

any  
where

MAGAZYN PORTU LOTNICZEGO WARSZAWA/MODLIN  
WARSAW MODLIN AIRPORT MAGAZINE

warsaw  
modlin  
airport

# Good MODLIN

MICHALINA  
OLSZAŃSKA

NR (27) 2023

**FREE COPY**  
pobierz na lotnisku



Czytaj #AnywhereYouAre

*Farys.*  
DESIGN

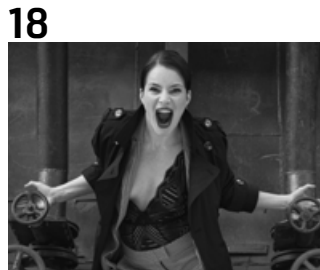
---

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

 Farys  farysdesign



# Good MODLIN



**6**  
**STREFA VIP |** Michalina Olszańska: z każdym jest troszkę coś nie tak  
**VIP ZONE |** Michalina Olszańska: There is something wrong with everyone

**18**  
**STREFA VIP |** Anna Dereszowska: Czuję się dobrze w swoim ciele  
**VIP ZONE |** Anna Dereszowska: I feel good in my body

**34**  
**TECHNOLOGIE |** Nissan X-Trail e-POWER 2023

**42**  
**LIFESTYLE |** Prezentownik na Dzień Kobiet

**50**  
**FOR HER |** Zostańmy przyjaciółmi, czyli przyjaźń damsko-męska pod lupą

**52**  
**FOR HER |** „Miesiączka to nasza wspólna sprawa!” Czyli o ubóstwie i wykluczeniu menstruacyjnym

Nasze magazyny  
lotniskowe



Gdańsk

Poznań

Rzeszów

Szczecin

Olsztyn

Łódź

Lublin

**ZDJĘCIA NA OKŁADCE**  
Łukasz Dziewic

**SPRAWDŹ**  
na anywhere.pl

## WYDAWCA

Anywhere.pl Platforma Medialna Sp. z o.o.  
z siedzibą w Sopocie 81-717 ul. Halfnera 6 lok. 224K,  
zarejestrowana w Sądzie Rejonowym Gdańsk Północ  
w Gdańsku. VIII Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru  
Sądowego nr 0000856796.  
NIP 5851492193. REGON 387084333.

e-mail: [biuro@anywhere.pl](mailto:biuro@anywhere.pl)  
kom: 882 072 755.

Wydawca: **Marcin Ranuszkiewicz**  
Redaktor naczelny: **Jakub Wejszner**  
Sprzedaż i Marketing: **Angelika Balbuza**  
Szef działu graficznego: **Alicja Rynkiewicz**  
Dział IT: **Aleksander Domański**  
Współpraca fotograficzna: **Michał Buddabar,**  
**Bartosz Maciejewski, Piotr Sobik, Karolina Nowaczyk,**  
**Paulina Pawłowska, Łukasz Dziewic**

## Na licencji: asz-reklama / biuro@asz-reklama.eu

Redakcja nie zwraca niezamówionych tekstów  
i materiałów redakcyjnych oraz nie ponosi  
odpowiedzialności za treść nadesłanych ogłoszeń  
reklamowych. Redakcja zastrzega sobie prawo do  
redagowania i skracania tekstów

## NA ZLECENIE



Mazowiecki Port Lotniczy  
Warszawa-Modlin Sp. z o.o.

ul. gen. Wiktora Thommée 1a  
05-102 Nowy Dwór Mazowiecki  
[www.modlinairport.pl](http://www.modlinairport.pl)  
[www.facebook.com/LotniskoWarszawaModlin](https://www.facebook.com/LotniskoWarszawaModlin)  
[twitter.com/WMI\\_Airport](https://twitter.com/WMI_Airport)  
e-mail: [bh@modlinairport.pl](mailto:bh@modlinairport.pl)

## ANYWHERE.PL | PLATFORMA MEDIALNA

[www.anywhere.pl](http://www.anywhere.pl)  
[www.facebook.com/anywhererepl](https://www.facebook.com/anywhererepl)  
[www.twitter.com/anywhererepl](https://www.twitter.com/anywhererepl)  
[instagram.com/anywhere.pl](https://www.instagram.com/anywhere.pl)  
[www.linkedin.com/company/anywhere-pl](https://www.linkedin.com/company/anywhere-pl)

any  
where  
re

## PARTNER

PROT  
Brama Wyżynna  
Wały Jagiellońskie 2a  
80-887 Gdańsk  
[www.protgda.pl](http://www.protgda.pl)



## PATRONAT



Gdańsk



Gdynia



Sopot

**HOSSA**

**SOFITEL**  
WARSAW VICTORIA





Chcesz się przelecieć?

EKRANIZACJA BESTSELLEROWEJ POWIEŚCI

# POKOLENIE ikea

W KINACH OD 3 MARCA

MICHALINA OLSZAŃSKA:  
**Z KAŻDYM JEST**  
TROSZKĘ **COŚ**  
NIE TAK

TEKST Julia Trojanowska ZDJĘCIA Łukasz Dzięwic



MICHALINA OLSZAŃSKA: Z KAŻDYM JEST TROSZKĘ...



**Julia Trojanowska: Cześć – ja jestem Julia Trojanowska, a ze mną na kanapie Michalina Olszańska. Michalina Olszańska: Cześć.**

**Spotykamy się dzisiaj, żeby porozmawiać o filmie „Pokolenie Ikea”. Michalina gra Olę, przyjaciółkę głównego bohatera. Co cię skłoniło do tego projektu? Film jest na podstawie książki Piotra C. „Pokolenie Ikea”, która wywołała niemałą burzę dziesięć lat temu.**

Ja tej burzy nie pamiętam. Nie byłam świadoma tego, dopóki nie weszłam w projekt. Natomiast scenariusz, który przeczytałam praktycznie już na etapie castingu, bardzo mi się spodobał. Uważałam, że to jest coś innego. Na pewno dla mnie, bo zazwyczaj grałam w trochę innego typu filmach. Chyba pierwszą rzeczą, która mnie zaintrygowała, były dialogi. Były napisane bardzo naturalnie i fajnie leżały w ustach. Właściwie od samego początku wiedziałam, że to jest coś, co chcę zrobić i co mnie interesuje.

**W filmie Olga pyta głównego bohatera „Co jest z mną nie tak?”. Co myślisz o swojej bohaterce? Uważasz, że jest z nią coś nie tak?**

Myszę, że z każdym jest troszkę coś nie tak (*śmiech*). Całą masę takich rzeczy sobie wmawiamy. To, że jej się tak wydaje, jest absolutnie naturalne. Olga ma na pewno bardzo silny charakter. Wiele aspektów swojego życia poświęca karierze. Myszę, że jest to też jedna z flagowych cech pokolenia o którym opowiadamy, a na pewno tej grupy społecznej. Olga musiała walczyć o swoje. W świecie mężczyźni musiała udowodniać, że nie jest młodszą siostrą całe życie. To się wybiło później w jej charakterze, w relacjach międzyludzkich – cały czas walczy, udowadnia. Cały czas jest napięta.

**Macie coś wspólnego?**

Bardzo niewiele. Ja jestem zupełnie inną osobą. Dlatego granie Olgi było dla mnie bardzo ciekawe. Jeżeli miałabym szukać czegoś wspólnego, to na pewno to, że dla mnie również jest ważna pasja i część zawodowa życia. Tutaj ją absolutnie rozumiem. Staram się jednak nie podchodzić do tego z taką „żyłą”, jak Olga.

**Mam tutaj taki krótki cytat, który pojawia się nie tylko w książce, ale również w filmie. Lekko**

**MY KOBIETY MAMY  
WIĘCEJ GŁOSU,  
MOŻEMY SIĘ  
WYPOWIADAĆ NA  
TEMAT TEGO, CO  
CHCEMY I JAK CHCEMY  
BYĆ POSTRZEGANE.**

## ► PODZIĘKOWANIA DLA

Fabryki Norblina (ul. Żelazna 51/53, Warszawa)  
za udostępnienie przestrzeni na potrzeby  
wywiadu i sesji zdjęciowej.

**zmieniony na potrzeby naszej rozmowy, bo nie wszystko dobrze brzmiałoby w wywiadzie. „Współczesna cywilizacja wymaga od kobiety nienagannego wyglądu, wagi poniżej pięćdziesięciu pięciu kilogramów, długich, nieporośniętych szczytów nóg, braku cellulitu, orientacji w najnowszych trendach...” – czy coś według ciebie zmieniło się w tej kwestii?**

Wiele. Rzeczywiście, książkę napisano już parę lat temu. Opowiada o tym pokoleniu, natomiast w tej chwili pokoleniem rządzącym w trendach jest pokolenie Z. I ono ma już zupełnie inny gust. Waga poniżej pięćdziesięciu kilogramów to już jest zupełnie nieaktualne. Teraz w modzie jest wręcz coś zupełnie innego, abstrahując już od body positivity, które jest pięknym ruchem, ale mimo wszystko ustępuje trendom. Pamiętam walkę o to, że lalka Barbie ma nierealistyczne proporcje ciała, bo jest bardzo szczupła, natomiast w tej chwili lalki dla dzieci to są lalki, które mają bardzo duże pupy i uda, ale nadal mają talię, jakby nie miały żeber. To nadal jest nierealistyczne podejście do ciała. My kobiety mamy więcej głosu, możemy się wypowiadać na temat tego, co chcemy i jak chcemy być postrzegane. W cenie jest większa naturalność, tutaj się bardzo dużo zmieniło.

**To jest budujące, faktycznie. A w branży filmowej? À propos tego cytatu?**

**Tak.**

W branży filmowej też – również dzięki temu, że kobiety dostały szansę wypowiadania się. Coraz częściej odchodzi się od filmów, w których jest dziewięćdziesiąt procent mężczyźni i dwie kobiety, z czego jedna śmieszna, druga sexy. Mamy więcej filmów, w których głównymi bohaterkami są kobiety powyżej czterdziestego roku życia i nie są tylko matkami lub zdradzonymi żonami. To jest absolutnie ogromny i bardzo ważny krok do przodu.

**Wspomniałaś, że przeoczyłaś boom na „Pokolenie Ikea”. Znałaś w ogóle tę pozycję, zapoznałaś się z nią przy okazji kręcenia filmu? Czy stwierdziłaś: niech to będzie biała kartka, którą zapiszę po swoim.**

Jeżeli mam film na podstawie książki, albo nawet biografii prawdziwej osoby, to przed rozpoczęciem zdjęć staram się nie wnikać za bardzo w ten materiał źródłowy, ponieważ film to zupełnie inny twór. Moim instrumentem, na którym bazuję jest scenariusz. Różnice, które bym wylapała znając materiał źródłowy, tylko by mi przeszkadzały w wykonywaniu poleceń i wizji reżysera. Nie znałam tej książki, nie wiedziałam, że istnieje. Dowiedziałam się przy okazji, ale przed filmem jej nie czytałam. Sięgnęłam już po.

**I jak wrażenia?**

Na pewno jest to inny twór niż film, ma zupełnie inną formę. Porównywanie ich nie ma sensu, to są dwa zupełnie inne gatunki.

**Od wydania książki trochę już minęło – jeżeli dobrze pamiętam, to był to chyba 2012 rok, jedenaście lat temu. Tak, to ma sens, że mnie to ominęło. Byłam wtedy w zupełnie innej czasoprzestrzeni (*śmiech*). Inny target.**



MICHALINA OLSZAŃSKA: Z KAŻDYM JEST TROSZKĘ...



KAŻDY MA  
TRAUMY. NAWET  
NAJSZCZĘŚLIWSZY  
CZŁOWIEK ZNAJDZIE  
COŚ, CO GO  
ZNISZCZYŁO.



**Mnie też ominęło. Książka Piotra C. jest migawką z życia tych ówczesnych 35-latków. Czy adaptacja książki aktualnej wtedy, ma sens teraz?**

Ma ogromny sens i to również jest jedna z kwestii, które mnie przyciągnęły do tego projektu. Dlatego, że ta książka była napisana w czasach panowania seriali typu „Seksu w wielkim mieście”, czyli zupełnie innego zachłyśnięcia się wolnością seksualną. Za sexy uważano wtedy zupełnie inne typy osobowości. Mr. Big z tą swoją niedostępnością emocjonalną wydawał się tajemniczy, intrygujący. Był bardziej promowany w popkulturze. Teraz taki mężczyzna jest dla nas osobą z problemami, który nie potrafi wyrażać uczuć i miłości. Jest facetem, który powinien iść do terapeuty. Dla mnie to jest niesamowicie ciekawe, że opowiadamy tę samą historię. Mamy narrację, która była wtedy, ale przepuszczamy ją przez filtr tego, co się stało w społeczeństwie i co się zmieniło w naszym postrzeganiu, patrzymy na to z dystansem. Narracja Czarnego jest taka, jaka była, on jest dalej takim kocurkiem...

**Ale to już nie jest to...**

Nie, bo książka jest napisana w specyficzny sposób i nie przekłada się 1:1 na scenariusz. Wydaje mi się, że jedyna różnica jest właściwie w naszej percepcji. Dlatego, że my jako twórcy nie oceniamy tego bohatera, natomiast oglądając film nie możemy go już inaczej postrzegać, niż przez pryzmat bardziej świadomego psychologicznie społeczeństwa.

**A widziałas już film w całości?**

Nie, jeszcze nie.

**A kiedy będziesz miała okazję zobaczyć?**

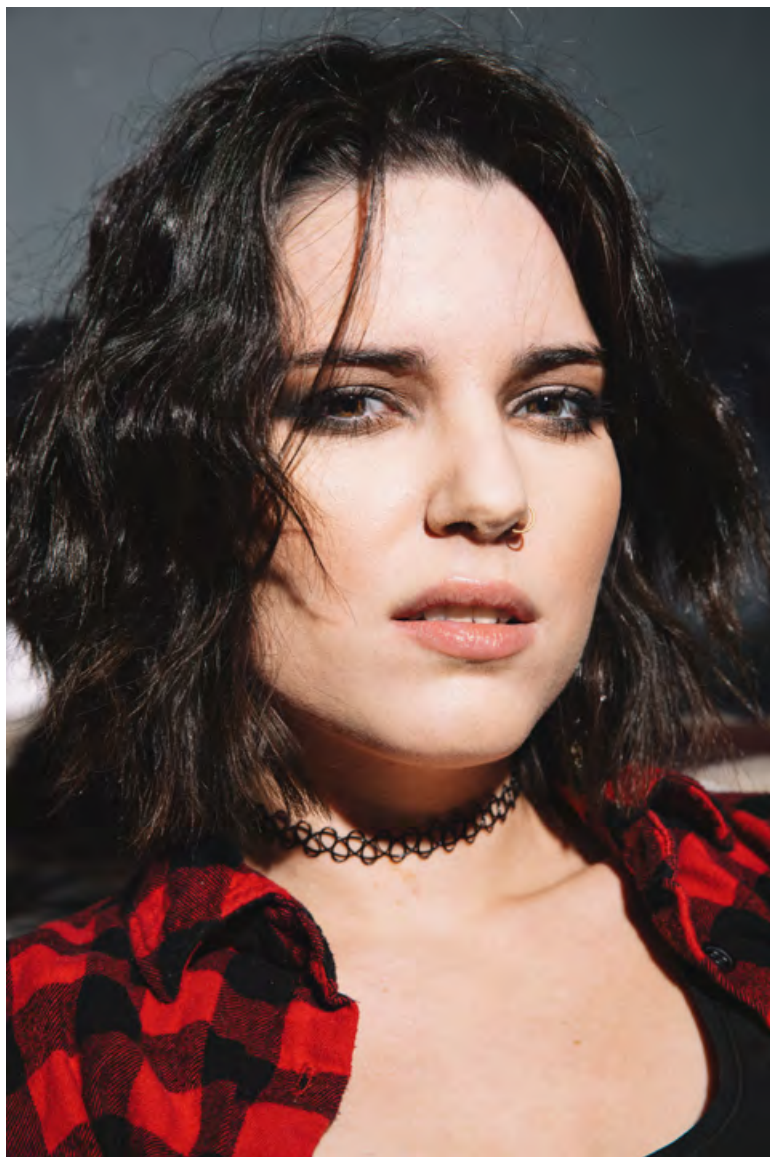
Zobaczę na premierze. Najczęściej unikam pokazów przed koloryzacją itd., bo chcę mieć po prostu przyjemność zagłębienia się totalnie w film.

**Lubisz oglądać siebie na ekranie?**

Najbardziej lubię oglądać swoje wczesne filmy. Im więcej czasu minęło, tym jest to łatwiejsze dla mnie, bo już praktycznie nie patrzę na siebie praktycznie, tylko na zdjęcia z dzieciństwa czy jakąś bliską krewną. Dyskomfortowe jest oglądanie siebie w czymś, co zrobiło się rok temu.

**I co myślisz o sobie w tych filmach sprzed jakiego czasu?**

To zależy od filmu. Są takie, z których jestem dumna i bardzo się cieszę, że je zrobiłam. Są też takie, z których się cieszę, ale nie wszystko się da zrobić idealnie. Jestem w tym zawodzie dekadę i uczę się cały czas.



**Dla kogo jest wasze „Pokolenie Ikea”? Dla współczesnych 35-latków? Dla tych, którzy teraz mają 45 lat? Dla młodsze-  
go pokolenia?**

Myszę, że dla każdego. Dla tych, którzy wtedy mieli 35 lat, to może być taka trochę podróż sentymentalna. To nowe, „przebudzone” pokolenie będzie to rozpatrywało bardziej psychologicznie, być może z pozycji krytyki. To też jest fajne, bo nie gloryfikujemy pewnych postaw. Wydaje mi się, że każdy znajdzie coś dla siebie w tym filmie.

**Gdybyś miała określić myśl przewodnią tego filmu. O czym on jest? O seksie, o pokoleniu, o samotności?**

Tak, to na pewno jest film o samotności.

**Zdecydowanie o samotności?**

Tak. Przede wszystkim dlatego, że film jest wartościowy dopiero wtedy, gdy ma w sobie coś uniwersalnego. Samotność i poświęcenie, które prowadzi do tej samotności jest czymś, co jest bardzo mocno zakorzenione w ludzkiej kulturze. Było problemem, jest i będzie.

**A jak ty byś określiła Pokolenie Ikea?”**

Film, książkę, czy „Pokolenie Ikea”? (*śmiech*)

**„Pokolenie Ikea” – co to są za ludzie?**

Ludzie to ludzie. W filmie pokazujemy pewną grupę społeczną pracującą w korporacji. To jest grupa społeczna, o której ja na przykład nie wiem. Nie miałam z nią styczności

ani w rodzinie, ani wśród znajomych. Tutaj musiałam zrobić trochę research. Nie lubię generalizowania. Myszę, że nawet w pokoleniu, które jest naznaczone naprawdę wielkimi wydarzeniami, jak wojna – ludzie też różnią się między sobą. Co dopiero pokolenie, które tak naprawdę nie było, zwłaszcza w tej szerokości geograficznej, naznaczone niczym tak traumatycznym. To paradoksalnie jest też powód, dla którego trudno nam określić, jakie jest.

**A co „pokolenie przebudzone” wyciągnie z tego filmu?**

Myszę, że „Zetki” zobaczą wszystkie pułapki, w które bohaterowie wpadają przez brak samoświadomości. W tym pokoleniu kładzie się bardzo duży nacisk na samoświadomość, co jest bardzo ważne. Kiedy się już ma świadomość tych mechanizmów i tego, jak wygląda odpowiedź na traumę, to ma się świadomość jak wygląda odpowiedź na traumę – oni to zobaczą jak na dłoni.

**W filmie również zostaje poruszony wątek traumy, który niosą ze sobą relacje z rodzicami, czego na przykład w książce nie było. To też jest ważne w kontekście tego, jacy jesteśmy?**

Mnie psychologia bardzo fascynuje i uważam, że dokopywanie się do tych wszystkich traum jest niesamowicie ważne. Nie na tej zasadzie, żeby wskazać winę, tylko żeby sobie jakoś z tym radzić. Każdy ma traumy. Nawet najszczęśliwszy człowiek znajdzie coś, co go zniszczyło. Chodzi o to, żeby złapać to za przysłowiową mordę i wiedzieć, jak sobie z tym radzić. I tak, to jest właśnie coś, co mi się bardzo podoba w tym filmie. Żyjemy w czasach, w których w kinematografii, być może już w pewnej formie na siłę, każdy czarny charakter ma swoje back story i trudne dzieciństwo. Z jednej strony może to być rozczarowujące, jak w przypadku postaci Jokera, czyli symbolu zła, które nie ma źródła. Z drugiej strony, zwłaszcza przy wychowywaniu dzieci – jestem mamą i uważam, że to jest bardzo ważne – trzeba pokazywać, że u ludzi zło ma po prostu swoje źródło.

**Tak, to jest dość spory ładunek emocjonalny w filmie, którego się nie spodziewałam, znając wcześniej książkę. Oprócz tego, że jest to film o samotności, to jest to również również film o seksie. Zastanawiam się, czy w ciągu tych jedenastu lat podejście do seksu i tego, jak pokazujemy go na dużym ekranie się zmieniło. Jesteśmy bardziej liberalni? Podchodzimy do tego w inny sposób – lepszy, gorszy? Czy w ogóle można to tak kategoryzować?**



MICHALINA OLSZAŃSKA: Z KAŻDYM JEST TROSZKĘ...



# MOŻNA MIEĆ NIEZOBOWIĄZUJĄCY SEKS, WSZYSTKO JEST DLA LUDZI, ALE JEDNAK TEN PODSTAWOWY SZACUNEK DLA DRUGIEGO CZŁOWIEKA MUSI BYĆ.

Znowu odniosę się do „Seksu w wielkim mieście”, bo to jednak w tamtych czasach ważny twór, jeżeli chodzi o seks i relacje. Boom na całą masę relacji, które nic nie znaczą już trochę minął. Zachłysłnieliśmy się tym, ale koniec końców okazuje się, że jeżeli jest tego za dużo, to pachnie to problem, a nie super wolnością. Na pewno jest większa świadomość zdrowia seksualnego, co jest bardzo istotne. W naszym kraju wciąż nie jest z tym najlepiej, ale na zachodzie poproszenie partnera o przebadanie się nie jest już żadnym problemem. Nikt się nie obrazi o to, co sobie o nim myślisz, to jest już normalne. Więc tak, to są z pewnością duże różnice. „Seks w wielkim mieście” wmówił wtedy ludziom, że posiadanie wielu partnerów i traktowanie ich źle, przedmiotowo – zarówno kobiet, jak i mężczyzn – jest cool. Teraz wiemy, że to jest bardzo nie cool. Można mieć niezobowiązujący seks, wszystko jest dla ludzi, ale jednak ten podstawowy szacunek dla drugiego człowieka musi być.

**Nie masz wrażenia, że mężczyznom jednak pozwala się na trochę więcej w kontekście posiadania wielu partnerek? Czy nie jest tak, że gdy kobieta ma wielu partnerów, lubi seks i lubi o tym mówić, to mimo wszystko nie patrzymy na nią do końca pozytywnie?**

To na pewno zależy od środowiska. Po raz kolejny. W Polsce żyjemy w społeczeństwie, które ma ogromny rozłam i to są dwie różne skrajności. Trudno wyrwać dwa tysiące lat tradycji utrwalania pewnych schematów w głowach. Nawet jeśli świadomie chcemy zwalczyć jakieś stereotypy, to one często w nas. Czasami to nie jest nasza wina – po prostu to jest tak mocno w nas zakorzenione. Nasza praca polega na tym, żeby to naprawiać i uczyć dzieci nowej normalności. Absolutnie nie

żądam od pokolenia naszych babć, żeby czuły się nowoczesne i żeby pewne rzeczy, które dla nas są już normalnością, były też dla nich normalne. To jest naturalne, że nie muszą się z tym zgadzać. Natomiast my, jako ludzie, musimy dążyć do empatii i do tolerancji.

**W filmie pojawia się też wątek uciekania. Główny bohater z offu mówi do nas o tym, że ojcowie tego pokolenia chowali się w garażu. Pokolenie 35-latków chowa się w kuchni. Ja akurat nie mam 35 lat, ale też zawsze uciekam do kuchni i im dłużej stoję przy garach, tym lepiej (śmiech). A gdzie ucieka Michalina Olszańska, jeżeli się trochę tego nagromadzi?**

Mam bardzo dużo swoich kryjówek. Piszę, gram na skrzypcach, także mam dużo takich nerek, do których mogę uciec.

**I robisz wtedy coś, co się inspiruje?**

Tak, mam bardzo dużą potrzebę posiadania swojego mentalnego man cave'a, jakkolwiek seksistowsko to zabrzmiało (*śmiech*). Uważam, że posiadanie swojego hobby, swojej pasji jest zdrowe – to też à propos wychowywania dzieci. Jedną z najważniejszych rzeczy jest nakierowanie ich na jakąś pasję, która nie musi być ich zawodem, wręcz przeciwnie.

**Książka nie ma puenty, urywa się w ważnym momencie. Z czym zostawia nas film „Pokolenie Ikea”?**

Myślę, że te zakończenia są właściwie podobne, tylko przeniesione na język filmu. Wiadomo, że film rządzi się trochę innymi prawami, nie może się w pewnym momencie się uciąć. Mógłby, ale to by było już bardzo kontrowersyjne. Lubię otwarte zakończenia i my tutaj zostawiamy absolutnie otwarte zakończenie. Nie mówimy co się wydarzy z naszymi bohaterami

później. Natomiast to, co na pewno zamykamy, to ich emocje względem siebie. To, co później oni z tym zrobią, pozostawiamy do interpretacji.

**Mamy już początek nowego roku, więc na koniec podpytałabym cię o twoje plany na rok 2023, na przykład zawodowe.** Mam trochę planów – o niektórych nie mogę mówić, jak to zwykle bywa, ale też chcę się skupić trochę na rodzinie. Mam dziecko, także przyda się trochę tego man cave'a. Myślę, że to będzie fajny rok.

**No to na pewno będziemy mogli cię zobaczyć w najbliższym czasie w filmie „Pokolenie Ikea”. Premiera 3 marca, także film już za moment w kinach. Ze mną była Michalina Olszańska. Bardzo dziękuję za rozmowę.**

Dziękuję również. II

ENGLISH

**MICHALINA OLSZAŃSKA: THERE IS SOMETHING WRONG WITH EVERYONE**

Julia Trojanowska: Hi, I am Julia Trojanowska and with me, Michalina Olszańska.  
Michalina Olszańska: Hi!

**We are meeting here today to discuss a new movie, “Pokolenie Ikea.” Michalina plays Olga, a friend of the main character. What made you do this project? The film is based on Piotr C.’s “Pokolenie Ikea,” which unleashed a storm a few years back.**

I don't really remember this storm. I was not aware of that until I came to this project. I liked the script that I read during the casting. I saw it as something new. It was new for me, at least, who played in different kinds of movies. I think that the first thing that intrigued me was the dialogue. They were wonderfully written, very natural, and they fit the mouth. I knew that it was something that I wanted to do from the start.

**In the movie, Olga asks the main character – what's wrong with me? What do you think about your character? Is there something wrong with her?**

I think that there is something wrong with everyone (*laughs*). There are a lot of things that we tell ourselves. The fact that she feels that way is completely natural. Olga has a really strong character. Many aspects of her life are dedicated to her career. I think that it was one of the most important elements of the generation we talked about. At

MICHALINA OLSZAŃSKA: Z KAŻDYM JEST TROSKĘ...









least when in her social group Olga has to fight for what is hers. In a world full of men, she had to prove that she was not the younger sister her whole life. It showed in her character, in interpersonal relations. She still fights, still proves, and she is always tense.

**Do you have something in common?**

Not very much. I am a completely different person. That is why playing Olga was so interesting for me. If I were to look for something common, it would definitely be the fact that passion is really important to me and a part of my professional life. Here, I totally get her. Although, I try not to be as strict about it as Olga.

**I have a short quote here that appears not only in a book but also in the movie. It's a bit changed, but for our conversation, it would be something like that: the modern civilization demands women to look amazing all the time, weigh under 50 kg, have long, hairless legs, have no cellulite, understand the latest trends..." – do you think something has changed in that matter?**

A lot. This book was written a few years ago. It describes the generation back then; nowadays, the trend-setting one is gen Z., and they have totally different tastes. Weighing under 50 kg is something completely obsolete. Now, it's something opposite, despite the body positivity movement, although it is sometimes not in accordance with the latest trends. I remember the fight around the Barbie doll and her unrealistic body proportions. Nowadays, dolls have big butts and thighs but still have a waist that looks like they don't have any ribs. It's still unrealistic. We, women, have a much louder voice, and we can talk about what we want and how we want to be perceived. Naturality is more precious nowadays. It changed a lot.

**The book does not have a moral to it; it just stops at an important moment. What does the film leave us with?**

I think that those endings are similar in essence, only transferred to the movie language. The movie has a different way of communicating, and it can't just cut suddenly. I mean, it could, but it would be controversial. I like open endings, and we leave here an absolutely open ending. We do not talk about what will happen to our character later. What we end with, though, are the emotions the characters have for each other. What they will do with it is up for interpretation.

**It's the beginning of the new year, so I would like to ask you about your plans for 2023.**

I have some plans, I can't talk about some of them, as it happens, but I want to focus on my family a bit as well. I have a kid, so I would need some man cave for myself. I think it will be a fun year.

**We will for sure be able to see you in the "Pokolenie Ikea" film. March 3rd is the premiere. Thank you for the conversation.**

Thank you. II

# ANNA DERESZOWSKA:



**CZUJĘ SIĘ DOBRZE  
W SWOIM CIELE**



**> PODZIĘKOWANIA DLA**

Fabryki Norblina (ul. Zelazna 51/53, Warszawa)  
za udostępnienie przestrzeni na potrzeby wywiadu i sesji zdjęciowej.

**Kinga Burzyńska:** W twoim przypadku nucenie jest takie naturalne! Jesteśmy w Fabryce Norblina, tuż przy Kinogramie, więc filmowo. A jak filmowo, to Ania Dereszowska, a właściwie Anna Dereszowska – brzmi dumnie. Aktorka śpiewająca, dubbingująca, teatralna, filmowa i serialowa.

**Anna Dereszowska:** Dzień dobry, cześć!

**Śpiewasz w każdych okolicznościach i chyba nigdy w życiu, choć znamy się bardzo, bardzo długo i – powiem nieskromnie – lubimy, nie zapytałam o to śpiewanie. Skąd ono się wzięło? To było jeszcze przed szkołą teatralną, bo przecież masz swój recital...**

Uważaj, teraz powiem ci coś, że spadniesz z fotela. Chodziłam na zajęcia śpiewu klasycznego, wyobrażasz sobie? Ale mój brat powiedział mi, siedząc w pokoju obok, bardzo dobitnie „skończ to!” (*śmiech*).

**Ale czekaj – skąd ten śpiew klasyczny się wzięło?**

Śpiewanie sprawiało mi ogromną przyjemność – wprost proporcjonalną do stresu, który się z nim wiąże. Rzeczywiście jest to wielka frajda. Moja ówczesna macocha, Teresa Baranowska, którą bardzo serdecznie pozdrawiam, miała znajomego, który uczył śpiewu klasycznego i pomyślała, że może to jest akurat to, co chciałabym robić. Mnie to sprawiało wielką frajdę, ale wszystkim wokół chyba mniejszą.

**Ile wtedy miałas lat? Osiem, dwanaście?**

Nie, nie, to było w liceum.

**Czyli w liceum śpiewałaś klasycznie. Długo to trwało?**

Nie, to był epizod, zaledwie parotygodniowy. Ale dało mi to na tyle dużo frajdy, że gdy później w szkole teatralnej mieliśmy zajęcia z piosenki z panią Krystyną Tkacz, to ja byłam jej ulubienicą. Ona była bardzo specyficznym profesorem, już nie pracuje w Akademii Teatralnej, ale potrafiła być dość okrutna dla swoich studentów, którzy nie spełniali jej oczekiwań.

**Pamiętam, jak robiliśmy program na TVN Fabuła i spotkaliśmy się z twoimi kolegami z roku, m.in. z Marcinem Bosakiem i Karoliną Gruszką. Gdy**

**zaczęłaś śpiewać, to (Karolina) Gruszka mówi: „Nie no, bez przesady, nie śpiewajmy przy Dereszy”.**

Tak, mi to sprawiało frajdę. Tak samo, jak spotkanie w Akademii Teatralnej z Ulą Borkowską i Hadrianem Tabęckim, którzy akompaniowali pani Krystynie na zajęciach z piosenki. Przyjaźń z Ulą nawiązała się właśnie tam – razem pracujemy, ale też bardzo się lubimy. To trwa już kilkadziesiąt lat i rzeczywiście, wciąż się spotykamy, pracujemy wspólnie. Z Adrianem również – epizodycznie, ale jednak. Myślę, że ten śpiew to tak naprawdę dzięki Uli. To ona kopnęła mnie kilka razy w tyłek, że powinnam to robić i że robię to dobrze.

**To była piosenka stricte aktorska? Na Festiwalu Piosenki Aktorskiej nie byłaś, prawda?**

Nie byłam.

**Więc co cię interesowało w tej muzyce?**

Mnie interesowało zawsze retro. Piosenka międzywojnia – uwielbiam piękne teksty, mnie to w piosence bardzo nie sie. Dlatego tak bardzo podoba mi się Sanah, która śpiewa Słowackiego w taki sposób, że... Zresztą puszczałam teraz to mojemu bratu, widzieliśmy się tuż po świętach. Brat od dawna mieszka z rodziną za granicą i nie ma kontaktu z młodą, polską sceną muzyczną. On też jest bardzo utalentowany muzycznie, myślę że dużo bardziej niż ja – gra na fortepianie, na gitarze, swego czasu śpiewał też w jakiejś rockowej kapeli, nawet trochę heavymetalowej. Mówię do niego: „Posłuchaj tego”. Pomyślałam, jakie to straszne, że w szkole podstawowej czy w liceum nie potrafilibyśmy tych tekstów zrozumieć, docenić... Zresztą Teresa Baranowska, o której mówiłam, jest polonistką. Mnie nie uczyła.

**Ale cię ukształtowała?**

Tak, natomiast chcę powiedzieć, że w szkole, nie tylko zresztą na języku polskim, robi się coś tak straszego z literaturą, że narzuca się interpretację. Mówi się czytelnikowi, słuchaczowi, co powinien z tego wyciągnąć, w jaki sposób powinien rozumieć. A czasem, szczególnie dla młodych ludzi Słowacki i Mickiewicz... Lena przerabia teraz starożytność. Ten język jest dla nich tak trudny – oni przecież porozumiewają się skrótami, prostymi słowami. I coś, co początek zdania ma tutaj, a koniec gdzieś przy drugiej zwrotce, jest strasznie trudne do zrozumienia. Nauczyciel natomiast powie im, jak mają to rozumieć. Puszczasz natomiast Sanah...

**Zastanawiałam się właśnie, czy dobrniesz do sedna.**

Mnie to tak ujęło, że ja nagle rozumiem, co Słowacki nam chciał powiedzieć. To jest tak pięknie podane, tak mądrze.

**I jednocześnie sięgnęła do tego młoda osoba.**

No właśnie i to mnie absolutnie rozwaliło. Ale od czego my w ogóle zaczęłyśmy, od muzyki?

**Tak, od muzyki. Powiedziałaś, że interesuje cię retro.** Bardzo! Nie ma już takich piosenek.

**Dlatego sięgasz po to retro?**

Tak. Zobacz, jest teraz Dawid Podsiadło, chociaż jego teksty może nie są aż tak bardzo poetyckie. Masz też przecież

**...W SZKOLE, NIE TYLKO  
ZRESZTĄ NA JĘZYKU  
POLSKIM, ROBI SIĘ  
COŚ TAK STRASZNEGO  
Z LITERATURĄ,  
ŻE NARZUCA SIĘ  
INTERPRETACJĘ.**









Ralph Kamińskiego – Ralph śpiewa piosenki, które mają przepiękne teksty. W końcu pojawili się ludzie, którzy potrafią sięgnąć po trudne rzeczy i podać je w taki sposób, że młodym ludziom się to podoba. Nareszcie nie musisz mieć prostego tekstu podanego tak, żeby każdy go zrozumiał. To jest coś trudniejszego i jednocześnie fantastycznego!

#### **To właśnie Lena dla ciebie odkryła Sanah, prawda?**

Lena jest szperaczem, jeśli chodzi o muzykę. Rok temu na wakacjach w ciepłych krajach zorganizowaliśmy zawody kto wymyśli piosenkę, do której tekstu nie zna Lena. Rzeczywiście ona jest takim słuchaczem, co jest wspaniałe, bo dzięki temu fenomenalnie mówi po angielsku. Słucha piosenki i natychmiast włącza tekst. Zna każdą piosenkę na pamięć.

#### **Genu nie wydlubiesz...**

Tak, genu nie wydlubiesz. Były też takie epizody, kiedy Lena mówiła: „Wiesz mamo,

może bym poszła do Akademii Teatralnej, co myślisz na ten temat?”. Ja miałam...

#### **...ciarki?**

Odpowiadałam: „Nie no, super. Kotuś, decydujesz jak chcesz. Ja cię będę wspierać w każdej decyzji”. I oczywiście tak będzie. Byleby była szczęśliwa.

**Otóż to. Wiesz dlaczego pytam o piosenkę? Na pewno to kochasz i mówisz o tekście, co też jest ważne w teatrze. Myślę o tej wrażliwości na literaturę, w twoim zawodzie to się przydaje. Zastanawiam się, czy na swojej drodze artystycznej miałaś kiedyś taką rolę, że mogłaś zaśpiewać w musicalu, czy to jest jeszcze coś, co pozostaje w sferze twoich wyznań i marzeń?**

Była taka rola, bohaterka nazywała się Ina Paloma. Pamiętam to tylko i wyłącznie dlatego, że to był bardzo dobry serial o czasach drugiej wojny światowej. Grałam żydówkę, śpiewaczkę, postać inspirowana prawdziwą

osobą. Ina Paloma była właśnie pieśniarką. Rzeczywiście, zaśpiewałam chyba dwie piosenki w tym serialu – z wielką radością, bo to był dokładnie mój repertuar, który bardzo lubię. Ale na dużą musicalową rolę wciąż czekam, chętnie bym ją zagrała. W teatrze u Józka Józefowicza już mi się to zdarzyło. Kilka lat temu zagrałam...

#### **Grałaś u Józefowicza?**

No raczej! Grałam nawet tytułową rolę, Paninę Tutli Putli. Pamiętam, że wychodziłam wtedy nago z basenu. To było dla mnie wtedy totalne przeżycie.

#### **W spektaklu?**

Tak, w spektaklu mieliśmy basen na scenie. Na szczęście Józek pozwolił mi wychodzić tyłem. Podchodził do mnie kolega-aktor, który zakładał mi futro na nagie, ociekające wodą plecy. Wtedy to było dla mnie straszne przeżycie. To był jeszcze ten czas, kiedy absolutnie nie akceptowałam swojego ciała. Głupia ja. Teraz sobie myślę, że przecież to były najlepsze lata! Dlaczego wychodziłam tyłem?!

**Czekaj czekaj – powiedziałaś, że był to czas, że nie akceptowałaś swojego ciała. A czy to był taki czas, kiedy wierzyłaś w swoje możliwości aktorskie? To było zaraz po studiach?**

Tak, to było szybko po studiach. Byłam jeszcze wtedy w teatrze dramatycznym.

**Od razu po studiach dostałaś etat, prawda? Dostałam go nawet jeszcze na studiach.**

**Czyli byłaś tą, która absolutnie złapała pana Boga... Może nie, że złapała, ale...**

Byłam inaczej postrzegana. Wspomniany wcześniej Marcin Bosak jest moim kolegą z roku. W przypadku Karoliny wiadomo było, że będzie robiła swoje rzeczy. To był taki czas, kiedy wszyscy drżeliśmy o to, co będzie później. Przychodzi się do Akademii Teatralnej i przez ten pierwszy czy drugi rok wszystkim wydaje się, że jesteśmy królami życia. Z prawie tysiąca osób wybrali naszą 20-stkę. Później przychodzi koniec studiów i się okazuje – o matko, co dalej. Teatrów w Warszawie wówczas nie było tyle co teraz, nie było też takiego wielkiego zapotrzebowania na młodych ludzi. Na szczęście ja miałam wspaniały rok, naprawdę. Wszyscy pracują – jeśli nie strictly zawodowo, to około zawodowo. To była właśnie Gosia Socha, Angelika Piechowiak, która produkuje i gra w spektaklach, Eliza Borowska...

#### **...Dominika Kluźniak.**

Tak, Dominika Kluźniak. Naprawdę to był wybitny rok i z wieloma osobami mam w tej



chwili kontakt. Marcin Kołaczkowski, który również produkuje spektakle muzyczne.

**Zaczęłyśmy rozmawiać o tym, że ty już dostałaś rolę...**

Tak, dostałam rolę... Dostałam etat na trzecim roku. Świętej pamięci Piotr Cieślak wziął mnie do Teatru Dramatycznego.

**To był taki moment, że wierzyłaś bardzo mocno w swoje możliwości? Szkoła dodała skrzydeł czy jednak pozostawiła wiele wątpliwości?**

## PRZYCHODZI SIĘ DO AKADEMII TEATRALNEJ I PRZEZ TEN PIERWSZY CZY DRUGI ROK WSZYSTKIM WYDAJE SIĘ, ŻE JESTEŚMY KRÓLAMI ŻYCIA.

W momencie w którym dostałam się do teatru rzeczywiście pomyślałam: „Jestem tu wybrańcem”. W Teatrze Dramatycznym zagrałam jedną rolę i potem miałam długą przerwę. Później przyszli moi koledzy po dyplomach, w których zagraли fantastyczne role u świetnych reżyserów. Ja w dyplomach nie grałam, bo miałam już etat w teatrze i jako dyplom uznali mi dublurę. Strasznie było mi szkoda, że ja w tych dyplomach nie grałam. To był moment, w którym troszkę się wycofałam. Potem na szczęście przyszła rola w „Złotopolskich”, potem przyszedł Józek, który też mi otworzył oczy. Chyba jednak był to Janusz Stokłosa, bo z nim miałam bliższy kontakt. Janusz mnie naprawdę dużo nauczył.

**Mówimy o muzyce, prawda?**

Tak. Nauczył mnie, że piosenka jest jak wiersz. Chodzi o to, żeby podać to tak, aby widz zrozumiał, o czym to jest. Tym różni się piosenka aktorska od piosenki estradowej, w której wokaliści często dbają o to, aby wokal był piękny i żeby pięknie płynęło, że zapominają o przekazie. Natomiast w piosenke aktorskiej to właśnie tekst jest najistotniejszy. Janusz Stokłosa przekazał mi tę wiedzę. Już mówiłam o Krystynie Tkacz, ale to spotkanie z Januszem było dla mnie otwarciem na świat muzyczny.

**Czekaj, czekaj – skoro Janusz Józefowicz, to jak ty się ruszałaś, moja droga?**

O matko, nie! Ale Józek jakoś miał do mnie słabość wielką...

**Że się nie umiałaś ruszać?**

Otoczył mnie tancerzami, a miał ich i dalej pewnie ma w teatrze fantastycznych. Zrobiłam parę póż, kilka kroczków, nawet stepowałam z Józkiem! On był moim partnerem w „Pannie Tutli Putli”, chodził w mundurze. Samo śpiewanie było stresujące, a taniec – o matko. Taniec to coś spoza mojej strefy komfortu.





**MYŚLĘ, ŻE TE SPEKTAKLE  
SĄ DUŻO LEPSZE W TEJ  
CHWILI, NIŻ BYŁY TE LATA  
TEMU, BO JESTEM DUŻO  
DOJRZALSZA, MAM DUŻO  
WIĘKSZĄ ŚWIADOMOŚĆ  
SWOJEGO CIAŁA I DUŻO  
WIĘKSZĄ WIARĘ W SWOJE  
UMIEJĘTNOŚCI.**

**Rozumiem, ale na imprezie też nie?**

Tam super się pokiwać. To jest taki specyficzny ruch. Był taki program, że ludzie się śpiewali w przebraniach i nie można ich było rozpoznać...

**...Mask Singer**

Mask Singer! Gdybym to ja zatańczyła w takim stroju, to wszyscy by wiedzieli, że to ja.

**Coś ci nie wierzę – za skromna jesteś z tym ruchem.**

Nie, ja jestem szczera, naprawdę. To jest poza strefą mojego komfortu. Byłoby to oczywiście wielkie wyzwanie. Ja lubię wyzwania, więc super. Ale jak sobie myślę o jakimś przedsięwzięciu z tańcem, to raczej jestem przerażona.

**Aniu, cały czas grasz w Teatrze 6. Piętro. Ile lat gracie „Ożenek”?**

„Ożenek” wcale nie tak długo. „Boża Mordu” gramy najdłużej.

**Przepraszam, oczywiście myślałam o „Bóg Mordu”.**

„Boża Mordu” gramy już z dziesięć lat.

**Każdy spektakl jest inny. Ulubionym sformułowaniem Bartka Topy jest, że publiczność rezonuje i za**



**każdym razem to jest coś innego. Jest chyba jednak wyzwaniem dla kobiety, która grając dziesięć lat temu ten spektakl miała jedno dziecko...**

Uważaj, my gramy „Bożyszcze Kobiet” w Teatrze Capitol, które kiedyś graliśmy w Teatrze Syrena. Premiera była piętnaście lat temu, a bez przerwy go wystawiamy. W międzyczasie zdążyła mi się urodzić trójka dzieci i ten spektakl nie zmienił obsady, nawet płaszcz i buty mam te same.

**A sukienkę?**

Sukienka się rozpadła. Pewnie bym w nią weszła, lekko by się rozchodziła na guzikach. Za to kostiumy Piotrka Gąsowskiego zmienialiśmy już parę razy. Co więcej, zdarzyła się taka scena, że uklonił się i tak już pozostał, bo na spodniach zrobiła się wielka dziura.

**Wiesz dlaczego o to pytam? Bo jesteś inną kobietą, inną aktorką. Teraz wnosisz do tego spektaklu coś innego.**

Absolutnie. Myślę, że te spektakle są dużo lepsze w tej chwili, niż były te lata temu, bo jestem dużo dojrzałsza, mam dużo większą świadomość swojego ciała i dużo większą wiarę w swoje umiejętności. Kiedy na próbach do „Boża Mordu” z Gosią Bogajewską próbowaliśmy scen (zresztą tam bardzo dużo wyszło z improwizacji), Gosia była świetnie przygotowana, dokładnie wiedziała o czym chce robić ten tekst. Pozostawiała nam natomiast dużo swobody w przypadku inscenizacji, to było wspaniałe. Doskonale się z nią pracowało i naprawdę tęsknię za takimi spotkaniami.

**Gosia Bogajewska, dyrektorka Teatru Ludowego w Krakowie. Pani Małgorzato, Ania gotowa do współpracy.**

Naprawdę bardzo bym sobie wieszowała takiej współpracy.

**Miałas mówić o scenie...**

Tak. Scena, w której podchodzę do Czarka Pazury i odgrywając się na postaci granej przez Michała Żebrowskiego, kokietuję i podrywam postać graną przez Czarka. To było dla mnie wtedy jakies totalnie przekroczenie. Bliskość cielesna z ikoną polskiego kina Czarkiem Pazurą – to było dla mnie strasznie trudne. Jestem profesjonalną aktorką, więc to wykonałam, natomiast dopiero teraz mam z tego radość i wielką przyjemność. I satysfakcję, bo mimo że w międzyczasie dwa razy zostałam mamą, mimo że moje ciało wygląda inaczej – bez kokieterii – nie jestem już taką laską, jaką byłam dziesięć lat temu. Ja się świetnie czuję w moim ciele. Trzeba było troszkę przerobić kostiumy, jednak teraz mam z tego frajdę. Teraz mam poczucie, że jestem atrakcyjna. Jak patrzę na swoje starsze zdjęcia to myślę:





**ZJAWIŁ SIĘ  
NAGLE, SZEDŁ  
KORYTARZEM,  
PO KTÓRYM MY  
CHODZILIŚMY.  
WSZYSCY  
WĄCHALIŚMY TEN  
ZAPACH LUKSUSU  
I WIELKIEGO  
ŚWIATA, KTÓRY  
WNIÓŚŁ ZE SOBĄ.  
CHWILĘ PÓŹNIEJ  
MAM Z NIM GRAĆ  
W SPEKTAKLU.**

„Czego ja chciałam od siebie tyle lat temu”. Co tam w tej główce siedzi...

**Kompleksy dotyczyły wyłącznie wyglądu, czy też dojrzałości aktorskiej?**

Wyglądu i dojrzałości aktorskiej. W tej chwili Iza Dąbrowska gra rolę, którą na początku w „Bogu Mordu” grała przez wiele lat Jola Fraszyńska. To były spotkania z ikonami polskiego kina i teatru, do których podchodziłam z ogromnym szacunkiem. Pamiętam, że jak byłam na studiach to do Akademii Teatralnej przyszedł Michał Żebrowski, miał z kimś rozmawiać. Przyszedł w długich włosach Wiedźmina, którego zagrał strasznie! Michał to wie, wbrew pozorom Michał ma dystans do siebie. Uwielbiam Michała, uwielbiam z nim pracować.

**Michał przyszedł do tej szkoły i...**

To po prostu było dla mnie... Wszysey patrzyliśmy na niego jak na jakieś objawienie. On był wtedy u szczytu kariery. Grał w sienkiewiczowskich adaptacjach, grał Wiedźmina. Zjawił się nagle, szedł korytarzem, po którym my chodziliśmy. Wszysey

wąchaliśmy ten zapach luksusu i wielkiego świata, który wniósł ze sobą. Chwilę później mam z nim grać w spektaklu. To było dla mnie wielkie wydarzenie i miałam wrażenie, że jestem tym najsłabszym ogniwiem w tej naszej czwórkowej całości. Dopiero potem, gdy dostaję feedback od widzów, że „ta rola Anny to zajebista”. Dokładnie tak samo było z „Lejdis”. Rzeczywiście, ona jest tak napisana, że bohaterka przechodzi przemianę, więc można pokazać całą paletę aktorskich barw i umiejętności.

**Czekaj, wejdę ci w słowo. Zawsze potrzebujesz tego feedbacku. „Ania, jesteś świetna”?**

Tak, tak... Teraz może już troszeczkę mniej, ale to wynika pewnie z jakiegoś wycofania, kompleksu. Teraz też jest taki czas, że myślę sobie „oj” - mimo, że niedawno zrobiłam „Lulu”.

**Sięgnęłyśmy przeszłości, ale myślę sobie, że ty bardzo dużo pracujesz głosem – dubbing, masa audiobooków, co sprawia ci frajdę. Widziałam w twoim domu na Mazurach specjalnie zbudowane**

**studio, żebyś mogła być tam zamykana przez najbliższych...**

...i zarabiała na rodzinie.

**Zarabiała na rodzinę. Zdarzają się też gry gry komputerowe, to jest niesamowite. Wracając do „Lulu” – musisz tam piec, czy przygotowują wszystko za Ciebie?**

Mieliśmy food producera, który piekł. Weźniej przeszłam szkolenie, żeby jednak umieć coś zrobić i posługiwać się wszystkimi przyrządami. Myślę, że to całkiem autentycznie wyszło. Moje łapki jednak coś tam potrafią, tym bardziej, że ja naprawdę lubię gotować, piec może troszkę mniej. Natomiast to nie jest tak, że nigdy w życiu niczego nie upiekłam, nigdy mi nic nie wyszło. To było wyzwanie, coś nowego, bo takiej postaci jeszcze nie grałam. Ogromnie dziękuję Kinze Dębskiej, której to przyszło do głowy. Kinga powiedziała mi: „Słuchaj, rozmawiałam w produkcji o tobie, jak były castingi. Dziewczyny powiedziały mi że albo jesteś w ciąży, albo dopiero co urodziłaś i masz maleńkie dziecko i że na pewno nie. Pomyślałam sobie, że sprawdzę”. Jako kobieta-reżyser nie



  
**dekpol**<sup>®</sup>  
STEEL

# Jakość, która robi wrażenie

Quality that makes an impression

---

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

pierwszy raz to słyszała. Zadzwonili, a ja powiedziałam: „Boże, z największą przyjemnością”. Aleksio był małeńki, ale pomyślałam, że wszystko się da zorganizować.

**Zwłaszcza, że jesteś śląską kobietą, która zorganizuje wszystko, więc spokojnie zagra też wszystko?**

To była wielka przyjemność.

**Rzeczywiście – to, jak nas widzą i to, że Ty masz coś takiego, że urodziłaś dziecko, że jesteś w ciąży, choć już nie jesteś...**

Ja ciągle jestem w ciąży podobno. Też tak ostatnio usłyszałam.

**Aleksander ma już ponad rok, także Anię spokojnie można już zatrudniać.** Tak, tak.

**Ania ogarnie. À propos dubbingów – masz sporo bajek na koncie, prawda? Myślisz wtedy o swoich dzieciach, że to jest dla nich?**

Myślę na początku, kiedy dostaję taką propozycję.

**Myślisz: „O nie, to jest głupawa bajka, nie wezmę tego...”**

Na szczęście mi się taka nie trafiła. Robię dużo produkcji disneyowskich. To jest marka, więc nie będzie to coś, czego bym się wstydziła. To

mi sprawia wielką radość. Natomiast w studiu nie myślę o dzieciach, tylko o postaci, myślę jak ona. Są też projekty, które wracają – na przykład postać, którą gram w Avengers. Teraz też gram, ale człowiek podpisuje cyrograf, więc nie mogę nic powiedzieć.

**Ale dobrą czy złą?**

Bardzo dobrą.

**Obsadzają cię w złych?**

Oczywiście, że tak.

**Dubbing rozszerza twoje emploi? Bo Korba była trochę Jankiem Kosem. Nawet ostatnio spotkałyśmy się gdzieś na imprezie z panią producent, która powiedziała: „Boże, jaka wspaniała była ta Korba”. Ta rola była dla Ciebie wybiciem, przełomem?**

Z jednej strony taką trampoliną, z drugiej – taką łatką.

**I do tej pory chyba jest taką szufladką.**

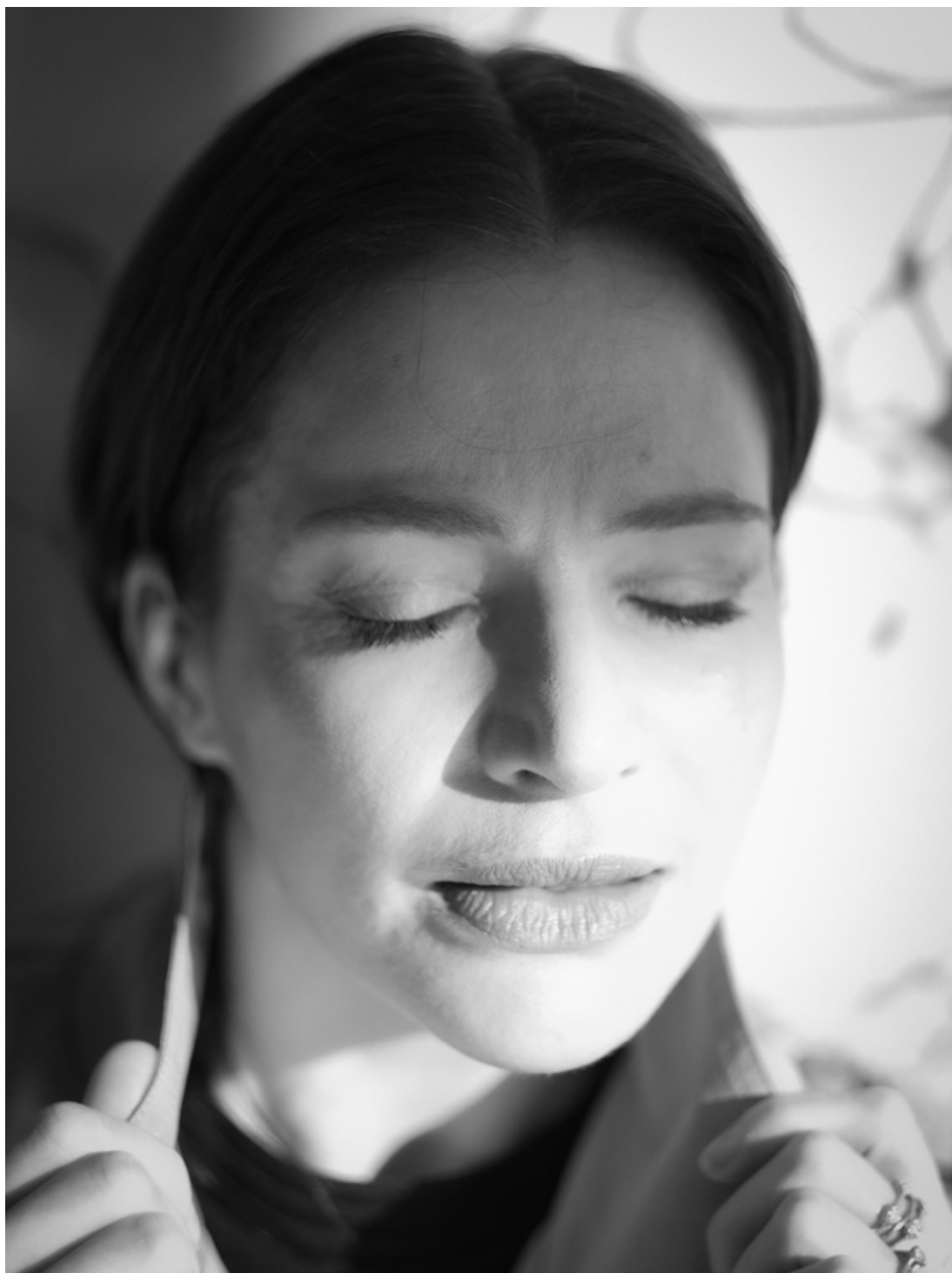
Tak, do tej pory siedzę sobie w tej szufladzie. Dlatego tak się cieszyłam z „Lulu”, bo ona mnie z tej szuflady wyjęła. Nie ma absolutnie nic wspólnego z Korbą. Widzowie pytają często, czy będzie druga część „Lejdis”, co jest dla nas, dziewczyn, wielkim zaskoczeniem. Nam się wydaje, że to jest zamierzehła przeszłość i nikt już tego filmu nie pamięta. Za każdym razem kiedy się spotykamy i publikujemy jakąś relację, to spotyka się to z nieprawdopodobnym odzewem. Nie będzie kontynuacji „Lejdis”, nad czym wszyscy ubolewamy, ale sytuacja nie zależy od nas. Co nie wyklucza tego, że zrobimy coś wspólnie – jeśli macie jakieś pomysły, dawajcie znać. To byłoby wspaniałe, bo bardzo się przyjaźnimy. Każda z nas jest fajną, interesującą kobietą. Dziewczyny są naprawdę wybitnymi aktorkami. Byłyśmy ostatnio na spektaklu Izy Kuny, „Wstyd”. Iza grała też tę drugą postać w filmie „Teściowie”, na podstawie którego Marek Modzelewski napisał fantastyczny tekst. Myślę, że napisanie scenariusza dla tak różnych aktorek, z tak różnym doświadczeniem, które jednocześnie łączy przyjaźń i które niosą za sobą tę chmurę „Lejdis”, byłoby świetnym wyzwaniem. Napisać coś kompletnie innego, coś w oderwaniu od tego.

**Marek Modzelewski powinien napisać.**

Powinien, ale myślę, że to jest za blisko całej historii „Lejdis”.

**Powiedziałyśmy, że jesteś bardzo zorganizowaną osobą. Jak wychodzisz na czerwony dywan, to też sama wszystko ogarniasz? Pytam, bo powoli zbliżamy się do końca i mam dla ciebie niespodziankę.**







Na niektóre wyjścia ogarniam się sama, ale na większe gale wolę oddać się w ręce specjalistów, którym lepiej to wychodzi.

**Mogę zdradzić, że gdy przyszedł do studia, to powiedziałam: „Ania, jaką masz ładną torebkę”, a Ania: „A, to z ciucholandu”.**

Tak, uwielbiam ciucholandy.

**Umiesz tak poszperać i zwracasz na to uwagę, tak wiesz, po babsku?**

Wielkiej uwagi może nie. Ja się w ogóle nie maluję na co dzień, ale posiadanie czegoś ładnego, jeśli nie jest wybitnie drogie, sprawia mi przyjemność. Lena jest znakomitym partnerem do chodzenia po ciucholandach.

**Czyli masz córkę, która może coś upiec, pójdzie z tobą na zakupy, powie jakiej masz muzyki słuchać...**

Lena nienawidzi tradycyjnych zakupów. Ja też nie, więc cieszę się, gdy możemy coś razem upolować w ciucholandzie. W ogóle mam fajne dzieci, naprawdę.

**Aleksander ma rok rok i trzy miesiące, jest piękny. Maksymilian ma osiem, prawda? Siedem, w tym roku będzie miał osiem.**

**To prawie dorosły człowiek**

Kinga też ma fajne dzieci. Lubią się z moimi.

**My też się bardzo lubimy, ale za słodko będzie. Pytałam o ubrania, bo od naszego wspólnego partnera programu dostaniesz prezent. Pójdiesz sobie do jednego miejsca. Raz na jakiś czas można, dlatego nie. Zachowam to sobie.**

**Aniu, życzę ci w tym roku, abyś dostała rolę w musicalu, żebyś zaśpiewała. W musicalu też będziesz musiała zatańczyć, więc...**

Może być, to jest wyzwanie, ja lubię wyzwania!

**A na przykład w drugim, żebyś postrzełała i pobiegała z bronią.**

Zabawne, że nikt mnie tak nie widzi. Jeden reżyser powiedział mi dawno temu, że: „Ty zawsze jesteś taka w tych sukniach na czerwonym dywanie”

**Ja cię w ogóle tak nie kojarzę...**

No właśnie!

**W czerwonych sukniach na czerwonym dywanie...**

A ja właśnie jestem taka, że bym tam chętnie pobiegała w buciorach. To jest fajne!

**W takim razie tych dwóch światów życzę ci w 2023 roku. Co istotnie – Ania powiedziała, że lubi jak jest tanio.**

Nie! (*śmiech*)

**Nie no, niech dużo płacą. Małe koszty, duże zarobki. Chociaż może nie brnijmy, nie idźmy tą drogą. Moim i państwa gościem była Anna Dereszowska. II**

ENGLISH

**ANNA DERESZOWSKA: I FEEL GOOD IN MY BODY**

**Kinga Burzyńska: In your case, humming is so natural! We are here, in Fabryka Norblina, next to Kinogram, so**



**It's a movie-like environment. And if movie-like, then Ania Dereszowska, or should I say – Anna Dereszowska, feels more official. The actress who sings, dubs, and works in theatre, movies, and tv shows.**

**Anna Dereszowska:** Good morning, hello!

**You sing everywhere, and I have never asked you about that, although we know each other for a long time. Where did it come from? It was before the theatre school, as you have your own recital...**

Watch out; I'm gonna tell you something that will make you fall out of your seat. I was getting some classical singing lessons, can you imagine? But my brother said to me, sitting in the room next door, just stop! (*laughs*)

**Wait for a second; where did it come from?**

Singing was a great pleasure of mine; it was the exact opposite of how stressful it was. But it is indeed a lot of fun. My then stepmother, Teresa Baranowska, whom I send kind regards to now, had a friend who taught classical singing and thought, well, maybe it's something that Anna would like to do. It was great for me, less for everyone else.

**How old were you then? Eight, twelve?**

No, no, it was in high-school

**You sang classically in the high-school. How long was it?**

No, it was an episode. It was a few weeks only. It was a lot of fun. So much so that later, when we had singing lessons with Krystyna Tkacz, I was her favorite. She was a very particular professor, she doesn't work there anymore, but she used to be really cruel to those who did not match her expectations.

**I remember when we were making a show for TVN Fabuła, and we met with your colleagues from the year, Marcin Bosak and Karolina Gruszka. When you started singing, Gruszka said: No, let's not start singing next to Deresza!**

Yeah, it was fun for me. The same thing was in Akademia Teatralna with Ula Borowska and Hadrian Tabęcki, who accompanied Krystyna during the song classes. My friendship with Ula started then. We work together, but we also like each other. It's been a few decades now, and we still meet and work together. It's the same with Adrian, episodic, but still. I think that this singing is all because of Ula. It was she who kicked my butt a few times and said that I should do what I'm good at.

**What was interesting for you in that music?**

I was always interested in retro. Songs from the inter-war period – I love those beautiful

lyrics; it was always important to me. That is why I love Sanah so much, who sings Słowacki in a way that... Well, I put it on for my brother, we saw each other after Christmas. He has lived for a long time now with family abroad and does not have any contact with the Polish musical scene. He's very talented musically; I think that much more than me. He plays the piano and guitar, and he also used to be a part of some rock or even heavy-metal band. I said to him, here, listen to this. I thought it was terrible that we could not appreciate those lyrics in high school or before. Even more, Teresa Baranowska, whom I mentioned, was a Polish teacher. But she didn't teach me.

**But she made you in some ways?**

Yes, but what I want to say is that in school, not only during Polish classes, there is something terrible about literature that the interpretation is being stated as a fact. We tell readers, and listeners about what they should bring out of this, and how they should understand it. Sometimes, especially for the younger people, Słowacki and Mickiewicz... Lena is going through ancient times. The language is hard; they talk with short, simple words. And something that has a beginning here; ends somewhere in the second verse. It's really hard to understand. But – the teacher will tell you how to think about it.

**Thank you for the conversation.**

Thanks. II



# NISSAN X-TRAIL E-POWER 2023



„JAKI JEST NISSAN #XTRAIL”. „JAK SIĘ JEŹDZI NISSANEM #XTRAIL”. „CO TO JEST XTRAIL E-POWER”. CHYBA NIE BYŁEM PIERWSZYM. WPISUJĄC TE HASŁA W WYSZUKIWARCE PRZED ODEBRANIEM EGZEMPLARZA TESTOWEGO OD NISSAN POLSKA. UŚMIECHNĄŁEM SIĘ NA WIADOMOŚĆ, ŻE JEST MOŻLIWOŚĆ PONOWNEGO SPOTKANIA Z TĄ MARKĄ. BA. I TO W TAKIM WYDANIU!

TEKST I ZDJĘCIA Rydzierz

Swoją przygodę zaplanowałem na 5 dni, z kilkoma miastami po drodze tak, aby sprawdzić jak auto „zachowuje się” nie tylko w mieście, ale również w terenie i na dłuższych trasach. Oczywiście, po to aby ocenić takie elementy jak spalanie i wartość przejechanych odcinków, w przeliczeniu na 100 kilometrów.

Moje pierwsze „spotkanie” z marką Nissan rozpocząłem od niezbyt udanego przejazdu tym samochodem. Historię pamiętam do dziś. Były wakacje, początek lat 90-tych, pierwszy lub drugi rok studiów, świeże prawko i cudowne lato, przeplatane młodością w głowie, bo

co może robić student w tym okresie nad jeziorem (Mazury, Rydzewo - rodzinna miejscowość)? Ano, lenić się i korzystać z witaminy D (D jak do woli) napędzanej słońcem. Do mojego Taty (pseudonim domowy - Henrike) przyjechał Pan Michael (Majkel) z rodziną, nad jezioro, na urlop. Przyjechał Nissanem TERRANO1, z łódką na haku. W jednym momencie moje życie się zmieniło. Takie auto na Mazurach, w latach 90-tych to rzadkość, a jeszcze łódka z silnikiem i do tego młoda żona. Nie mogłem zrozumieć co oni robią w tym niemieckim kraju, skoro tacy młodzi, a już się rozbijają i "denerwują" ludzi bezczelnie

obnosząc się takim bogactwem! To był dobry dzień. Nic nie mogło spieprzyć tej mazurskiej sielanki. Łódkę wodowano na naszym brzegu. Poproszono mnie, abym cofnął "tym potworem" na 4 kołach, z na pędem na 4x4. No i cofnąłem...

Nie śmiecie się, ale jak się jeździło kilka razucco „maluchem” (fiat 126p - przypomnienie dla młodszego pokolenia), to człowiek w styczności z pojazdem o kubaturze kontenera, może nie zauważyć, że przód zjechał z drogi...w krzaki. Ehh. Pamiętam do dziś Pana Michaela (Majkela) biegnącego w moim kierunku po wodzie, niezym Jezus, z okrzykiem na ustach -verdammt, mein lack, mein lack! Tak to prawda, jego „lak” był przeciągnięty przez te mazurskie gałęzie, które "oparły" się najeżdźcy z niemieckimi numerami. Potem już nie dał mi pojeździć. Mam nadzieję, Pan Michael (Majkel) mi wybaczył.

Dobra, dość już tego rozpamiętywania, kapsułę czasu zostawiam dla wnuków, do opowiadania przy mazurskim grillu. Samochód, który zabrałem na test to model X-Trail e-POWER rocznik 2023. To e-POWER, poczułem od razu po opuszczeniu bramy, chcąc zdążyć na zmianę świateł, na ul. Puławskiej. Start zaliczony jako punkt na plus. Silnik spalinowy ładujący baterię, która napędza elektryczny układ napędowy, łącznie ponad 200 KM, robią robotę! Pierwsze kilometry to nauka odpowiedniego przyciskania pedału gazu tak, aby jechać na baterii. Nie powiem, łatwo nie było, ale przyzwyczaić się można.

W mieście to dobra i tania opcja użytkowania. Moja trasa na 4 kolejne dni, wyjazd do Trójmiasta, potem na Mazury, znowu do Trójmiasta i w końcu powrót do Warszawy. Daje to łącznie około 1400 kilometrów trasy po drogach z oznaczeniem S, a potem ABC-DE.... Jak kto woli, szczególnie na Mazurach.

Pierwszy odcinek drogi bardzo przyjemny. Przestronne wnętrze daje poczucie swobody i ogromnej widoczności. Szklany dach, dzielony na dwie części, włącznie z szyberdachem, naprawdę dają fantastyczne odczucia. Pamiętam, podobny miałem w Hondzie CRV, wtedy moje córki najbardziej lubiły, siedząc z tyłu w fotelikach, oglądać spadający śnieg podczas wieczornej jazdy. Wygodne, sterowane fotele i naście-dziesiąt kombinacji ustawiania zadowolą najbardziej wybrednego, nawet takiego kierowcę jak ja, który musi się wygodnie wymościć jak orzeł albo bocian w gnieździe.

Dojazd do Trójmiasta bez przygód - na szczęście. Spalanie przy jeździe nie przekraczającej 115 km/h to 11,5 litra - zatem dość sporo. Rekompensuje odpoczynek, bo taki zaznałem przez te 4 godziny drogi. Wieczorem pod blokiem mój ulubiony sąsiad, wiecie sami jak to jest, każdy takiego ma, człowiek z nosem wsadzającym wszędzie - wychodząc z psem, zrobił 3 kółka wokół auta, pocemkał, że ładny, że duży, że pewnie śmiga 200 km/h (nie sprawdziłem) i pewnie w środku jest cicho. Zostawiłem go z tym poczuciem. Na koniec dodał - „dobrze, że nie elektryk w 100%, bo byś ładował dwa dni”. Na osiedlu mamy jedną ładowarkę na kilkanaście aut elektrycznych, więc mógłby to być problem.

Przyznam, że wstając rano, ucieszyłem się z podróży na Mazury, pogoda fajna, sucho. Myśl o lesie i spacerze nad jeziorem relaksuje zanim człowiek posadzi tyłek na





wielki parking z McD + Tiry. Wtedy też zauważyłem, jakie zainteresowanie budzą wyświetlacze kierowcy i ten wielki główny na środku deski rozdzielczej. Nazwałem go „wielki główny”, bo mam wrażenie, że mógłby służyć za ekran w kinie samochodowym.

Trzeba przyznać, że projektanci zrobili to ze smakiem i dość intuicyjnie można z tego korzystać. Oddając samochód, pomyślałem, że mógłbym taki mieć. Przyczepiłbym się ewentualnie do spalania, bo moim zdaniem na trasie jest nieco za wysokie. W mieście jest bardzo ok, dzięki silnikowi elektrycznemu.

Test, w różnych warunkach i na różnych trasach, przez kilka dni, pozwala mi napisać, że to auto jest warte swojej ceny. Wygląd, wygoda, wykonanie, linia nadwozia oraz dbałość o detale zachwycają. Samochodów takich nie kupują tylko znawcy motoryzacji, zakup to proces, na który wpływa mnóstwo różnych argumentów, a każdy kupujący kieruje się swoimi, od tych emocjonalnych po praktyczne.

Ja ze swoimi zostanę. Na długo, bo te dobre emocje, człowiek po prostu pamięta. II

## PRZESTRONNE WNETRZE DAJE POCZUCIE SWOBODY I OGROMNEJ WIDOCZNOŚCI. SZKLANY DACH, DZIELONY NA DWIE CZĘŚCI, WŁĄCZNIE Z SZYBERDACHEM, NAPRAWDĘ DAJĄ FANTASTYCZNE ODCZUCIA.

brzeżu. Mazury, skąd pochodzę, zawsze dają mi dużo spokoju.

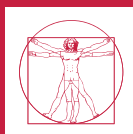
Na śmiganie leśnymi drogami zabrałem ojca, który zawsze powtarza, że w wieku 82 lat, jedyne czego mu brakuje, to adrenalina. Postulat spełniony! Odkryliśmy Mazury na nowo!

Będzie teraz szczerze. Jestem bardzo krytyczny co do napędów 4x4, bo sporo się przez moje ręce przewinęło na testach i prywatnie, ale ten, który zamontowany jest w testowanym Nissanie X-Trail e-POWER, naprawdę budzi radość i zadowolenie z pracy wszystkich podzespołów. Jestem pod ogromnym wrażeniem systemu kontroli trakcji oraz hamowania, zarówno na ośnieżonej, oblodzonej czy suchej nawierzchni. Respekt!.

Do Trójmiasta wróciłem następnego dnia, zadowolony i zrelaksowany. Myślę, że to był jeden z lepszych testów, które miałem przyjemność przeprowadzić.

W drodze do Warszawy zrobiłem przystanek przed Ostródą. Jeżdżący S7 wiedzą, że to





Leonardo  
Royal Hotels

Leonardo Royal Warsaw  
**COMFORTABLE  
HOTEL**

for city breaks & for business

**LEONARDO ROYAL WARSAW**

ul. Grzybowska 45 | 00-844 Warszawa | Poland

Tel: 022 278 88 88, [info.royalwarsaw@leonardo-hotels.com](mailto:info.royalwarsaw@leonardo-hotels.com)

[www.leonardo-hotels.com](http://www.leonardo-hotels.com)

# EKLEKTYCZNY GDAŃSK W ŚWIETLE MIŁOŚCI DO SMAKU I HISTORII



ROZMOWA Z AUTORKAMI KSIĄŻKI  
”SMAKI GDAŃSKA”.

**P**asje łączą ludzi. Czasem nawet stają się powodem do tworzenia wyjątkowych projektów. Gdy dodatkowo spotykają się przy tym osobowości, które wzajemnie się uzupełniają, sukces wydaje się być nieunikniony. Taka właśnie była współpraca Aleksandry Kucharskiej i Katarzyny Fiszer, w wyniku której obie panie w zeszłym roku stworzyły książkę kulinarną „Smaki Gdańska”. Aleksandra to kobieta, która niebanalnie łączy smaki w kuchni. Katarzyna natomiast dopełnia ich wspólną sztukę wyjątkową fotografią, zamykając całość w przyjemnych dla oka obrazach.

Jak obie twierdzą, książka „Smaki Gdańska” powstała z szacunku oraz miłości do sztuki i dawnej kuchni. O niezwyklej współpracy, pasji oraz historycznym smaku Gdańska w tle, autorki tego wyjątkowego dzieła postanowiły opowiedzieć nam osobiście.

#### **Jak powstał pomysł na stworzenie książki kulinarnej, która połączy historię, kuchnię oraz sztukę?**

**A.K.:** Cóż... Historię tego, jak się poznałyśmy i jak powstał pomysł napisania wspólnie książki najlepiej opowiada Kasia. Mówiąc w skrócie, kiedy po pierwszych spotkaniach okazało się, że dobrze nam się ze sobą pracuje i że wspólnie kręci nas gotowanie/opisywanie lub fotografowanie historycznej kuchni, postanowiłyśmy iść w tym kierunku. Ze względu na to, że obie jesteśmy z Gdańska, wybór jako źródła „Gdańskiej książki kucharskiej” – autentycznej i historycznej książki kulinarnej z naszego miasta był naturalny.

**K.F.:** Skoro oddano mi głos, to sięgam w przeszłość nie tak daleką, bo chyba do września 2019 roku, kiedy natrafiłam na Olę przypadkiem podczas pikniku historycznego w Parku Oruńskim. Bardzo mi się wtedy spodobało Oli stoisko z odtworzonym stołem z potrawami z epoki. Mimo kotłującego się tłumy, podeszłam, przedstawiłam się i zapytałam o możliwość współpracy. Wtedy jeszcze zupełnie niesprecyzowanej i czysto hobbystycznej, ponieważ od dłuższego czasu chodziło mi po głowie, żeby dla własnej przyjemności zrobić zdjęcia jedzenia nawiązujące do malarskich martwych



## **...NAWIĄZANIE W WYRAZIE ZDJĘĆ DO MOTYWÓW Z HISTORII SZTUKI I DO DAWNYCH MISTRZÓW MIAŁO DODATKOWO PODKREŚLAĆ HISTORYZUJĄCY CHARAKTER KSIĄŻKI.**

natur. Brakowało mi tylko osoby do współpracy, która będzie się znać na kuchni historycznej i co równie ważne – przygotuje te potrawy dla mnie. Okazało się, że Ola jest zainteresowana tematem. Nie zmieniło to jednak faktu, że mimo obopólnego entuzjazmu, obowiązki pracowe i rodzinne sprawiły, iż minęło pół roku, aż w końcu udało nam się po raz pierwszy spotkać na zdjęciu. Kolejne pół, aż zdecydowałyśmy się nasz początkowo luźny pomysł przekuć w coś więcej i zaczęłyśmy szukać firm i instytucji, które byłyby zainteresowane wydaniem tej publikacji.

#### **“Smaki Gdańska” to nie tylko spis przepisów, ale również wyjątkowe zdjęcia nawiązujące do obrazów martwej natury. Skąd inspiracja do stworzenia sztuki?**

**A.K.:** Opisanie artystycznych inspiracji pozostawiam Kasi, która jest autorką zdjęć. Ze swojej strony mogę jedynie dodać, że nawiązanie w wyrazie zdjęć do motywów z historii sztuki i do dawnych mistrzów miało dodatkowo podkreślać historyzujący charakter książki.



Od lewej: Katarzyna Fiszer i Aleksandra Kucharska, zdjęcie: Grzegorz Mehring/gdansk.pl



**Blog kulinarny Aleksandry Kucharskiej** •

<https://www.facebook.com/miedzianygarnek>

**Strona Katarzyny Fiszer** •

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

**Strona książki (Facebook)** •

<https://www.facebook.com/smaki.gdanska>

No i oczywiście estetyka, która bardzo do nas przemówiła, bo dała wspaniałe pole do popisu.

**K.F.:** Zaczynając od początku – poza tym, że jestem fotografem, to jestem również mgr archeologii z kilkuletnim doświadczeniem w pracy na wykopaliskach oraz mam za sobą krótki epizod studiowania historii sztuki. Tak więc, stylistyka dawna krążyła wokół mnie od zawsze. Zawsze też interesowało mnie (o wiele bardziej niż historia polityczna) życie codzienne ludzi, czyli również to, co i jak jedzono. Jako fotograf kulinarny mogłam brać udział w różnych sesjach produktowych, jednak w większości przypadków były one osadzone we współczesnych realiach. Wciąż ogromną przyjemność sprawiało mi tworzenie współczesnych, fotograficznych martwych natur i próba przedstawienia jedzenia w najbardziej atrakcyjny sposób, ale miałam ogromną ochotę na pójście o krok dalej

i zastosowanie w swoich zdjęciach konkretnych przykładów ze świata historii sztuki – grę światła, użycie charakterystycznych przedmiotów, zakodowania bogatej symboliki w obrazie i oddania całego tego ducha dawnego malarstwa.

**Wasz duet to chyba idealny przykład wzajemnego uzupełniania się. Czy planujecie więcej wspólnych projektów?**

**A.K.:** Dziękujemy za miłe słowo i tak, pomysł na dalszą współpracę już powoli się rodzi, ale wymaga jeszcze sporo pracy. Po okrzepnięciu po procesie wydawniczym i późniejszym okresie promocji książki myślę, że powoli zaczyna nam brakować siebie i pracy nad czymś. Dlatego sądzę, że już niedługo ja znów stanę przy kuchni, a Kasia za aparatem, by “ożywić” dawną kuchnię.

**K.F.:** Oooo, zdecydowanie tak! Praca nad książką to był bardzo wyczerpujący i stresujący czas i krótko po oddaniu wszystkich

materiałów do wydawnictwa powiedziałyśmy sobie - „nigdy więcej”. Mimo to, ja już mocno tęsknię za tymi naszymi pracowymi spotkaniami oraz za całą magią procesu wydawniczego. **II**

**ENGLISH**

**ECLECTIC GDAŃSK IN LIGHT OF LOVE TO TASTE AND HISTORY. A LITTLE CHAT WITH “SMAKI GDAŃSKA” AUTHORS**

Passion connects people. Sometimes it even gives them a reason to create unique projects. Additionally, when real personalities who complement each other meet, a success may be inevitable. That was how the partnership between Aleksandra Kucharska and Katarzyna Fiszer went. And because of that, both of them published together a culinary book. Aleksandra is a woman who wants to combine unusual tastes in the



kitchen. Katarzyna, on the other hand, adds a unique photography element to all of this with pleasant-to-eye pictures.

As both say, “Smaki Gdańska” book was made from the respect and love for the art and cuisine from years ago. About his fantastic partnership, passion, and historic taste of Gdańsk, the authors of this unique piece decided to tell us personally.

**Alicja Pruszyńska: What was the idea of creating a culinary book that combines history, kitchen, and art?**

**Aleksandra Kucharska:** Well, the history of how we met and how this project came about is better told by Kasia. In short, after a few first meetings, it turned out that we really like to work with each other and that we both love cooking/describing, or photographing historical cuisine. We’ve decided to go in that direction. Because we are both from Gdańsk, we’ve chosen, as our source, the Gdańsk cookbook, an authentic and historic cookbook from our city.

**Katarzyna Fiszer:** I think it was in September 2019 when I came across Ola during a historical picnic in Orunia Park. I enjoyed Ola’s stand with the historical dishes from back then. Even though there was a lot of commotion, I came to her, introduced myself, and asked about the possibility of a partnership. I didn’t know exactly what we were supposed to do then; it was strictly a hobby, as I had been thinking for a long time about making photos of food similar to still-life paintings. I was lacking only a person to work with who would know a thing or two about historical cuisine and, more importantly, could make those dishes for me. It turns out that Ola was interested in the topic. I didn’t change the fact that even though we were both enthusiastic, our work duties and family made it so that it was about half a year before we could meet up for photos. Another half before we decided that our concept should be made into something more as we started to look for companies and institutions that could be interested in this publication.

**“Smaki Gdańska” is a couple of recipes and outstanding photos. What was your inspiration for creating this art?**

**A.K.:** I will leave the artistic inspiration for Kasia. From my perspective, I can add that referencing themes from the history of art and past maestros was supposed to highlight the historic character of the book. That and the aesthetic, of course, that spoke to us.

**K.F.:** Starting from the beginning – besides being a photographer, I am also a master of archeology with many years of work

excavations. I also have a few years of studying the history of art. Because of that, this stylistic is near me all the time. For me, it was always interesting (much more than political history) the life of common people and what they ate. As a culinary photographer, I could participate in different product shoots, although in most cases, they were set in modern circumstances. It still brings me a lot of joy to create modern art and try to present food in the most attractive way. Still, I always wanted to go a step further and use in my photos some particular elements from the history of art - playing with light, using some characteristic items, coding a rich symbolism in the picture, and just showing the soul of this painting.

**Your duo is a perfect example of complementing each other. Are you planning some other projects?**

**A.K.:** Thank you for your kind words; yes, we plan to work together some more. It is slowly building up but still has a long way to go. After resting from this project and book promotion, we will start to miss out on something and work on another project. That is why I think that soon I will stand in the kitchen and Kasia will take her camera to invigorate the old kitchen!

**K.F.:** Oh yes, definitely! working on this book was an exhausting and stressful time, and shortly after giving away all the materials to the publisher, we said – never more. Even though it was like that, I already miss this magic of the publishing process. II





Prezen-  
-townik  

---

na Dzień  
Kobiet





• Face Boom | Bielenda

## SKIN **FaceBoom** HARMONY

Kosmetyki to zawsze świetny pomysł na prezent dla dziewczyny, siostry, mamy albo... dla samej siebie. Ta seria kosmetyków od Face-Boom pomoże kompleksowo zadbać o skórę twarzy, rozpieszczając wszystkie zmysły. Wykorzystane w wegańskich formułach SKIN HARMONY składniki zakorzenione są w filozofii medytacji i medycynie tradycyjnej.

W linii SKIN HARMONY znajdziemy: Rozpieszczający olejek do demakijażu, Rozpieszczające mleczko tonizujące do twarzy, Rozpieszczające serum olejkowe do twarzy, Rozpieszczająco-nawilżający krem do twarzy, Rozpieszczający krem pod oczy oraz duet maseczek Na Dzień Dobry i Na Dobranoc.

Serię dostępna na [www.bielenda.com](http://www.bielenda.com) – w dniu 8 marca, będzie czekał na Was atrakcyjny rabat na całą ofertę FACEBOOM. **||**

### ENGLISH | **AMAZONITE AND MOONSTONE BRACELET**

Cosmetics are always a great idea for a gift for a girl, sister, mom, or... yourself. This series from FaceBoom will help you to take care of the skin on your face and will melt your senses.

In the SKIN HARMONY line, we will find: pampering make-up removal, toning milk, oil serum for the face, pampering and moisturizing face cream, under-eyes cream, and duo masks for Good Morning and Good Night.

This series is available at [www.bielenda.com](http://www.bielenda.com) – on March 8th, there will be a special promotion for all FACEBOOM products. **||**

# Hanna Lachert.

Wygoda ważniejsza niż piękno

## Katarzyna Jasiołek

Hanna Lachert słynie głównie jako autorka projektu tapicerowanego krzesła Muszla z charakterystycznym „guzikiem” i kwadratowego stolika z zaokrąglonymi narożnikami i z czarną szklaną płytą umieszczoną na drewnianym blacie, które należą dziś do klasyki wzornictwa lat 50. XX wieku.

Choć należy do czołowych powojennych projektantek mebli dla Spółdzielni Artystów „Ład”, projektowała nie tylko sprzęty, lecz także setki wnętrz – mieszkań, sklepów, kawiarni, hoteli, przychodni.

Na podstawie dokumentów archiwalnych, a także rozmów z samą Lachert Katarzyna Jasiołek stworzyła kompletną biografię jednej z najważniejszych polskich projektantek ubiegłego wieku na tle powojennej historii polskiego wzornictwa użytkowego i architektury wnętrz, a także zmian społecznych. II

### ENGLISH | HANNA LACHERT. COMFORT MORE IMPORTANT THAN BEAUTY - KATARZYNA JESIOŁEK

Hanna Lachert is famous for creating an upholstered Muszla chair with a specific “button” a square table with rounded ends, and a black glass plate on a wooden countertop that are the classics of the 1950s design.

Although, she was one of the leading designers for the Spółdzielnia Artystów “Ład”, she designed not only the equipment but hundreds of interiors, flats, shops, cafes, etc.

Based on documents for the archives and talks with Lachert, Katarzyna Jasiołek created a complete biography of one of the most important Polish designers. II



• Marginesy.com.pl



• Farys Design

Farys.  
DESIGN

## Bransoletka

### amazonit i kamień księżycowy

Bransoletka z kamieni naturalnych o czterech delikatnych sznurkach kamieni takich jak amazonit, kamień księżycowy, fluoryt wraz z srebrnymi zawieszkami strzemiona i wędzidła zakończona jednym karabińczykiem.

Naturalne pochodzenie kamieni powoduje, iż każda bransoletka może nieznaczająco różnić się kolorem oraz strukturą kamieni.

**Material :** kamienie naturalne i srebro – próba 925

**Długość:** regulowana. II

### ENGLISH | AMAZONITE AND MOONSTONE BRACELET

The bracelet from natural stones with four delicate strings of stones such as amazonite, moonstone, and fluorite with added silver attachments in a shape of a stirrup, finished with a snap hook.

The natural origin of the stones makes every bracelet different when it comes to color and gems structure.

**Material :** natural stones and silver – próba 925

**Length:** adjustable. II

46-47

FOR HER

any  
where | FOR HER



Fot: pexels.com

TEMATY

KTÓRYMI CHCEMY  
SIĘ DZIELIĆ

# VICTORIA ZNACZY ZWYCIĘSTWO!

## – MAJA KOTALA O SEWING TOGETHER I RAJDZIE VICTORIA



JEST TAKIE MIEJSCE NA MAPIE AFRYKI. W ŻALANYM SŁOŃCEM MOMBASIE. W KTÓRYM SŁYCHAĆ ŚMIECH KOBIEC. ROZMOWY O ŻYCIU. MARZENIA O WZRASTANIU W SIŁĘ I... PRACUJĄCE MASZYNY DO SZYCIA. O PRZYWRACANIU GODNOŚCI. STWARZANIU MOŻLIWOŚCI NA NAUKĘ I ROZWÓJ ORAZ ŁAMANIU STEREOTYPÓW ROZMAWIAMY Z MAJĄ KOTALĄ. ZAŁOŻYCIELKĄ SEWING TOGETHER I ORGANIZATORKĄ RAJDU VICTORIA.

TEKST Joanna Rembowska

**Joanna Rembowska:** Już za chwilę Sewing Together startuje z Rajdem Victoria, o którym zaraz porozmawiamy, ale na początku chciałabym podpytać o to, co napisałaś na swojej stronie, że „victoria to zwycięstwo”. Co w takim razie chcecie wygrać tym rajdem? Godność? Szacunek? Głos?

**Maja Kotala:** Wszystko to, o czym mówisz! Chcę przede wszystkim stworzyć takie same możliwości dla kobiet, jakie mają mężczyźni. Wygrać dla nich równość i po prostu lepsze życie! Ale to jest także nasza szansa pokazania, że ludzie na całym świecie mogą się zjednoczyć, że jeszcze nie jesteśmy aż

tak zagubieni w swojej rzeczywistości, by o sobie zapomnieć! Udowadniają to chociażby nasi partnerzy, z którymi współpracujemy. Oni są z całego świata! Marka ARQ z USA wysłała nam bieliznę, z kolei RESUME z Kopenhagi ubrania. Antonioli z Włoch czy IOSSI z Polski sponsorują nam maszyny, a nasz partner RIVER'S HEART, również z Polski, sprawił, że ten rajd stał się w ogóle możliwy do zrealizowania!

**Jest 2018 rok, powstaje twój program edukacyjny dla kobiet Sewing Together, którego celem jest, moim zdaniem, nie tylko nauka szycia czy biznesu,**

**ale przede wszystkim wiary we własną sprawczość i niezależność. Kiedy i jak w twojej głowie narodził się pomysł na taką inicjatywę?**

Nie potrafię sobie przypomnieć konkretnego momentu. Miałam to ogromne szczęście w życiu, na które też oczywiście ciężko pracowałam, ale w 2018 roku doszłam do takiego miejsca, kiedy uzmysłowiłam sobie jakie wiele otrzymałam i wtedy właśnie zaczął się u mnie proces wdzięczności. Mam wrażenie, że kiedy człowiek doznaje takiej przemiany, zaczyna być wdzięczny za wszystko, a wtedy naturalnie pragnie czegoś więcej. Tym jest właśnie pomoc drugiemu człowiekowi. Po prostu, kiedy zaczynamy doceniać to co mamy, chcemy się tym dalej dzielić z innymi. Na początku oczywiście nie miałam pomysłu,

co mogłabym robić. Nie mam cierpliwości do dzieci, nie potrafię budować studni czy domów, ale przecież mam ogromne doświadczenie w branży modowej i tak pewnego popołudnia powstało Sewing Together.

**Co kieruje kobietami, które zgłaszają się do Sewing Together?**

Dlaczego by nie zapytać bezpośrednio moich dziewczyn?

**To zapytajmy!**

Ostatnio poprosiłam je by napisały listy do kobiet w Polsce, które kupują nasze projekty, z takimi mini podziękowaniami. Jednak fakt, że listy były anonimowe spowodował, że dziewczyny bardzo się otworzyły, otworzyły swoje serca. Padło wiele pięknych słów, na

przykład „Szukając lepszego jutra poznałam Maję i jej program Sewing Together. Czułam się jakbym narodziła się na nowo. Zaczęłam doświadczać więcej miłości i wspólnoty. Szycie ubrań z wielką miłością – to jest to, czego doświadczam w Sewing Together. To jak miłość do matki”.

**Piękne i bardzo wzruszające. Bije z nich też kobieca siła. A jeżeli już kobiecość została wspomniana, to w jaki sposób według Ciebie pojmowana jest ona w Kenii?**

Takie pytania zawsze zmuszają mnie do refleksji. Teraz się nad tym w ogóle nie zastanawiam, mamy tu na miejscu o wiele większe problemy na głowach. Ale myślę, że niech każdy będzie sobą. Po prostu. A czy jest to bardziej lub mniej kobiece... dla mnie nie ma żadnego znaczenia. Czuję się tak samo dobrze chodząc bosą, jak i w szpilkach, w makijażu lub bez. Chociaż jest jedna rzecz, którą różnimy się z Kenijkami – to podejście do krągłości, które dla nich nie stanowią żadnego problem, tak jak czasem dla niektórych z nas. Jeżeli natomiast chodzi o to, co oznacza być kobietą w Kenii, to jest to bardzo ciężki temat. W patriarchalnym systemie, gdzie pierwszeństwo do edukacji mają mężczyźni, małe dziewczynki zmuszane są do pracy od momentu, gdy ich krok przestaje być chwiejny, a ręce są w stanie utrzymać łyżkę by mieszać w garnku. Jeśli w ogóle kobiety mają możliwość pójścia do szkoły, ich edukacja często kończy się w wieku 12-13 lat, później są wydawane za mąż. Oczywiście nie można uogólniać, ale to wciąż zdarza się bardzo często.

**Mówiąc o kobiecości nie możemy pominąć także tematu menstruacji, którym również zajmujecie się w Sewing Together, a konkretnie kwestię ubóstwa menstruacyjnego. Jakiś czas temu rozmawiałam z dziewczynkami z Fundacji Różowa Skrzyneczka właśnie o wykluczeniu i ubóstwie menstruacyjnym w Polsce – niemal 500 tysięcy kobiet nie stać na zakup podpasek, a co piąta dziewczynka przez brak środków higienicznych bywa zmuszana do opuszczenia zajęć szkolnych. Zastanawiam się jak duży jest to problem w Kenii?**

Miesiącznie to milion kobiet, których nie stać na zakup podpasek, albo nie mają gdzie ich kupić. Kobiety w czasie menstruacji używają często bardzo niehigienicznych form zabezpieczenia takich jak piasek, pióra czy liście, by na przykład móc pójść do szkoły. Wymieniają się często między sobą brudnymi podpaskami. Czasem też za paczkę podpasek decydują się na stosunek seksualny. To wszystko pokazuje tylko jak bardzo chcą mieć szansę na lepsze jutro, jak bardzo chcą pójść do szkoły, do pracy, czy nawet porostu wyjść z domu. Niczym nie różnić się od innych.

**KOBIETY W CZASIE MENSTRUACJI UŻYWAJĄ CZĘSTO BARDZO NIEHIGIENICZNYCH FORM ZABEZPIECZENIA TAKICH JAK PIASEK, PIÓRA CZY LIŚCIE, BY NA PRZYKŁAD MÓC PÓJŚĆ DO SZKOŁY.**







## GŁĘBOKO WIERZĘ, ŻE JEŚLI UDA SIĘ ZMIENIĆ CHOCIAŻ JEDNĄ OSOBĘ, TO JUŻ MAMY CAŁE KOLEJNE POKOLENIE O ZUPEŁNIE INNYM MYŚLENIU.

### **A co z tabu menstruacyjnym? Kobiety otwarcie rozmawiają między sobą o miesiączce?**

Wiele nowoczesnych Kenijek nie ma z tym żadnego problemu, temat miesiączki jest dla nich otwarty. Jednak im głębiej w łąd, na wsiaach, tym trudniej mówi się o menstruacji. Podpaskę na przykład nazywa się kromką chleba, a jeśli dziewczynce wypadnie z plecaka, to przynosi wstyd całej rodzinie.

### **Wspominałaś o zatrważającej sytuacji, czyli stosunku seksualnym za paczkę podpasek – w Sewing Together szyjecie nie tylko podpaski wielokrotnego użytku, ale dbacie bardzo również o edukację seksualną. W Polsce ostatnimi czasy próżno szukać w szkołach rzetelnej edukacji seksualnej, a jak ta kwestia wygląda w Kenii?**

Nie będę ukrywać, że jest to dla mnie nowy temat, który właściwie wymusiło na mnie samo życie i sytuacje, w których się tutaj znalazłam. Nie zdawałam sobie sprawy, jak bardzo tu brakuje takiej właśnie edukacji. Wiem, że w Polsce też jest z tym problem, ale jednak w naszym kraju rzadziej się słyszy o parach, które na przykład zaszły w ciążę używając prezerwatywy, którą... położyli na stoliku nocnym? No właśnie. A tutaj wcale nie jest to niecodziennym przypadkiem. Jeśli chodzi o zdrowie, podstawy higieny, czy sposoby zabezpieczania się nie tylko przed niechcianą ciążą, ale również przed chorobami przenoszonymi drogą płciową, to niestety jest temat, o który trzeba tu walczyć. I robić to bardzo delikatnie i umiejętnie.

### **Śledząc Was w Internecie widzę, jak dużo dobra robicie dla kobiet, czego**

### **kolejnym przykładem jest wspomniany na początku naszej rozmowy Rajd Victoria, który startuje już 23 marca. Skąd pomysł na tę wyprawę?**

Szczerze? Nie wiem! Czasami tak mam, że te pomysły po prostu rodzą się z mojej potrzeby pomagania. Myślałam jak szybko i efektywnie pomóc jak największej ilości kobiet. Oraz jak przełamać pewne stereotypy. Pomyślałam więc, by połączyć coś męskiego, czym na przykład jest rajd i kobiecego, czym jest menstruacja.

### **Trzydzieści dziewięć dni w trasie, dziesięć miejsc, trzy dni szkoleń.**

To będzie bardzo ciężkie zadanie, ale wiem też, że może zainspirować innych. Tę akcję organizuję sama. Sama szukam miejsc, wszystkiego pilnuję. Wyobraź więc sobie, jakich przeogromnych zmian można byłoby dokonać, jeśli więcej takich szalonych osób jak ja zaczęło działać!

### **Waszym celem jest przejazd przez Afrykę Wschodnią, wokół jeziora Victoria, by pokazać kobietom, że mogą godnie przechodzić czas menstruacji. Jakie konkretne działania macie zaplanowane?**

Trzydniowy program w każdym odwiedzanym przez nas miejscu zaczyna się od zakupienia materiałów na lokalnym targu, by pokazać, że można stworzyć podpaski wszędzie i nie trzeba być od nikogo zależnym. Następnie tworzymy miejsce, w którym odbywają się zajęcia. Drugiego dnia mamy spotkanie, podczas którego zjemy ręcznie. W jednym miejscu będziemy mogły zgromadzić nawet ponad sto kobiet! A to bardzo ważne, bo właśnie po tych zajęciach rozdamy broszurki edukacyjne o zachowaniu higieny

i o edukacji seksualnej. Później rozpocznie się praca z wybranymi czterema dziewczynkami, które będą uczyły się obsługi maszyn i ich naprawiania. No i oczywiście szycia podpasek wielorazowego użytku. Program kończy lekcja biznesu, czyli tego jak o siebie zadbać, jak być niezależną.

### **Piszecie, że jest to rajd, podczas którego nie walczyacie o dobry czas, a o ilość kobiet, którym możecie pomóc. Myślałaś, jaka mogłaby to być liczba?**

Wiesz, że zawsze pyta się mnie, ile studentek przeszło przez Sewing Together?

### **Czyli nie jestem pierwsza?**

Nie. Ile dziewczyn pracuje, ile zmieniło swoje życie. Ja nigdy tego nie liczę, chociaż ostatnio, kiedy zaczęłam się nad tym zastanawiać, to przez samą pracownię w Mombasie przeszło już prawie sto kobiet! Głęboko wierzę, że jeśli uda się zmienić chociaż jedną osobę, to już mamy całe kolejne pokolenie o zupełnie innym myśleniu. No ale dobrze, wracając do twojego wcześniejszego pytania, dziesięć miejsc, w każdym około – tysiąc kobiet? Nie, za mało! Niech do końca roku dzięki Rajdowi Victoria zmieni się życie dziesięciu tysięcy osób. A przecież to jest możliwe!

### **Na koniec pytanie najważniejsze. Czego Wam życzyć?**

Siły i zdrowia. Nadziei i pomysłów mi nie brakuje, tylko nie mam rąk do pracy!

Jeśli ktoś chciałby wesprzeć nasze działania w zakupie materiałów, bielizny czy mydełek do miejsc intymnych, to wciąż zbieramy pieniądze na zrzutce. I oczywiście zapraszam również do śledzenia nas w mediach społecznościowych, by poznać nas lepiej. II

# ZOSTAŃMY PRZYJACIÓŁMI, CZYLI PRZYJAŹŃ DAMSKO-MĘSKA POD LUPĄ

TEKST Ula Ślusarczyk ZDJĘCIA Mat. Prasowe



O mawiając kwestię situationship, wkradł mi się niespodziewanie kolejny temat do zglębienia. Nim pod nossem zadacie sobie pytanie „a na co to komu?”, ja postaram przybliżyć Wam temat przyjaźni kobiety i mężczyzny od nieco innej strony, niż od tej naukowej.

Otóż zauważam, że przyjaźń damsko-męska przestaje istnieć. Nie, friendzone to nie jest przyjaźń damsko-męska. To już jest ciężka do zrozumienia relacja, z której jedna osoba powoli zaczyna się wycofywać, wiedząc, że czuje coś więcej niż sympatię.

Ale dlaczego przyjaźń tego typu zanika? Dlatego, że zaczęliśmy postrzegać kwestię relacji zero-jedynkowo. Na przestrzeni lat narodziły się (a raczej zostały nazwane) różne typy relacji: począwszy od powszechnych „przyjaciół z korzyściami”, przez związki otwarte, a kończąc na topowych situationships. One wszystkie funkcjonowały dużo wcześniej, ale dopiero XXI wiek nadał im odpowiednie nazewnictwo. Po prostu nasze pokolenie ma zamiłowanie do słowotwórstwa (lub nazywania rzeczy po imieniu).

Niestety muszę was zaskoczyć – nic nie jest czarno-białe. Zwłaszcza na tak grząskim gruncie, jakim są relacje dwojga ludzi.

Pomimo, że świat rzeczywisty oraz ten wirtualny zdominowały nasze ulubione relacje na niby, to spora część ludzi zaczyna się tym nudzić. Nie chcą przygodnego seksu, nie

chcą być opcją na jedną nocą, nie chcą żyć w związku bez przyszłości i miłości. Właśnie tutaj rodzi się myślenie godne Szekspira – być albo nie być, czyli albo będę sama, albo w związku. Nic pomiędzy.

Czy zaskoczę was, mówiąc, że w większości tak postrzegamy my, kobiety? Raczej nie. Taka nasza natura, jesteśmy bardziej wrażliwe, do pewnych aspektów życia podchodzimy z taką ilością emocji, że żaden kulturyista by nie udźwignął. To nie jest wada. Problem zaczyna się wtedy, gdy codziennie zamiast ulubionego sportu, uprawiamy overthinking!

A to jest pierwszy krok do sukcesywnego nakręcania się, co niestety negatywnie wpływa na relacje. Bo to widać, słysząc i czuć. Zamiast pięknem, emanujemy desperacką chęcią posiadania faceta tu i teraz.

Trochę prezentuje się to tak, że każdego napotkanego mężczyznę, tudzież nowego znajomego, długoletniego przyjaciela czy sąsiada z klatki obok traktujemy jako rezerwowego (a nawet potencjalnego) partnera. Tak dla zasady.

Nie staramy się tej relacji budować, rozwijać czy pielęgnować jej. Nasze nastawienie jest jedno – albo związek, albo nie. Przez to z grubej rury wchodzimy w „niby-relację”. A tych, jak wiecie, jest mnóstwo i zwykle nie kończą się happy endem, jakiego byśmy oczekiwali.

Wyobraźcie sobie, że wspinać się na stro-

mą górę. Jesteście doskonale zabezpieczone linkami, haczykami i innymi bajerami, więc macie pewność, że nie spadniecie. Mimo to całą powierzchnią dłoni, wraz ze świeżą hybrydą na paznokciach, łapiemy się tej skały i nie idziemy naprzód. Jaki z tego wniosek? Czasem kurczowe trzymanie się czegoś, przyniesie więcej szkody i bólu niż pożądanego efektów. Ponadto, stanie w miejscu nie sprawi, że dojdziemy na szczyt.

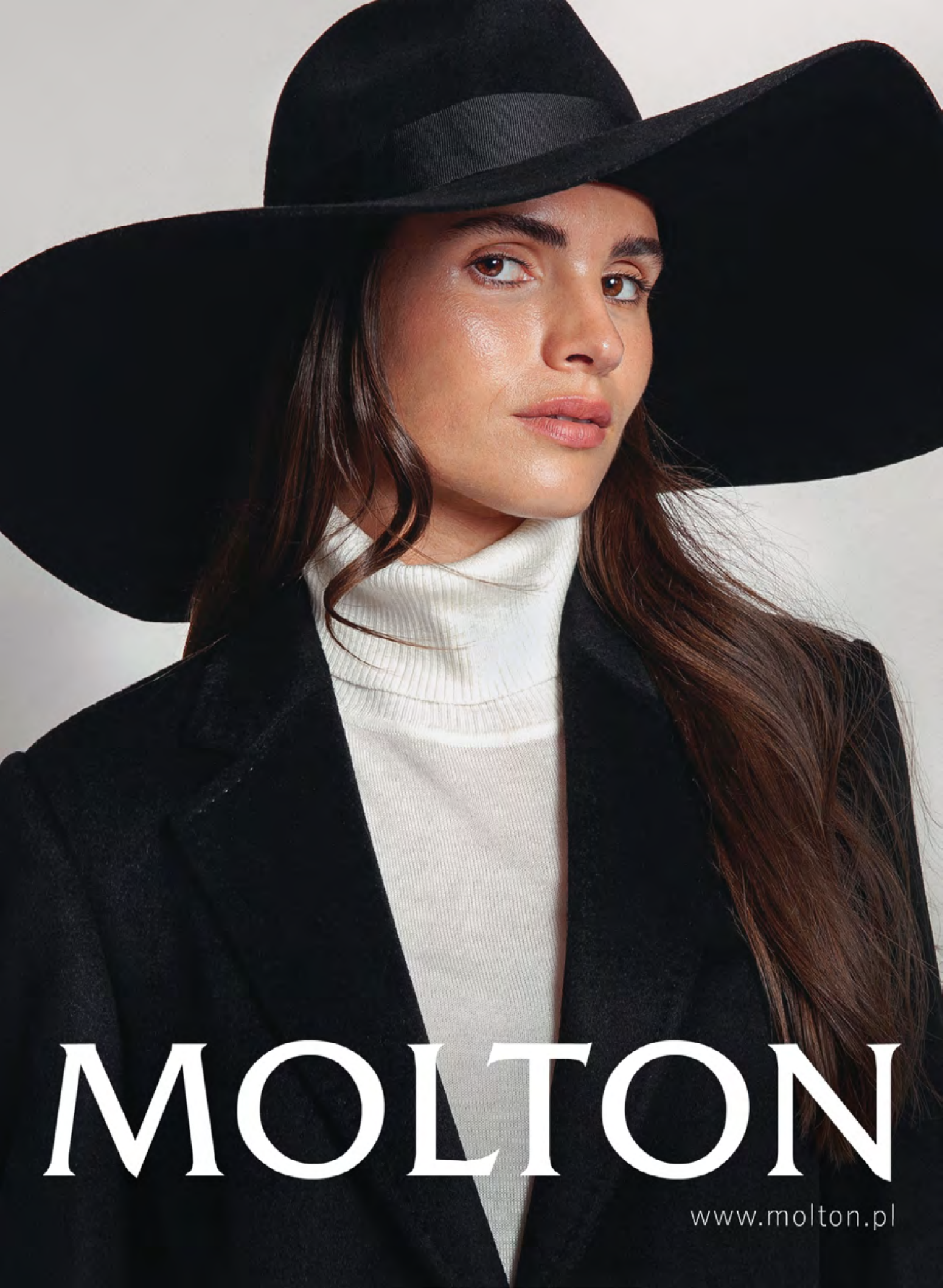
**Teraz przekładając metaforę na życie, kilka faktów i zasad:**

- przyjaźń damsko-męska jest możliwa. Trzeba tylko wejść w nią bez oczekiwania ewentualnego związku. W zasadzie jedyne oczekiwania, jakie powinnyśmy mieć, to uzyskanie super wartościowego człowieka, który wnieście coś w nasze życie.

- nie niszczy my swojej hybrydy na paznokciach myśląc, że z niby-relacji narodzi się płomienne uczucie (to się zdarza, ale nie za wszelką cenę). Z drugiej strony nie na siłę, zero presji – puść się, nie spadniesz!

- przyjaźń z mężczyzną pozwala lepiej zrozumieć siebie nawzajem, a to z kolei pokazuje, czy faktycznie z tej mąki ulepi się rumiany bochenek.

- nie z każdej przyjaźni damsko-męskiej będzie związek... i nie po każdym związku będziecie się przyjaźnić, to zawsze działa w dwie strony. II



MOLTON

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

# „MIESIĄCZKA TO NASZA WSPÓLNA SPRAWA!”



## CZYLI O UBÓSTWIE I WYKLUCZENIU MENSTRUACYJNYM

.WSPÓLNYMI SIŁAMI ODCZAROWUJEMY OKRES I WNOSIMY GO JAKO TEMAT. ZJAWISKO FIZJOLOGICZNE, KTÓRE W GRUNCIE RZECZY DOTYCZY NAS WSZYSTKIM. MENSTRUUJE PONAD POŁOWA Z NAS. A DUŻO WIĘCEJ MOŻE WSPIERAĆ OSOBY MIESIĄCZKUJĄCE – Z OJCAMI. CHŁOPAKAMI TEŻ PRZECIEŻ MOŻNA O OKRESIE ROZMAWIAĆ. ROŚNIE WIĘC DOSTĘP I ŚWIADOMOŚĆ, ŻE PODPASKI W TOALECIE SĄ TAK SAMO WAŻNE, JAK PAPIER TOALETOWY. Z DRUGIEJ STRONY Z KAŻDYM DNIEM PRZEKONUJEMY SIĘ, ŻE PRACY JEST WIĘCEJ NIŻ MYŚLAŁYŚMY” – MÓWIĄ ADRIANNA KLIMASZEWSKA I MARTYNA BARANOWICZ Z FUNDACJI RÓŻOWA SKRZYNECZKA. Z KTÓRYMI ROZMAWIAMY O UBÓSTWIE I WYKLUCZENIU MENSTRUACYJNYM.

TEKST Joanna Rembowska ZDJĘCIA Michał Rybacki

**Poznałyśmy się kilka miesięcy temu w Toruniu, na ogólnopolskiej konferencji dotyczącej wykluczenia menstruacyjnego. Rozmawiałyśmy wtedy sporo o inicjatywach, nie tylko tych oddolnych, ale też systemowych, które należy jak najszybciej wprowadzić w naszym kraju, żeby menstruacja przestała być wstydlivym problemem, a stała się naturalną, nie-stygmatyzującą częścią życia. Co zmieniło się od naszego spotkania?**

Na pewno to, że o menstruacji mówi się coraz więcej i więcej. A to za sprawą kolejnych osób, które angażują się w akcję i robią dostęp do podpasek i tamponów w swoich szkołach, internatach, biurach, lokalnych bibliotekach, przychodniach i szpitalach. Wspólnymi siłami odczarowujemy okres i traktujemy go jako temat, zjawisko fizjologiczne, które w gruncie rzeczy dotyczy nas wszystkim. Menstruuje ponad połowa z nas, a dużo więcej może wspierać osoby miesiączkujące – z ojcami, chłopakami też przecież można o okresie rozmawiać. Rośnie więc dostęp i świadomość, że podpaski w toalecie

są tak samo ważne, jak papier toaletowy. Z drugiej strony z każdym dniem przekonujemy się, że pracy jest więcej niż myślałyśmy. Telefony z placówek specjalnych, w których uczą się dziewczynki z niepełnosprawnościami, które nie mają wystarczającego wsparcia w menstruowaniu, zatrważające wiadomości ze szpitalnych SORów, szpitali psychiatrycznych to codzienność naszej organizacji, sojuszników i sojuszników. Okres dla większości pozostaje niewidoczny. Menstruacja nie istnieje w szpitalach.

**Na swojej stronie piszecie, że jesteście Fundacją, która walczy z wyeliminowaniem problemu wykluczenia menstruacyjnego w Polsce. O jak wielkim problemie mówimy?**

Wielkim, bo na wykluczenie menstruacyjne składa się nie tylko brak środków na to, by kupić podpaski, ale też niemożność kupienia produktu, który jest podczas miesiączki dla nas najwygodniejszy, najbardziej komfortowy. Także niemożność skorzystania z toalety, niedostępność bieżącej wody (ponad 2 mln Polek i Polaków nie ma toalety w domu). Wykluczenie menstruacyjne to również brak wiedzy i dostępu do informacji dotyczących menstruacji, brak rozmowy, tabu. Badania pokazują, że co 5. dziewczynka bywa zmuszana, by wyjść z zajęć lekcyjnych z powodu braku podpaski, a niemal 500 tysięcy Polek nie stać na kupno podpasek i tamponów.

**Kogo dotyka wykluczenie menstruacyjne? Dziewczynek? Kobiet? Z wielkich miast czy małych miejscowości?**

Każdą z nas. Doświadczyłaś choć raz niespodziewanego okresu podczas lekcji albo w pracy?

**Oczywiście, nie raz.**

No właśnie. Każdego dnia zwracają się do nas osoby, które piszą o ich wielkim wstydzie, bo zaczęły menstruować w pociągu czy kinie, Szpitalnym Oddziale Ratunkowym, czy w przychodni – bez tamponu czy podpaski w torebce, w gronie obcych osób, z wielkim znakiem zapytania w głowie: lepiej użyć papieru toaletowego zamiast podpaski, czy zwrócić się do nieznajomej z prośbą o podpaskę? Niemożność zaspokojenia kobiecych potrzeb fizjologicznych w miejscu publicznym wyklucza osoby miesiączkujące z pełnego udziału w życiu publicznym, utrudnia dostęp do gwarantowanej konstytucyjnie edukacji, uniemożliwia godny powrót do zdrowia w placówce leczniczej. Czas zauważyć potrzeby fizjologiczne kobiet. Wszystkim nam będzie się przecież dzięki temu żyło lepiej.

**To na pewno, ale osoby doświadczające ubóstwa menstruacyjnego są niestety wciąż marginalizowane, wręcz niewidoczne – tak jak sam problem. Dlaczego?**

Jako społeczeństwo mamy problem z przyznaniem, że ktoś może nie być stać na zakup przysłowiowej „paczki podpasek”, że to dzieje się w Polsce, w XXI wieku. Dla wielu szokująca jest skala tego zjawiska. Prezydent jednego polskiego miasta zakazał wręcz mówienia o ubóstwie menstruacyjnym w tym mieście, żeby przypadkiem ktoś nie pomyślał, że mieszka w biednym samorządzie. Czasem dyrektorzy szkół nie godzą się na udostępnianie w szkolnych toaletach podpasek, bo przecież „nie ma takiej potrzeby”, mimo, że uczennice i uczniowie oddolnie wychodzą z inicjatywą i najlepiej wiedzą, że jest taka potrze-

ba. Druga strona menstruacyjnego tabu to ta, przez którą o okresie ze sobą nie rozmawiamy, kryjemy się z ukrytym w zaciśniętej pięści tamponem, cichuteńko otwieramy szeleszczące opakowanie z podpaską. I to wpajane nam od małości zdanie, że okres to babska sprawa, o której nie mówimy z chłopakami. Radzimy sobie same, w ukryciu, znosząc wielki wstyd, który wynika głównie z niemówienia. A przecież miesiączka to nasza wspólna sprawa.

**Jedna z inicjatyw Waszej Fundacji, to także „zniesienie tabu, którym obciążona jest w Polsce menstruacja, włączając do dyskusji zarówno kobiety, jak i mężczyzn”. 42% rodzin nie rozmawia w domu o miesiączce. W szkołach brakuje rzetelnej edukacji seksualnej, a ta która jest, dzieli naturalne fizjologiczne sprawy na kobiece i męskie. Zastanawiam się zatem, czy łatwo było się Wam przebić z Waszą inicjatywą? Spotkałyście się z niechęcią?**

Początki były niełatwe, bo temat szokował, nie wiadomo było o czym mówimy: podpaski, okres, bezpłatne produkty menstruacyjne? To my chcemy skrzynekki na piwo i golarki. Takie słyszałyśmy głosy ze strony mężczyzn, ale też ze strony kobiet, że skoro mają na lakiery do paznokci, to na podpaski też mają. Dziś mamy inaczej: termin ubóstwa, wykluczenia menstruacyjnego jest coraz bardziej znany, szerzej rozumiany, dajemy też sobie więcej przestrzeni na społeczną refleksję, że okres to w gruncie rzeczy ukrywany, przemilczany proces fizjologiczny, z którym nie zmierzaliśmy się do tej pory nawet na podstawowym, edukacyjnym poziomie. Coraz odważniej mówimy o tym, że trzeba nam zacząć od rzetelnej wiedzy, przyjaznej rozmowy i wsparcia, jeśli nie w domu, to w szkole – że miesiączkowa edukacja powinna obejmować tak dziewczynki, jak chłopcy. Że tylko tak naprawdę możemy zrobić równy świat bez menstruacyjnego tabu. Nadal oczywiście głosy są różne; wciąż niektórym wydaje się, że podpaski to sprawa kobiet i ani o nich, ani o okresie nie powinniśmy rozmawiać głośno. A miesiączka była już w Sejmie, czy Senacie. Wiosną, jako grupa organizacji i aktywistek (Okresowa Koalicja), zaczniemy zbierać podpisy pod obywatelską inicjatywą ustawodawczą i jestem przekonana,

**RADZIMY SOBIE SAME,  
W UKRYCIU, ZNOSZĄC  
WIELKI WSTYD, KTÓRY  
WYNIKA GŁÓWNIE  
Z NIEMÓWIENIA.  
A PRZECIEŻ  
MIESIĄCZKA TO NASZA  
WSPÓLNA SPRAWA.**

że wkrótce podpaski w szkołach i placówkach edukacyjnych będą standardem.

### **Do czego według Was prowadzi pomijanie tematu menstruacji w publicznej narracji?**

Mimo, że miesiączka to część naszej fizjologii, a więc intymności, bardzo ważne jest, aby była widoczna także w publicznej narracji. Połowa społeczeństwa menstruuje, krwawimy w domu i poza nim, potrzebujemy równego dostępu do bezpłatnych podpasek i tamponów, które będą tak powszechne jak papier toaletowy w publicznych toaletach. W momencie, kiedy milczymy o okresie, pogłębia się wykluczenie menstruacyjne. Wykluczenie to nie dotyczy tylko sytuacji ekonomicznej, ale także braku odpowiednich informacji. Doprowadza do sytuacji, w której uczennice podczas okresu opuszczają zajęcia szkolne, bo nie mają pieniędzy na podpaskę, albo boją zapytać o miesiączkę rodziców. Brak odpowiedniej edukacji skutkuje także tym, że dziewczyny nie badają się, nie chodzą do ginekologa, a te, które mają bolesne miesiączki, często cierpią w milczeniu, bo nie wiedzą nawet, że mogą szukać pomocy. Z drugiej strony, kiedy menstruacja istnieje w publicznej narracji, ale w kategorii wstydu i tabu (jak niestety było przez lata), sprawia że dziewczynki dystansują się od własnych ciał i fizjologii, a nawet się ich wstydzą. Dlatego tak ważne jest, aby miesiączka stała się sprawą całego społeczeństwa, a przede wszystkim, aby wykluczenie menstruacyjne było likwidowane systemowo, poprzez odpowiednie ustawy sejmowe.

**W 2021 roku Parlament Europejski uznał podpaski i tampony za produkty podstawowe, zaapelował do państw UE o objęcie ich zerową stawką VAT oraz o zapewnienie potrzebującym dostępu do darmowych środków higieny. Co na to Polska?**

W Polsce VAT na podpaski i tampony został obniżony z 8 do 5 proc., ale obniżka podatku nie objęła kubeczków menstruacyjnych, na których ciąży 23 procentowy podatek. A przecież to właśnie kubeczek jest w długim trwaniu najtańszym, najbardziej trwałym i ekologicznym produktem higieny na czas miesiączki. Dziś jest on bardzo drogi, jednorazowy wydatek 80-90 zł to duże obciążenie dla budżetów wielu z nas. Mówiliśmy o tym podczas spotkania z Rzecznikiem Praw Obywatelskich, w ramach inicjatywy Nasz Rzecznik. Marcin Wiącek zareagował niezgodą: *"Stosowanie obniżonych stawek podatku VAT jest jednym z instrumentów polityki społecznej, w tym również ograniczania ubóstwa menstruacyjnego. W tym kontekście trudno znaleźć uzasadnienie dla obniżania stawek podatku VAT dla części artykułów higienicznych dla kobiet z pominięciem pozostałych produktów do tego przeznaczonych"* (RPO wystąpił do minister finansów ws. różnych stawek VAT na artykuły higieniczne dla kobiet - GazetaPrawna.pl)

Różowa Skrzyneczka oprócz zapewnienia podpasek, środków higienicznych, stawia również na edukację, również w zakresie menstruacyjnej higieny. Parlament Europejski zwrócił też uwagę na to, by powszechnie w krajach Wspólnoty były dostępne wielorazowe, ekologiczne produkty menstruacyjne. Opracowujemy i wciąż udoskonalamy scenariusz warsztatów miesięczkowych, który każda nauczycielka/nauczyciel może ściągnąć z naszej strony i przeprowadzić takie warsztaty u siebie. Tworzony jest także cykl webinarów, dostępnych na naszym kanale na YT, w których rozmawiamy z gościnnie i gośćmi o menstruacji w różnych aspektach. Pojawiały się tematy zdrowotne, jak np. „czym jest endometrioza?”, ale też tematy kulturowe, np. „miesiączka w wierze muzu-

mańskiej”. Wszystkie materiały edukacyjne staramy się tworzyć z ekspertkami; ginekolożkami, psycholożkami, seksuolożkami etc, aby te treści były naprawdę merytoryczne i pomocne. Mamy świadomość, że w naszych czasach młode osoby wyszukują informacji w internecie, które bardzo często mogą być nieprawdziwe, a co za tym idzie szkodliwe.

### **Grudzień 2019, Wrocław. Centrum Praw Kobiet i pierwsza różowa skrzyneczka. Po przeszło trzech latach jesteście w stanie policzyć ile różowych skrzyneczek znajduje się obecnie w całej Polsce?**

Tak, w tym momencie mamy ponad 8 tysięcy różowych skrzyneczek w całej Polsce. Ich liczba rośnie w takim tempie, że przecieramy oczy ze zdumienia. Każdą nową skrzyneczkę umieszczamy na mapce, którą można znaleźć na naszej stronie internetowej i Facebooku. Dzięki temu każda osoba może w prosty sposób sprawdzić, czy w jej okolicy znajduje się skrzyneczka. Zachęcamy też mocno do wskazywania miejsc, w których skrzyneczki powinny jeszcze zawisnąć – zrobimy to razem, razem przecież robimy tę rewolucję.

### **Jak możemy w takim razie pomóc Wam w tej rewolucji? I co powinniśmy robić na co dzień, aby wspomóc działania wspierające walkę z wykluczeniem menstruacyjnym?**

Każda i każdy z nas może swoimi działaniami przyczyniać się do poprawy sytuacji osób menstruujących w Polsce. Form działania i walki z wykluczeniem menstruacyjnym jest całe mnóstwo. Można zmobilizować władze swojej gminy, miasta czy wsi do powieszenia różowych skrzyneczek w publicznych toaletach, w szkole czy urzędzie. Można na własną rękę, np. w miejscu pracy zorganizować zbiórkę podpasek i tamponów, by później przekazać je do jakiejś fundacji pomocowej lub bezpośrednio do osób potrzebujących. Można też sprawdzić na naszej mapce, gdzie w okolicy znajduje się różowa skrzyneczka lub punkt pomocy okresowej, uzupełnić je paczką podpasek i przy okazji zrobić sobie spacer :)

Chcemy podkreślić, że wszystkie formy pomocy są tak samo wartościowe. Jeśli osoba nie ma czasu i przestrzeni do osobistego działania, a dysponuje środkami pieniężnymi, może wesprzeć jakąś fundację. Przykładowo Różowa Skrzyneczka funkcjonuje głównie dzięki zbiorowej mobilizacji, dlatego często podkreślamy, że nie jesteśmy kilkusobową grupą, że każda osoba wspierająca buduje z nami ten lepszy i bardziej sprawiedliwy świat. Jest to działanie wspólnotowe i oddolne. Jeśli ktoś chce dołączyć i wesprzeć nas, może to zrobić w prosty sposób, poprzez kliknięcie na naszej stronie. **II**

**W MOMENCIE, KIEDY MILCZYMY  
O OKRESIE, POGŁĘBIA SIĘ  
WYKLUCZENIE MENSTRUACYJNE.  
WYKLUCZENIE TO NIE  
DOTYCZY TYLKO SYTUACJI  
EKONOMICZNEJ, ALE TAKŻE  
BRAKU ODPOWIEDNI  
INFORMACJI.**



**SKLEP  
INTERNETOWY**  
stworzony  
specjalnie  
dla przyjaciół  
**anywhere.pl**

a n y  
w h e  
r e .pl

B U Y  
T O O

## ▶ MOLTON



### **Czarny żakiet o prostym fasonie w tenisowy prążek**

Elegancki czarny żakiet o wygodnym w noszeniu lekko taliowanym fasonie to uniwersalny wybór do biurowych oraz wyjściowych stylizacji. Został wykonany z wysokiej jakości materiału z dodatkiem wiskozy, który dobrze układa się na sylwetce. | Cena: 749 zł

## ▶ MOLTON



### **Czarno-biały golf w pepitkę z wełną**

Mięsista dzianina zestawiona ze zwiewnym krojem plisowanej spódnicy midi zapewnia zjawiskowy efekt. Przyjemny w dotyku materiał z dodatkiem naturalnej wełny jest miękki, ciepły i doskonale układa się na sylwetce. | Cena: 349 zł



### **Bransoletka LEATHERBROWNBIGBIT**

Majestatyczna, wyrafinowana bransoletka wykonana z wysokiej jakości naturalnej skóry wykończona dużym wędzidłem w srebrze - próba 925. | Cena: 250 zł

więcej na

**buytoo.pl**

# OSTATNIE DNI ZIMY W WARSZAWIE JAK SPĘDZIĆ TEN CZAS?



KARNAWAŁ JUŻ ZA NAMI. CZAS WIĘC TROCHĘ ODPOCZĄĆ! W WARSZAWIE CZEKAJĄ KULTURALNE WYDARZENIA. DZIĘKI KTÓRYM BĘDZIE MOŻNA OBCOWAĆ ZE SZTUKĄ ŚWIATOWEJ KLASY. LITERATURĄ WYSOKICH LOTÓW I JEDZENIEM Z CAŁEGO ŚWIATA. CO ZATEM CZEKA NAS W NADCHODZĄCYCH TYGODNIACH W STOLICY?

TEKST Mat. Prasowe ZDJĘCIA [www.pexels.com](http://www.pexels.com)

Zacznijmy od sztuki, bo ta w Warszawie obecna jest cały czas. Do piątego marca w Muzeum Narodowym można obejrzeć wystawę „Przesilenie. Malarstwo Północy”, która cieszyła się i wciąż cieszy wielką popularnością. Warto się pospieszyć, bo to ostatni moment by zobaczyć na żywo dzieła mistrzów i mistrzyni sztuki ze Szwecji, Norwegii, Danii, Finlandii i Islandii, w tym „Melancholię” Edvarda Muncha. Dodatkowo, 2 marca w ramach wystawy odbędzie się słuchowisko Marty Weroniki Orlikowskiej NOKTURN, podczas którego usłyszymy teksty między innymi Aslaug Vaa, Inger Hagerup czy Eugeni Kielland.

W Muzeum Sztuki Nowoczesnej od 17 lutego oglądać można wystawę „Anka Ptaszkowska. Przypadkiem”, w pełni poświęconą krytyczce i współtwórczyni Galerii Foksal, postaci silnie związanej z polską i francuską sceną artystyczną. Osią wystawy są trzydzieści dwa rozdziały scenariusza filmu autobiograficznego samej Ptaszkowskiej. Co znajdziemy w przestrzeni wystawy? Ogrom prac i instalacji artystów związanych z działalnością Ptaszkowskiej takich jak Paweł Althamer, Tadeusz Kantor, Henryk Stażewski, Izabella Jagiełło czy Hi-

roshi Yokoyama. Wystawę „Anka Ptaszkowska. Przypadkiem” będzie można oglądać do 24 kwietnia.

Dzieje się także w Pałacu Kultury i Nauki – tam czeka nas ekscytujący i zróżnicowany tematycznie weekend. Między 11 a 12 marca drzwi PKiN otworzą się na wielbiciele wszelkich pyszności i kofeiny, ponieważ przez dwa dni trwać będzie Festiwal Kawy, Czekolady i Słodczy. Czego tam nie znajdziemy! Kawa z całego świata, stanowiska lokalnych i zagranicznych palarni, a tam paczki cudownie pachnących ziaren. To wy zdecydujecie czy pijecie na miejscu, czy zabieracie paczkę do domu. Skoro Festiwal Kawy, Czekolady i Słodczy, to oczywiście nie zabraknie tego, co lasuchy kochają najbardziej – będą ciastka, cukierki i czekolada o smakach, które nie śniły się najwybitniejszym smakoszom. Czy można lepiej zakończyć tydzień?

To nie wszystko w Pałacu Kultury i Nauki – w tym samym czasie co Festiwal Kawy, Czekolady i Słodczy odbędzie się Festiwal Azjatycki. Przed deserem chcielibyście spróbować sycącego ramenu? A może koreański bibimbap, zupa pho, wietnamskie bagietki banh mi lub japońskie sushi? Wybór jest tak duży, że najlepiej zabrać ze sobą przyjaciół, by dzielić się i delektować smakami Azji przez cały dzień.

W nadchodzących tygodniach znajdzie się również coś dla miłośników książek, czekają nas bowiem trzy autorskie spotkania literackie. Pierwsze z nich odbędzie się już 1 marca w Muzeum Warszawy, gdzie pisarka Agata Napiórska opowie o bohaterce swojej najnowszej książki „HA-GA”. Obrazki z życia, czyli Annie Gosławskiej-Lipińskiej, słynnej rysownicze. Dzień później w księgarni Big Book Cafe Joanna Flis i jej książkowi bohaterowie opowiedzą o najnowszej pozycji psycholożki, „Co ze mną nie tak?”. Z kolei 9 marca o kulisach powstawania powieści „Podwilcze” opowie Martyna Bunda. ■





warsaw  
**modlin**  
airport



**STAŁY DODATEK PORTU  
LOTNICZEGO WARSZAWA/MODLIN**  
REGULAR SECTION OF WARSAW MODLIN AIRPORT

# MIĘDZYNARODOWA KONFERENCJA JLK TRAVEL MARKET



TEKST I ZDJĘCIA Mat. Prasowe

W dniu 7 lutego 2023 r. w hotelu Royal Tulip Warsaw w Warszawie odbył się JLK Travel Market – międzynarodowe prezentacyjno-warsztatowe spotkanie dla organizatorów turystyki.

Licznie uczestniczyli przedstawiciele różnych branż: przedstawiciele biur podróży, mediów, lotnisk, przewoźników lotniczych regularnych i charterowych. Wśród uczestników z branży lotniczej znaleźli się tacy przewoźnicy jak Air Astana czy Turkish Airlines.

Program rozpoczęła powitalna kawa. Na wydarzenie złożyło się kilka paneli z prezentacjami wizualnymi dotyczącymi takich tras lotniczych i destynacji jak Włochy (region Sardynii i Apulii), Hiszpania (Wyspy Kanaryjskie) czy Państwa Bałtyckie. Zaprezentowano obsługę rezerwacji hotelowych, biletów lotniczych i innych usług turystycznych w odświeżonej do specjalistów.

Druga część konferencji była poświęcona lokalnym kupującym i międzynarodowym sprzedawcom B2B, dzielącym się doświadczeniami i rozwijającym współpracę turystyczną, czemu towarzyszyła degustacja pysznych włoskich potraw. Po wydarzeniu odbyła się loteria z nagrodami, a wygrać można było np. pobyt we Włoszech.

Lotnisko Warszawa/Modlin rozwija szeroką sieć kierunków i kontaktów w całej Europie. W trakcie konferencji JLK przedstawicielki Lotniska przedstawiły informację o aktualnym wachlarzu połączeń i ich częstotliwości odnośnie Państw Bałtyckich, Włoch, Grecji, Hiszpanii, jak również obecny zakres usług oraz plany rozwojowe, a także odbyły szereg spotkań z mediami, biurami podróży

i operatorami lotów charterowych, by w jego ofercie przybywało połączeń z kolejnymi atrakcyjnych destynacjami. ■

## ENGLISH

### JLK TRAVEL MARKET INTERNATIONAL NETWORKING CONFERENCE

On February 7th the JLK Travel Market international networking conference took place in Warsaw at the Royal Tulip Warsaw hotel.

There were numerous participants from different businesses: travel agencies, media, airports, airlines, charter carriers. Among the participants from the aviation sector there were such airlines as Air Astana or Turkish Airlines.

The program started with welcome coffee. The event included a few panels with presentations and videos about flight routes and destinations like Italy (Sardinia and Puglia region), Spain (Canary Islands) and the Baltic States. Services were presented for booking hotels, air tickets and other travel services for professionals.

The second part of the conference was devoted to B2B Local Buyers and International Sellers sharing experience about the local services and developing touristic co-operation, while tasting some delicious Italian cuisine. After the event the participants took part in a lottery and won prizes, e.g. reward stays in Italy.

Warsaw/Modlin Airport is developing its wide network all over Europe. During this JLK Conference presented the information about the up-to-date destinations and frequencies as far as Baltic States, Italy, Greece, Spain as well as the current services and future development plans. The Airport's representatives held meetings with partners from mass media, tour and charter operators, in order to gain connections with even more attractive destinations. ■



**POKAŻ SIĘ Z DOBREJ STRONY**  
zareklamuj się na lotnisku



tel: +48 22 346 40 26 | e-mail: [bh@modlinairport.pl](mailto:bh@modlinairport.pl)

ponad **12 000** osób dziennie

blisko **300 000** pasażerów miesięcznie

ponad **3 000 000** pasażerów rocznie

**60** destynacji





# WARSZAWA ZWYCIĘŻA W KONKURSIE EUROPEAN BEST DESTINATIONS 2023

TEKST Mat. Prasowe ZDJĘCIE Filip Kwiatkowski

**C**o roku wprost z Lotniska Warszawa/Modlin setki tysięcy osób docierają do Warszawy. Ze stolicy w naszą stronę oczywiście także ruch jest bardzo wartki. Tym przyjemniej było nam dowiedzieć się, że rekordową liczbą głosów Warszawa zwyciężyła w prestiżowym konkursie European Best Destinations 2023. Na Warszawę zagłosowało 142 081 osób (w tym ponad 2/3 spoza Polski) – jest to najwięcej głosów oddanych na jakiegokolwiek miejsce licząc od samego powstania konkursu i jedyny sześciocyfrowy wynik w tym roku. ■

ENGLISH

## WARSAW WON IN THE EUROPEAN BEST DESTINATIONS 2023

Hundreds of thousands of people go to Warsaw from the Warsaw/Modlin Airport every year. The other way around is just as significant. Because of that, it was great to find out that we had a record number of votes in the prestige European Best Destinations 2023. 142 081 people voted for Warsaw (2/3 from outside Poland). It's the most votes cast for any place since the creation of the contest and the sole 6-figure result this year. ■

# ŚWIETNY PIERWSZY MIESIĄC NA LOTNISKU WARSZAWA/ MODLIN



TEKST Mat. Prasowe ZDJĘCIE Łukasz Pacholczyk

## FACTS & FIGURES FOR 2022



WARSAW/MODLIN AIRPORT  
NUMEROUS PASSENGERS AND DESTINATIONS

Warsaw/Modlin Airport - is the only Polish airport included in the list of "European airports with largest seat capacity increase 2022 vs 2019" (RDC report)

24/7  
open

NON-SLOT  
COORDINATED

Carrier oriented  
incentive scheme

WE OFFER

Operational opportunity of  
25 min turnaround time

Warsaw agglomeration  
Eastern and North-Eastern Poland  
Ukraine

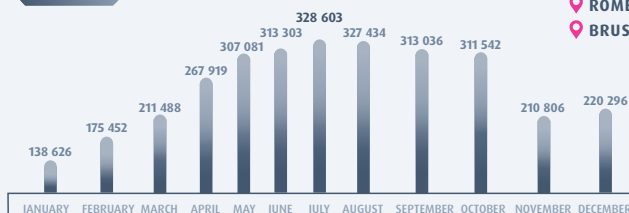
CONVENIENT  
GATEWAY TO

up to  
65

destinations operated  
on scheduled routes

TOP 10 DESTINATIONS:

- LONDON
- DUBLIN
- MILAN
- ROME
- BRUSSELS
- RIGA
- STOCKHOLM
- PARIS
- OSLO
- BARCELONA



NUMBER OF PASSENGERS FOR 2022

PAX flow for 2022 over 3.1 mln passengers

over 5 mln people  
within less than 2-hour drive

CATCHMENT  
AREA

100,7%

OF THE TRAFFIC  
RECORDED IN 2019

106,3%

IN TERMS OF THE  
NUMBER OF FLIGHT  
OPERATIONS

PASSENGER TRAFFIC LEVEL OF 2022

W styczniu br. z usług Lotniska Warszawa/Modlin skorzystało 220 076 pasażerów i obsłużono na nim 1 471 operacji lotniczych. Oznacza to 100,2% liczby operacji w porównaniu do stycznia 2020 roku oraz 113% w porównaniu do stycznia roku 2022, natomiast porównując pod względem liczby pasażerów pierwszy miesiąc z poprzednich lat do tegorocznego stycznia widzimy, odpowiednio, 100,9% wartości dla 2020 roku i aż 158,8% dla roku 2022. II

ENGLISH

### GREAT FIRST MONTH AT THE WARSAW/MODLIN AIRPORT

In January, 220 076 passengers used the Warsaw/Modlin Airport services, and 1 471 flight operations took place. It was 100.2% of the operations compared to January 2020 and 113% of January 2022. Comparing the number of passengers to the previous years, it was 100.9% of 2020 and 158.5% of 2022. II

# BRISTOL

## PIĘKNY, KAMERALNY I... SZCZĘŚLIWY

TEKST Mat. Prasowe ZDJĘCIA Unsplash.com



Są takie miejsca na Starym Kontynencie, które urokiem nie odbiegają od najpopularniejszych destynacji, a mimo wszystko nie są pierwszym wyborem przy planowaniu dłuższego wyjazdu lub spontanicznego city-break'a. Ba, być może nie są nawet trzecim, czwartym lub piątym wyborem. Warto jednak wyjść poza szereg i spróbować odkryć coś całkowicie nieoczywistego. Kto wie, taka podróż może okazać się przygodą życia, a miejscowość swoim urokiem i kameralnością podbić serca niejednego, doświadczonego podróżnika. Jednym z takich miast jest Bristol.

Malowniczy Bristol, położony południowo-zachodniej Anglii to podobno najszczęśliwsze miasto w Wielkiej Brytanii. Tak przynajmniej wyszło z przeprowadzonego w 2019 roku badania. Ósme największe miasto w Zjednoczonym Królestwie co roku

znajduje się wysoko w rankingu najlepszych miejsc do życia w Wielkiej Brytanii. Czym urzeka? Koniecznie sprawdźcie sami, wybierając się tam bezpośrednio z Portu Lotniczego Warszawa/Modlin nawet kilka razy w tygodniu!

Dzięki swojemu położeniu, Bristol to jedno z najcieplejszych miejsc w Wielkiej Brytanii, więc jeśli nie wyobrażacie sobie zabrania na urlop parasola, właśnie to miasto w Anglii będzie najbezpieczniejszą opcją. Na spacer warto się wybrać w okolice portu – Bristol jest miastem położonym przy ujściu rzeki Avon i kiedyś był jednym z najważniejszych portów Imperium Brytyjskiego. Do dzisiaj to właśnie w okolicach rzeki dzieje się najwięcej. Na King's Road znajdziecie pełno pubów, w których popołudniami przesiadują mieszkańcy, popijając piwo z lokalnych browarów. Niedaleko

portu znajdziecie również M Shed, czyli muzeum miejskie znajdujące się w starej portowej hali przetadunkowej. W niedalekiej odległości od M Shed znajduje się także SS Great Britain – kiedyś innowacyjny statek transatlantyczny, pierwszy o kadłubie z żelaza i napędzany śrubą, dzisiaj muzeum, w którym można zwiedzić między innymi maszynownię, ładownię i pasażerskie kajuty.

Po drugiej stronie rzeki na zwiedzających czeka Bristol Museum & Art Gallery, w którym znajdziemy nie tylko eksponaty sprzed kilkuset lat, ale także współczesne dzieła najśłynniejszego artysty street art na świecie – pochodzącego właśnie z Bristolu Banksy'ego. Jego dzieła znajdziecie także tam, skąd street art pochodzi, czyli na ulicy. Spacer śladami Banksy'ego to świetny pomysł na całodniowe zwiedzanie miasta. Jego dzieła znajdziecie między innymi na

Frogmore Street czy na Stokes Croft – centrum kulturalnym i miejskiej przestrzeni wypełnionej street artem.

Gdzie jeszcze warto zawędrować w Bristolu? Miłośnicy zieleni odnajdą się w okolicach Brandon Hill, czyli parki miejskim znajdujących się na terenach wzgórze, na którym znajduje się także pochodząca z lat 90. XIX wieku wieża Cabot. Rozciąga się z niej fantastyczny widok na miasto. Symbolem Bristolu jest jednak most wiszący nad rzeką Avon – Clifton Suspension Bridge. Łączący dzielnicę Clifton i hrabstwo Somerset, most jest świetnym punktem widokowym. Warto zatem wybrać się na długi spacer po bristolskich okolicach, by zakończyć go wieczornym biesiadowaniem w jednym z pubów, których w mieście nie brakuje. Bristol to duże, ale kameralne miasto – warto się o tym przekonać osobiście. ■



zdjęcie: pexels.com

## ENGLISH

### BRISTOL – BEAUTIFUL, INTIMATE, AND... HAPPY

There are places on the Old Continent that are just as lovely as the most popular destinations, even though they are not the first choice when planning a longer trip or a spontaneous city break. They can even be a third or fourth option and even a fifth! But, it's good to sometimes go out of line and try something less obvious. Who knows, maybe this trip will be the journey of your life, and the city will astonish you with charm and intimacy. One of those places is Bristol.

Colorful Bristol set in Southwest England is supposed to be the happiest

city in Great Britain. At least those are the results of the survey from 2019. The eighth largest city in the United Kingdom is high in the "best places to live in Great Britain" rankings. Why is it so charming? Definitely check it out. You can go there directly from Warsaw/Modlin Airport few times a week.

Thanks to its location, Bristol is one of the warmest places in Great Britain, so if you can't imagine going there without an umbrella, Bristol is the opposite of that. You should definitely go for a walk near the harbor, Bristol is situated at the Avon river's mouth and it used to be one of

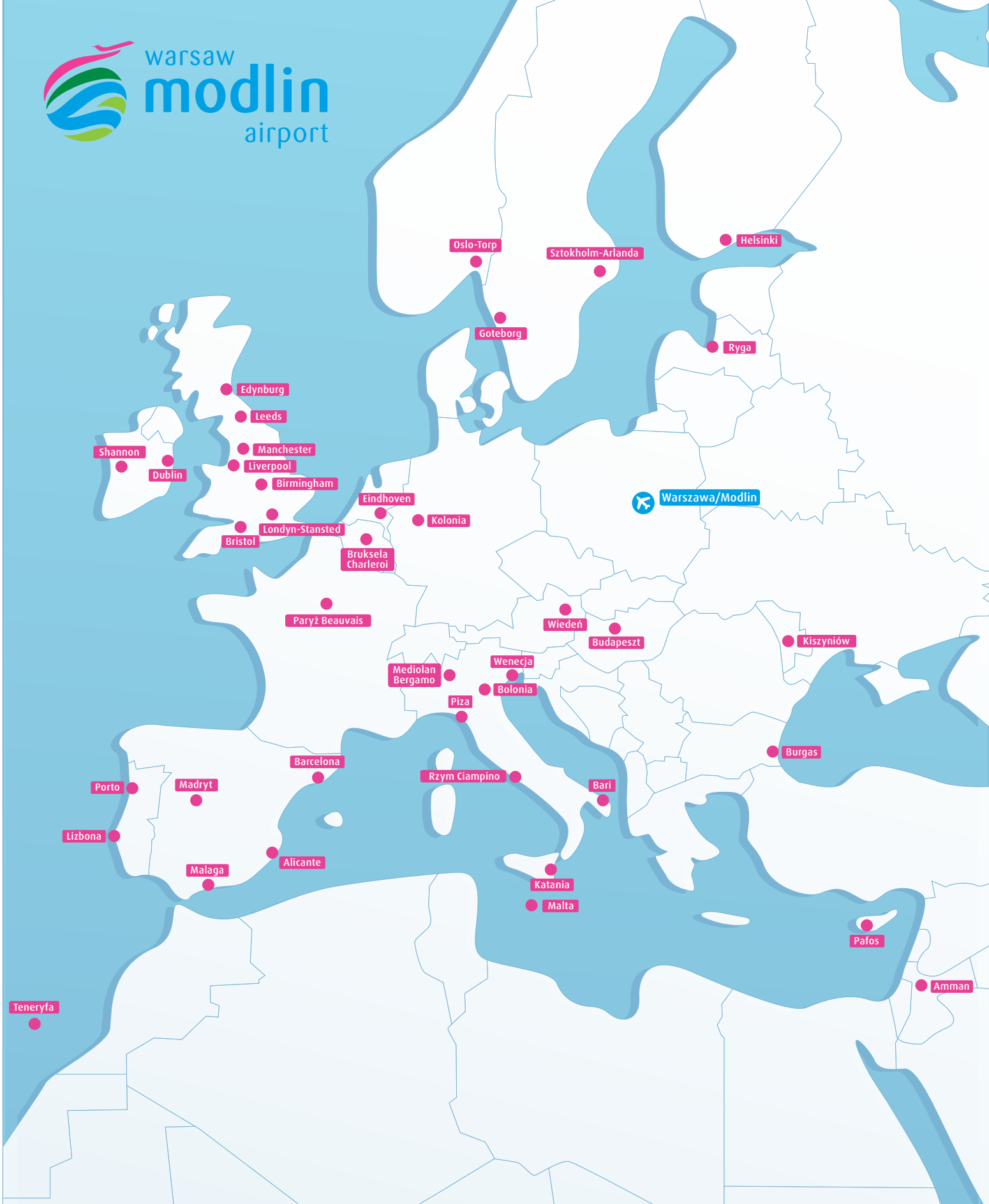
the most important harbors of the entire British Empire. Until this day, most things happen near the river. At King's Road, you will find lots of pubs where the citizens sit drinking beers from the local brewery. Near the M Shed, there is also SS Great Britain, an old gem of the British constructors, an innovative transatlantic ship with a hull made of iron and powered by a propeller. Nowadays, it's a museum, where you can visit the engine rooms, loading rooms, and passenger cabins.

On the other side of the river, visitors can check out Bristol Museum & Art Gallery, where you can find not only a hundred years old antiques but also – the works of one of the most famous street artists in the world, who came from Bristol – Banksy. His works can be also found in where he came from, which is street art. Strolling through the Banksy footprints is a great way for all-day sightseeing. His works can be found at Frogmore Street or Stokes Croft, the culinary and city space full of street art.

Where else should you go to in Bristol? Well, the enthusiast of some green elements will find themselves near Brandon Hill, a city park on the top of the hill, where you can see the Cabot tower from the 19th century. It has a fantastic view of the whole city. Bristol's symbol is a hanging bridge though over the Avon river – the Clifton Suspension Bridge. It connects Clifton and Somerset counties and is a great overlook.

It's worth also going for a long stroll around Bristol to end up in one of the pubs in the evening. Bristol is a big, but intimate city – it's best to check it out by yourself. ■







# ROZKŁAD LOTÓW SEZON ZIMA 2022/2023

## FLIGHT SCHEDULE WINTER SEASON 2022/2023


|                        | PON<br>MON | WT<br>TUE | ŚR<br>WED | CZW<br>THU | PT<br>FRI | SOB<br>SAT | NIEDZ<br>SUN |
|------------------------|------------|-----------|-----------|------------|-----------|------------|--------------|
| <b>AUSTRIA</b>         |            |           |           |            |           |            |              |
| WIEDEŃ                 | →          | →         | →         | →          | →         | →          | →            |
| <b>BELGIA</b>          |            |           |           |            |           |            |              |
| BRUKSELA               | →          | →         |           | →          | →         | →          | →            |
| <b>CYPR</b>            |            |           |           |            |           |            |              |
| PAFOS                  |            | →         |           |            | →         |            |              |
| <b>FINLANDIA</b>       |            |           |           |            |           |            |              |
| HELSINKI               |            |           | →         |            | →         |            | →            |
| <b>FRANCJA</b>         |            |           |           |            |           |            |              |
| PARYŻ                  | →          | →         | →         |            | →         | →          | →            |
| <b>HISZPANIA</b>       |            |           |           |            |           |            |              |
| ALICANTE               | →          |           | →         |            | →         |            | →            |
| BARCELONA              | →          |           | →         | →          | →         | →          |              |
| MADRYT                 | →          | →         |           | →          |           | →          | →            |
| MALAGA                 |            | →         |           | →          |           | →          | →            |
| TENERYFA               | →          |           |           |            | →         |            |              |
| <b>HOLANDIA</b>        |            |           |           |            |           |            |              |
| EINDHOVEN              | →          |           | →         |            |           | →          | →            |
| <b>IRLANDIA</b>        |            |           |           |            |           |            |              |
| DUBLIN                 | →          | →         | →         | →          | →         | →          | →            |
| SHANNON                |            | →         |           | →          | →         |            | →            |
| <b>JORDANIA</b>        |            |           |           |            |           |            |              |
| AMMAN                  |            |           |           | →          |           |            | →            |
| <b>ŁOTWA</b>           |            |           |           |            |           |            |              |
| RYGA                   | →          |           |           | →          | →         |            | →            |
| <b>MALTA</b>           |            |           |           |            |           |            |              |
| MALTA                  | →          |           |           | →          | →         |            | →            |
| <b>MOŁDAWIA</b>        |            |           |           |            |           |            |              |
| KISZYNIÓW/<br>CHISINAU | →          |           | →         |            |           | →          |              |
| <b>NIEMCY</b>          |            |           |           |            |           |            |              |
| KOLONIA                | →          |           |           |            | →         |            |              |
| <b>NORWEGIA</b>        |            |           |           |            |           |            |              |
| OSLO-TORP              | →          | →         | →         | →          | →         | →          | →            |
| <b>PORTUGALIA</b>      |            |           |           |            |           |            |              |
| LIZBONA                |            | →         |           |            | →         |            |              |
| PORTO                  | →          |           |           |            | →         |            |              |
| <b>SZWECJA</b>         |            |           |           |            |           |            |              |
| GOTEBORG               |            | →         |           |            |           | →          |              |
| SZTOKHOLM              | →          | →         |           | →          | →         | →          | →            |
| <b>WĘGRY</b>           |            |           |           |            |           |            |              |
| BUDAPESZT              |            | →         |           | →          |           | →          |              |
| <b>WIELKA BRYTANIA</b> |            |           |           |            |           |            |              |
| BIRMINGHAM             | →          | →         | →         |            |           |            | →            |
| BRISTOL                |            | →         |           | →          |           | →          | →            |
| EDYNBURG               | →          |           |           |            | →         |            |              |
| LEEDS                  | →          |           |           |            | →         |            |              |
| LIVERPOOL              |            |           |           | →          |           |            | →            |
| LONDYN<br>STANSTED     | →→<br>→    | →→<br>→   | →→<br>→→  | →→<br>→    | →→<br>→   | →→<br>→→   | →→<br>→      |
| MANCHESTER             | →          |           | →         | →          | →         |            | →            |
| <b>WŁOCHY</b>          |            |           |           |            |           |            |              |
| BARI                   | →          |           |           |            | →         |            |              |
| BOLONIA                |            |           |           |            | →         | →          | →            |
| KATANIA                | →          |           |           |            | →         |            |              |
| MEDIOLAN<br>BERGAMO    | →          | →→        | →         | →          | →         | →          | →            |
| NEAPOL                 | →          |           |           |            | →         |            |              |
| RZYM                   | →          | →         | →         | →          | →         | →          | →            |
| WENECJA                |            |           | →         |            |           | →          |              |

Tabela z rozkładem lotów ma jedynie charakter informacyjny. Dane pochodzą od Ryanair i mogą ulec zmianie. Prosimy zainteresowanych o bieżącą kontrolę rozkładu lotów z Lotniska Warszawa/Modlin, na stronie przewoźnika.

**ENGLISH** This flight schedule is only informative. Information from Ryanair can be changed. We advise to check on the current flight schedule from Warsaw Modlin Airport on the website of the carrier.

# ROZKŁADY JAZDY BUSÓW MIĘDZY TERMINALEM A STACJĄ W MODLINIE

## BUS TIMETABLES BETWEEN THE TERMINAL AND THE STATION IN MODLIN

 **Rozkład jazdy komunikacji autobusowej**  
(shuttle bus timetable / расписание маршрутных автобусов)

**Port Lotniczy Modlin**  
(Modlin airport / аэропорт Модлин)

↓

**Stacja kolejowa Modlin**  
(Modlin train station / железнодорожный вокзал Модлин)

minuty / minutes / минуты

| godzina odjazdu<br>(departure time / время отправления) | 0  | 05 |    |  |
|---|----|----|----|--|
| 4   | 10 | 41 |    |  |
| 5   | 42 |    |    |  |
| 6   | 24 |    |    |  |
| 7   | 10 | 41 |    |  |
| 8   | 10 | 30 | 47 |  |
| 9   | 03 | 30 | 50 |  |
| 10  | 09 | 30 | 51 |  |
| 11  | 09 | 51 |    |  |
| 12  | 13 | 51 |    |  |
| 13  | 15 | 30 | 51 |  |
| 14  | 07 | 30 | 52 |  |
| 15  | 07 | 20 | 51 |  |
| 16  | 09 | 30 | 51 |  |
| 17  | 09 | 30 | 51 |  |
| 18  | 14 | 28 | 51 |  |
| 19  | 10 | 30 | 51 |  |
| 20  | 14 | 51 |    |  |
| 21  | 07 | 42 |    |  |
| 22  | 14 | 45 |    |  |
| 23  |    |    |    |  |

**Stacja kolejowa Modlin**  
(Modlin train station / железнодорожный вокзал Модлин)


↓

**Port Lotniczy Modlin**  
(Modlin airport / аэропорт Модлин)

minuty / minutes / минуты

| godzina odjazdu<br>(departure time / время отправления) | 3  | 58 |    |  |
|---|----|----|----|--|
| 4   | 22 | 58 |    |  |
| 5   |    |    |    |  |
| 6   | 00 | 55 |    |  |
| 7   | 12 | 25 | 58 |  |
| 8   | 25 | 42 |    |  |
| 9   | 00 | 20 | 57 |  |
| 10  | 15 | 35 | 57 |  |
| 11  | 30 | 58 |    |  |
| 12  | 32 | 58 |    |  |
| 13  | 10 | 30 | 55 |  |
| 14  | 14 | 40 | 55 |  |
| 15  | 08 | 26 | 57 |  |
| 16  | 11 | 32 | 57 |  |
| 17  | 09 | 31 | 58 |  |
| 18  | 15 | 35 | 57 |  |
| 19  | 10 | 35 | 58 |  |
| 20  | 31 | 58 |    |  |
| 21  | 28 | 58 |    |  |
| 22  | 30 |    |    |  |
| 23  | 30 |    |    |  |

ważny/valid/важный 12.03.2023 - 10.06.2023

 **Rozkład jazdy komunikacji autobusowej**  
(shuttle bus timetable / расписание маршрутных автобусов)

**Stacja kolejowa Modlin**  
(Modlin train station / железнодорожный вокзал Модлин)

↓

**Port Lotniczy Modlin**  
(Modlin airport / аэропорт Модлин)

minuty / minutes / минуты

| godzina odjazdu<br>(departure time / время отправления) | 3  | 58 |    |  |
|---|----|----|----|--|
| 4   | 22 | 58 |    |  |
| 5   |    |    |    |  |
| 6   | 00 | 55 |    |  |
| 7   | 12 | 25 | 58 |  |
| 8   | 25 | 42 |    |  |
| 9   | 00 | 20 | 57 |  |
| 10  | 15 | 35 | 57 |  |
| 11  | 30 | 58 |    |  |
| 12  | 32 | 58 |    |  |
| 13  | 10 | 30 | 55 |  |
| 14  | 14 | 40 | 55 |  |
| 15  | 08 | 26 | 57 |  |
| 16  | 11 | 32 | 57 |  |
| 17  | 09 | 31 | 58 |  |
| 18  | 15 | 35 | 57 |  |
| 19  | 10 | 35 | 58 |  |
| 20  | 31 | 58 |    |  |
| 21  | 28 | 58 |    |  |
| 22  | 30 |    |    |  |
| 23  | 30 |    |    |  |

**Port Lotniczy Modlin**  
(Modlin airport / аэропорт Модлин)

↓

**Stacja kolejowa Modlin**  
(Modlin train station / железнодорожный вокзал Модлин)

minuty / minutes / минуты

| godzina odjazdu<br>(departure time / время отправления) | 0  | 05 |    |  |
|---|----|----|----|--|
| 4   | 10 | 41 |    |  |
| 5   | 42 |    |    |  |
| 6   | 24 |    |    |  |
| 7   | 10 | 41 |    |  |
| 8   | 10 | 30 | 47 |  |
| 9   | 03 | 30 | 50 |  |
| 10  | 09 | 30 | 51 |  |
| 11  | 09 | 51 |    |  |
| 12  | 13 | 51 |    |  |
| 13  | 15 | 30 | 51 |  |
| 14  | 07 | 30 | 52 |  |
| 15  | 07 | 20 | 51 |  |
| 16  | 09 | 30 | 51 |  |
| 17  | 09 | 30 | 51 |  |
| 18  | 14 | 28 | 51 |  |
| 19  | 10 | 30 | 51 |  |
| 20  | 14 | 51 |    |  |
| 21  | 07 | 42 |    |  |
| 22  | 14 | 45 |    |  |
| 23  |    |    |    |  |

ważny/valid/важный 12.03.2023 - 10.06.2023

# PASCAL BOX™

Przyrządzać posiłki dla Przyjaciół to największa przyjemność. Pragnę podzielić się tym, co kocham najbardziej – pysznym, pomysłowym, prostym, pięknym i praktycznym jedzeniem w restauracyjnej jakości premium.

Przyjmijcie moje zaproszenie, by doświadczać prawdziwych przyjemności i kulinarnych podróży po domowych smakach Polski i świata!



👑 #PysznośćNr1

🚚 3000 miejscowości

🌱 eko-pudełka

*Pyszne!*

🔄 pełna wymiana posiłków

🌟 albo gratis

Poznaj pyszność na [PascalBox.pl](https://PascalBox.pl)

# IMPLANTY

## KOMFORT ŻYCIA

PIĘKNY UŚMIECH TO COŚ WIĘCEJ NIŻ ŁADNY DODATEK. TO NASZA WIZYTÓWKA. NIE KAŻDY JEDNAK MOŻE POCHWALIĆ SIĘ PIĘKNYM UZĘBIENIEM. NA SZCZĘŚCIE NOWOCZESNA STOMATOLOGIA POZWAŁA ODMIENIĆ NIE TYLKO WYGLĄD, ALE JAKOŚĆ ŻYCIA. PROBLEMY Z JEDZENIEM, DYSKOMFORT ŻYCIA I PRZEDE WSZYSTKIM ESTETYKA PROWADZĄ DO ZAINTERESOWANIA IMPLANTACJĄ PRZEZ PACJENTÓW. ROZWIĄZANIE ZNAJDUJE LEKARZ STOMATOLOG DARIUSZ SROKOWSKI.

### Jakie można zaproponować leczenie dla pacjentów pojedynczymi brakami lub całkowitym bezzębiem?

W przypadku braku jednego lub kilku zębów, do zakwalifikowania pacjenta do implantacji potrzebne jest prześwietlenie (najczęściej wystarcza punktowe). Wówczas ocenia się poziom kości i nierzadko następuje bezproblemowe wprowadzenie implantu. Nieco dłuższa procedura występuje w momencie gdy pacjent zgłasza się z całkowitym bezzębiem. Decyzja o podjęciu leczenia zapada dopiero po analizie danych uzyskanych w badaniu pantomograficznym, czyli dzięki prześwietleniu panoramicznemu. Nierzadko potrzeba zobrazowania trójwymiarowego, czyli wykonania tomografu. Propozycji leczenia może być kilka, w zależności od warunków w jamie ustnej pacjenta. Pełna rekonstrukcja jest możliwa na minimum 5 implantach, a maksymalnie na 8. Wówczas można umocować na stałe 12 zębów. O liczbie implantów decyduje jakość i ilość kości. Często po wszczępieniu następuje etap uzupełnień tymczasowych, aby pacjent mógł ocenić estetykę i wygodę przyszłych uzupełnień stałych.

Innym rozwiązaniem jest wykonanie na 2, 3 lub 4 implantach protez akrylowych mocowanych na zaczepach.



- IMPLANTY
- STOMATOLOGIA ESTETYCZNA
- STOMATOLOGIA ZACHOWAWCZA
- ZABIEGI PERIODONTOLOGICZNE
- CHIRURGIA STOMATOLOGICZNA
- PROTETYKA
- PROFILAKTYKA
- WYBIELANIE ZĘBÓW

### Koszty, trwałość i przeciwwskazania. Pytania najczęściej zadawane przez pacjentów. Jaką odpowiedź mogą uzyskać?

Pojęcie kosztów jest odczuciem bardzo indywidualnym, choć zapewne cena jest dość duża. Warto jednak spojrzeć na to długofalowo. Efekt, długotrwałość uzębienia, wysoka jakość materiału, a także nienaruszenie sąsiednich zębów może okazać się bardzo przekonującą i wygrać z kosztami ponoszonymi jednorazowo na wiele lat.

Utрудnieniem przed omawianym zabiegiem bywa mała ilość masy kostnej. Obecne metody pozwalają jednak na zwiększenie jej objętości, a tym samym umożliwienie implantacji. Implanty przyjmują się raczej bezproblemowo. Wieloletnia praktyka wskazuje na minimalny procent powikłań lub odrzutu ciała obcego. W początkowym okresie gojenia objawy te łatwo skorygować.

Podsumowując, odbudowy protetyczne poprawiają warunki zgryzowe, co jest związane z lepszym trawieniem i unikaniem problemów układu pokarmowego, a zadowolający uśmiech podnosi pewność siebie.

### DENTAL IMPLANT ACADEMY

DOKTOR DARIUSZ SROKOWSKI  
UL. KSIĘDZA JAŁOWEGO 8/1  
35-010 RZESZÓW  
TEL/FAX 17 85 333 85  
KOM. 602 34 20 46

