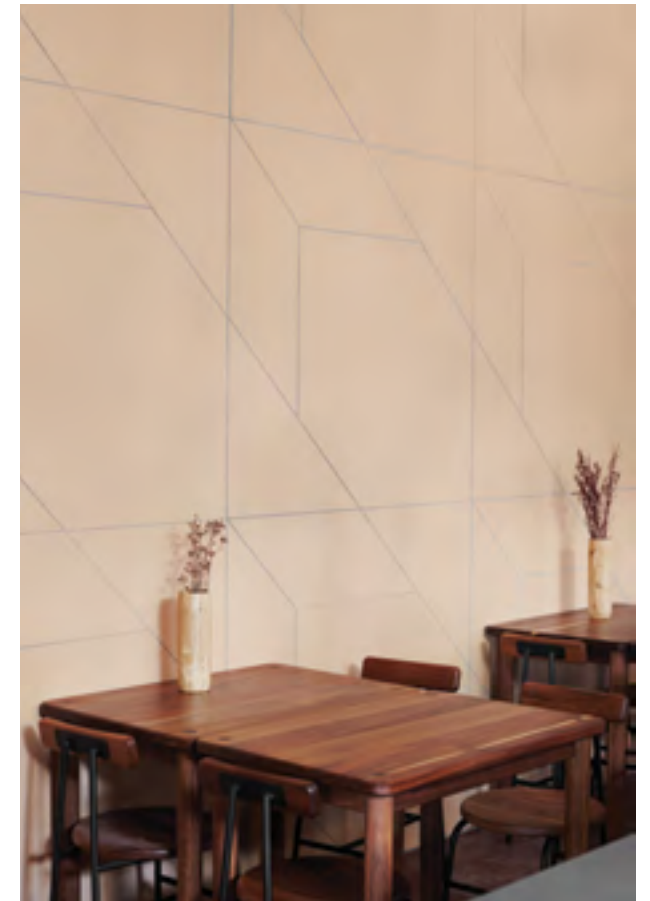


Lokal znajdujący się w portowej dzielnicy Kopenhagi, charakteryzuje się długimi i wąskimi przestrzeniami, które, mimo że trudne w aranżacji, zostały sprytnie wykorzystane do stworzenia wnętrza celebrującego dizajn i kulturę Meksyku. Ciepła paleta odcieni czerwieni i kolorów ziemi kontrastuje z grafitowymi tonami, typowymi dla północy Europy. Odważne zestawienia kolorystyczne współgrają z dekoracjami ścian i elementami wystroju, które nawiązują do meksykańskiej przestrzeni miejskiej. Wyjątkowo wysokie pomieszczenia i wynikające stąd wielkie płaszczyzny ścian pozwoliły na wprowadzenie do wnętrza dodatkowych elementów budowlanych, inspirowanych architekturą Meksyku. Subtelne wtrącenia w postaci ząbkowo zakończonych ścianek i murowanych donic pozwalają oderwać się od rzeczywistości, przywodzą na myśl leniwe letnie popołudnia, spędzane w skąpanym w słońcu pueblo. Całości dopełniają rośliny. Widoczne z ulicy kaktusy, sukulenty i zasadzone w donicy drzewo zachęcają, by wejść do środka. Dzięki olbrzymim przeszkleniom do wnętrza wpada sporo naturalnego światła, powodując, że przestrzeń sprawia wrażenie wyjątkowo przyjaznej i przytulnej, a atmosfera jest swobodna i niezobowiązująca.

Hija de Sanchez Cantina to nie tylko piękno, ale i funkcjonalność. Architekci zdecydowali się na wyodrębnienie w lokalu kilku stref, zapewniających zróżnicowany poziom prywatności, tak by każdy znalazł tu swoje ulubione miejsce. Starannie zaprojektowane przestrzenie jadalne i pomocnicze wydzielone zostały kontrastującymi kolorami, które towarzyszą gościom od samych drzwi. W części wejściowej dominuje głęboki błękit. Bar i strefa jadalna utrzymane zostały w odcieniach beżu, różu i jagody, a otwarta kuchnia nawiązuje do chłodnych, ciemnych kolorów ziemi.

Okrągłe i kwadratowe stoły zapraszają tych, którzy umówili się z przyjaciółmi albo z rodziną. Wysokie stolki, usytuowane wzdłuż baru z widokiem na kuchnię, oferują możliwość zaangażowania się w proces przygotowania potraw. Hokery wokół drzewa są propozycją dla tych, którym zależy na swobodzie i spokoju. U podstaw sukcesu tego projektu leży pomysłowe i staranne zestawienie materiałów, połączenie dwóch odmiennych kultur oraz stylów, których częścią wspólną są drewniane meble, wykonane przez meksykańskich rzemieślników specjalnie dla tego miejsca.

Cantina, zgodnie z wolą założycielki - światowej sławy szefowej kuchni - Rosio Sanchez, zaprojektowana jest tak, by zapewnić gościom kompletne i holistyczne doświadczenie miejsca wyjątkowego, a jednocześnie zwyczajnego. Świeżość spojrzenia na kreację wnętrz i niewymuszona naturalność powodują, że trudno przejść obojętnie obok tej realizacji.



Zdjęcia: Michael Rygaard
Projekt: Thomas Lykke, Anne-Marie
Buermann OEO Studio

Indie – baśń dla cierpliwych

Zima, a dokładnie miesiące od listopada do marca to najlepszy czas, by jechać do Indii. I my pojechaliśmy. Po latach marzeń, miesiącach wyczekiwania i zaledwie kilku dniach planowania.

Kamila Ocimek



Prawie 5000 km przejechanych głównie pociągami, tuk-tukami, ale również autokarem i dwa razy samolotem. Dzięki temu oboje w dwa tygodnie zobaczyliśmy złoty trójkąt Indii: Delhi, Agrę (gdzie zwiedzając Taj Mahal, świętowałam swoje urodziny) i Piękny Dżajpur; później Fort Amber, niesamowity niebieski Dżodhpur i romantyczny Udajpur, zahaczając na chwilę o Mumbai (gdzie nie zostaliśmy gwiazdami Bollywood), by odpocząć potem w Palolem, a wracając do Delhi zamknąć nasz wyjazd.



Wydaliśmy nieco ponad 3000 zł na osobę. Doliczając szczepionki – prawie 4000 zł. Nie ma co ukrywać, że najdroższy z tego był lot (1500 zł) kupiony w lutym na listopad. Noclegi rezerwowaliśmy po prostu na bookingu, począwszy od najtańszego za 12 zł (na wzgórzu pod zamkiem z widokiem na olśniewający Dżodhpur), po najdroższy za 30 zł (w Mumbaju). Wbrew przestrogom mogliśmy jako „niemalżeństwo” korzystać z jednego pokoju, zawsze mieliśmy ciepłą wodę, a pokoje były czyste, bez insektów (poza gościem w postaci jaszczurki w Palolem).

Bilety na samoloty i pociągi zarezerwowaliśmy jeszcze w Polsce, resztę już na miejscu, targując się na potęgę. Stołowaliśmy się tylko w restauracjach (omijając street food), nikt się nie pochorował, a za 15-25 zł mogliśmy się najeść na cały dzień – zamawiając zawsze za dużo, ale w takim wegetariańskim, acz ociekającym maselkiem raju, trudno się oprzeć. I woda – ta wyłącznie z butelki.

Choć praktycznie wszystko było bajecznie tanie, to w Indach na wagę złota jest cierpliwość. Przyda się, kiedy czeka się na pociąg, który spóźnia się tylko pięć godzin, a później zalewa go deszcz i finalnie dociera z siedmiogodzinnym opóźnieniem. Nawet w powietrzu zdarzają się korki, więc niepunktualność nie omija również ruchu lotniczego.

Trzeba być cierpliwym, gdy akurat krowa postanawia wyjść na drogę, blokując tym samym ruch lub kiedy chce się przejść przez jakąś ulicę, a że zasady ruchu drogowego tam praktycznie

nie istnieją, to na początku może to być walka o życie. Niekończące się trąbienie – tak uciążliwe w pierwszych dniach (po jakimś czasie można już rozpoznawać gamy klaksonów) – służy raczej zamiast kierunkowskazów – do mijania, tudzież wyprzedzania, pozdrawiania, lub po prostu używania wtedy, gdy za długo było cicho (choć cicho w Indach raczej nie bywa). Obowiązujący ruch lewostronny czasem nie ma większego znaczenia.

Należy uzbroić się w cierpliwość targując się z kierowcą tuk-tuka, który już, już fałszywie obrażony zaproponowaną ceną odchodzi, by jednak wrócić i z uśmiechem podwieźć cię tam, gdzie chcesz, oferując przy tym dodatkowe wycieczki fakultatywne. Lub na bazarku podczas poszukiwania pięknego szala – tłumaczenie „tylko oglądam” zazwyczaj nie pomaga. Mało odporni (jak ja na początku) kończą z szaliczkiem, tudzież bluzeczką wpakowaną przez sprzedawcę do torebki, oczekującego z wyciągniętą ręką na zapłatę. Albo gdy chcesz znaleźć zwykły sklep czy mały markecik zaledwie. Nie! Zostaje tylko bazarek, a jeśli bazarek, to jak powyżej – bez targowania ani rusz!

Jedynie cierpliwość pomoże, kiedy po raz dwudziesty w ciągu godziny ktoś chce sobie zrobić z tobą – białym człowiekiem – selfie, czasami wręczając ci dziecię do potrzymania. Lub gdy piętnaście par czarnych ocząt w pociągu, bez najmniejszego zażenowania wpatruje się w ciebie, gdyż na tej trasie jesteś niespotykanym obiektem. Albo w końcu, kiedy wykorzystując twoją nieuwagę, podbiega małpa i kradnie ci czipsy o smaku masali.

Wreszcie musisz mieć cierpliwość do samego siebie – nie oceniaj, nie porównuj, daj się porwać temu kompletnie niesamowitemu miejscu na ziemi. Mówi się, że Indie albo się kocha, albo nie – nawidzi – w moim przypadku to się nie sprawdziło. Zawsze powtarzam, że nic nie jest tylko czarne i białe, ale kolorowe i te kolory (jasne i ciemne) znalazłam właśnie w Indiach. I wróć szukać nowych odcieni.

Kamila Ocimek



Zima nie musi być zimna

Pewnego listopadowego poranka, przy niezwykle aromatycznym kubku kawy wpadliśmy na pomysł powrotu na naszą ulubioną, europejską wyspę. Długo się nie zastanawialiśmy, kupiliśmy bilety i kilka dni później stąpaliśmy już po Maderze – tym przepięknym skrawku lądu, gdzieś na środku Oceanu Atlantyckiego.





Nikommu nie trzeba tłumaczyć, dlaczego rok 2020 był zdecydowanie trudniejszy do planowania niż poprzednie lata. Mimo to my i tak tęsknie wpatrywaliśmy się w mapę i przeszukiwaliśmy strony z tanimi lotami. Pewnego listopadowego poranka, przy niezwykle aromatycznym kubku kawy wpadliśmy na pomysł powrotu na naszą ulubioną, europejską wyspę. Długo się nie zastanawialiśmy, kupiliśmy bilety i kilka dni później stąpaliśmy już po Maderze – tym przepięknym skrawku lądu, gdzieś na środku Oceanu Atlantyckiego.

Wysepka ma niewielkie rozmiary - jej powierzchnia tylko nieznacznie przekracza powierzchnię Warszawy. Zamieszkują ją ludzie ceniący sobie spokój i kontakt z naturą. I co ciekawe – pozostała w nich mocno zakorzeniona wiara w uroki, tak zwane mau olhado, czyli złe spojrzenie. Rankiem chętnie przesiadują na zewnątrz, popijając malutką bież, przez turystów błędnie nazywaną espresso. Nie jest to łatwe miejsce dla wegetarian. Danie główne stanowi tu espetada – szaszłyk z wołowego mięsa, natartego solą oraz ziołami i usmażonego na tłących się węglach. Jadają również espadę, czyli rybę często podawaną w przedziwnym miksie z sosem z marakui i pieczonym bananem. Tradycyjny trunek to przygotowywana na bazie rumu z trzciny cukrowej poncha, z dodatkiem miodu i owoców. W sklepach unosi się duszący zapach suszonego dorsza, czyli bacalhau – ponoć przepyszny, ale my jeszcze się do niego nie przekonaliśmy. Oprócz tego spora część wyspy obsadzona jest bananowcami, które mają tutaj idealną pogodę, dzięki czemu ich owoce są mięsiste i przepyszne. Dla Marcina – wielbiciela bananów – to miejsce to raj.

Pogoda tutaj jest na tyle nieprzewidywalna i tak pogmatwana, że najlepiej po prostu obserwować to, co dzieje się na zewnątrz, a następnie dostosowywać plany. Mieszkańcy, zależnie od tego, gdzie wybudowali swój dom, mogą mieć zupełnie inną pogodę i temperaturę w porównaniu do sąsiada, mieszkającego zaledwie dwie uliczki dalej. Sami przekonaliśmy się o tym boleśnie, kiedy po miesiącu dogrzewania się piecem i walki z grzybem na ścianie, przeprowadziliśmy się bliżej oceanu. Dokładnie 2 kilometry w linii prostej, a różnica jest taka, że wygrzewamy się tutaj na tarasie niczym na rajskiej azjatyckiej plaży. Zresztą mieszkania to temat rzeka, nie tylko na wyspie wiecznej wiosny, ale również na kontynencie, gdzie prześmiewczo mówi się, że zimą w Portugalii najcieplej jest poza domem.

A co z przyrodą? Naszym zdaniem zachwyci nawet najbardziej wymagającego wędrowca. Góry wznoszące się pośrodku wyspy osiągają ponad tysiąc osiemset metrów nad poziomem morza i świetnie nadają się do oglądania zarówno wschodów, jak i zachodów słońca. Bardzo często stąpa się tutaj dosłownie ponad chmurami. Najlepszymi miejscami do podziwiania spektaklu chmur i światła są Bica da Cana oraz Pico do Arieiro.



Najwięcej atrakcji znajdą osoby lubiące chodzenie po górach oraz szeroko pojęty aktywny wypoczynek. Są tu setki kilometrów szlaków, a wiele z nich prowadzi wzdłuż lewad, będących typowym tutaj systemem nawadniającym. Północna część wyspy jest zielona i dzika, a opady deszczu występują tam często. Południowa, w której znajduje się stolica wyspy, czyli Funchal, jest o wiele bardziej sucha i z tego powodu nazywa się ją biegunem ciepła. Lewady służą do transportu wody z północnej części wyspy do południowej. Dzięki temu obie są odpowiednio nawodnione do uprawy warzyw i owoców.

Pięknych miejsc tu nie brakuje, ale amatorzy plażowych wakacji mogą poczuć się lekko zawiedzeni, bo plaż tutaj jak na lekarstwo, więc kąpieli w oceanie zażywa się raczej w wybudowanych w tym celu kamiennych basenach. Dla turystów zostały stworzone też dwie piaszczyste plaże, a sam piach przetransportowano prosto z Afryki. Najpiękniejsza, naszym zdaniem, plaża znajduje się na północnym zachodzie wyspy w Seixal. Piasek na niej ma zupełnie czarny kolor i przepięknie kontrastuje z białą, wzburzoną oceaniczną wodą oraz porośniętymi na zielono zboczami gór.

Naszym ulubionym miejscem na wyspie jest jednak Fanal, należące do obszaru lasu Laurissilva, sklasyfikowanego na liście Światowego Dziedzictwa Przyrodniczego UNESCO. Mgła,



powyginane, porośnięte mchami drzewa, paprocie, a także przechadzające się tam leniwie krowy tworzą niesamowity, mistyczny wręcz klimat. Obowiązkowym punktem zwiedzania jest również dotarcie do Achadas da Cruz oraz zjazd najbardziej stromą kolejką linową Europy. Jej nachylenie to aż 98%! Miejsce to wykorzystuje się do upraw, ponieważ właśnie pomiędzy ogromnym klifem a oceanicznymi falami znajduje się najżyźniejsza gleba. W Calhau das Achadas mocno polecamy zobaczyć zachód słońca - promienie słoneczne, tańczące na morskiej bryzie tworzą niezapomniany spektakl.

Gdybyśmy chcieli wypisać wszystkie atrakcje tej malutkiej wyspy, zajęłoby nam to jeszcze wiele stron. Na Maderze jesteśmy już ponad miesiąc, a nadal mamy wrażenie, że niewiele widzieliśmy. Dla nas to niezwykle miejsce, gdzie oprócz schronienia przed polską zimą odnaleźliśmy tak bardzo potrzebny nam spokój oraz radość z obcowania z różnorodną naturą. Poznaliśmy też wspaniałych ludzi, bez których nasz pobyt tutaj nie byłby taki sam. Przy zachowaniu odpowiednich środków ostrożności, polecamy to miejsce każdemu stęsknionemu podróżnikowi!



Drogie Siostry,
Piszę do Was w samym środku grudnia 2020 roku. Roku, który dla wielu z nas był bardzo mozolnym i trudnym czasem, a który jednak pomimo tych wszystkich trudności przyniósł niezwykle zryw solidarności kobiecej i nadzieję, że warto być razem i działać.

W listopadzie ukazała się też moja książka pt. „HerStory. Herstorie silnych kobiet”. Powstała ona z codzienności kobiecej. Z dążenia do bliskości. Z potrzeby własnej przestrzeni („własnego pokoju” - jak by powiedziała moja ukochana Virginia Woolf). Z przekonania, że warto mówić własnym głosem i że nasz głos jest bardzo ważny. Z rozmów w kobiecych kręgach, przy kawie lub winie. Podczas jogowych wyjazdów, spacerów i na macie. Czasem z radości, ale nieraz też z płaczu.

Ale przede wszystkim z niezłomnej wiary w siłę i moc kobiet.

I w siostrzeństwo!

Niech te wszystkie kobiece opowieści mają swój dalszy ciąg, niech trwają. Zapraszam Was do dzielenia się swoimi herstoriami. Wierzę w ich moc! Niech rok 2021 otworzy nas na nowe.

Z feministycznym pozdrowieniem,
Katarzyna Szota-Eksner



fot. Monika Burszczan
Na zdjęciu Katarzyna Szota – Eksner.

Nieogolona łydka.
Spuchnięte oko po nieprzespanej nocy.
Odpryśnięty lakier na paznokciu.
Ból brzucha ze stresu.
Wielkie Zmęczenie.

O tym się nie mówi.
Świąteczna kampania firmy Apart z udziałem podobno znanych aktorek pokazuje przyjaźń trzech kobiet, opływających w luksus. Płaskanie w śniegu, baraskowanie z bałwankiem w sukni wieczorowej, błysk pierścionka, tu i ówdzie zalotne uśmiechy.

Oraz (z ostatniej chwili!) Anna Lewandowska (celebrytka, która pozwala feministyczną aktywistkę, gdy ta zarzuciła trenerce fat shaming) z podpisem „siła kobiet” (?) na okładce „Elle”... Gdy przez Polskę przetacza się fala protestów, padają kobiece biznesy, wciąż trwa pandemia, robienie z kobiet słodkich idiotek (nawet w reklamie) wydaje mi się szczególnie ironiczne!

To wszystko sprawia, że zaczynam się zastanawiać, jaka część mnie – kobiety przed pięćdziesiątką – jest postrzegana tylko przez moje ciało. Piękno to przecież towar. Patrzę na swoje oczy, które płakały. Na zmarszczki. Na uczulenie, jakie wyskoczyło mi wczesną jesienią na powiece i tak już zostało.

Emilie Pine w swojej książce pisze o czasach, gdy ból był czymś, o czym można było mówić:
„Kiedy miałam siedem lat, podwijałam spodnie i pokazywałam swoje blizny - po ugryzieniu psa, po skoku z dachu komórki, po zardrapaniu zardzewiałym gwoździem, w które wdała się infekcja. Te blizny z dzieciństwa były nie tylko oznakami bólu, ale też nagrodami za odwagę, zewnętrznym dowodem na wewnętrzną śmiałość.”

Po pewnym nagraniu Przyjaciółka mówi: *„byłaś spokojna i kompetentna, ale wyglądałaś na wyczerpaną.”* Jestem jej bardzo wdzięczna za szczerość i uważność. A przecież kobiety komplementuje się głównie za urodę (sama to robię niezmiennie – *„pięknie wyglądasz”*, a dopiero potem: *„jesteś mądra, przygotowana”*).

A dodatkowo – wyglądasz młodo!

„Straciłam już rachubę, ile razy mężczyźni – zarówno starsi, jak i młodszy ode mnie – mówili mi, że wyglądam młodo. Zachowuję się tak, jakby to był komplement, ale wcale nie jest. Kobietom należy pochlebiać, mówiąc im, że wyglądają młodo, ponieważ dla kobiet to wygląd jest najważniejszy, a młodość to najlepszy wygląd z możliwych.”

Ten tak zwany komplement jest w rzeczywistości degradacją (i same też to sobie robimy).

Wtedy, gdy liczy się wieloletnie doświadczenie, albo kiedy nie powinnaś być osądzona na podstawie tego, jak wyglądasz, ale tego, co mówisz i robisz.

A potem następuje dziwny rozłam. Wiesz, że za wszelką cenę musisz wyglądać ładnie. Ale jesteś tym już zmęczona. I wracasz do punktu wyjścia - w grudniu 2020 r. w środku chaosu, pandemii i walki o prawa kobiet patrzysz ze zdumieniem na płaszące w sztucznym śniegu celebrytki albo na okładkę snobistycznego czasopisma dla kobiet i zastanawiasz się, jak można w to wierzyć i dodatkowo jeszcze wydawać na ten kicz pieniądze?

„O tym się nie mówi” Emilie Pine. Polecam!

Katarzyna Szota-Eksner

fot. Monika Burszczan





Usłysz swój kolor

FISCHER Poligrafia

41-907 Bytom, ul. Zabrzeńska 7e
e-mail: biuro@fischer.pl
www.fischer.pl

Telefony:
32 782 13 05
697 132 100
500 618 296
608 016 100



NIEZRÓWNANA ESTETYKA.

NAJWYŻSZA JAKOŚĆ.

KOMSTA
okna i drzwi

JEDNA FIRMA. WIELE MOŻLIWOŚCI.

BĄDŹ
EFEKTYWNY
ENERGETYCZNIE

Weź udział w programie poprawy efektywności
energetycznej polskich przedsiębiorstw

www.efektywnyenergetycznie.pl