

ISSN 2084-7823 | 0.00 PLN
55 | 04_05 2019

BE magazyn



55

HOME



Radość z jazdy



ZAWSZE NA PROWADZENIU.

NOWE BMW SERII 3.

Dealer BMW Gazda Group

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

BMW 330i: zużycie paliwa w cyklu mieszanym: 6,6–7,5 l/100 km. Emisja CO₂: 149–170 g/km. Wskazane dane dotyczące zużycia paliwa i emisji CO₂ zostały ustalone na podstawie nowej procedury WLTP. Szczegóły na www.bmw.pl

Be magazyn

redaktor naczelny / reklama / wydawca

Michał Komsta
m.komsta@bemagazyn.pl
+48 662 095 779

zastępca redaktora naczelnego

Joanna Komsta
j.marszałek@bemagazyn.pl

dyrektor artystyczny

Dawid Korzekwa
dawid@korzekwa.com

redaktor prowadzący/reklama

Sabina Borszcz
s.borszcz@bemagazyn.pl
+ 48 500 108 063

korekta

Małgorzata Kaźmierska

wydawca

MAGAZYN BE S.C.
Pyskowice, ul. Nasienna 2
bemagazyn.pl

współpracują

Sylwia Kubryńska, Dorota Magdziarz, Angelika Gromotka, Katarzyna Zielińska, Kamila Ocimek,
Wojciech S. Wocław, Katarzyna Szota-Eksner, Natalia Aurora Ignacek, Małgorzata Kaźmierska, Grzegorz Więclaw,
Joanna Zaguła, Wojciech Radwański, Tomasz Pietrzak, Malwina Pycia, Joanna Durkalec.



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

Home

Truman Capote pisał: „Dom jest tam, gdzie czujesz się jak w domu” – ot, co! I w tym ‘czuciu’ tkwi cała magia i siła. To nie bierze się znikąd, samo nie przychodzi, a bez troski i zaangażowania nie przetrwa. Dom to nie tylko ściany w ulubionym kolorze, piękny mebel, kilka książek, kwiatek w doniczce, czy obrazek na ścianie.

Trzeba zapracować na to, by miejsce, w którym się mieszka, nazwać domem i to jest zadanie dla pokoleń. Wzór bierze się z domu rodzinnego, a potem tworzy się własne miejsce. No, ale wystarczy tej filozofii. Zasadniczo chodzi o to, że „dom to rzecz święta”, „ostoja i źródło siły”, i pod wieloma względami do tego trzeba się po prostu przyłożyć. Bez względu na to, czy chodzi o zamek w Puszczy Noteckiej, czy o kawalerkę ze ślepą kuchnią.

„Z dobrego, tzw. ‘normalnego’ domu ‘wynosimy’ właściwie wszystko: umiejętności, upodobania, nawyki i przyzwyczajenia – dostajemy to od rodziców oraz pozostałych domowników. Nie powinniśmy się od tego odżegnywać i traktować jak niepotrzebny balast” – przeczytacie w jednym z naszych artykułów. A co zrobić z tym ‘dziedzictwem’, zastanówcie się sami.

Aha! W szóstym Kwestionariuszu Prousta przepytany został Mariusz Goli, jeden z najbardziej znanych polskich buskerów. Wspominamy także Karla Lagerfelda, robimy czekoladę typu homemade i piszemy o filozofii zero waste!

Więcej dobrego w środku! Czytajcie. I pamiętajcie: wszędzie dobrze, ale najlepiej w domu.

PS Życzymy Wam wesołych, wiosennych i rodzinnych Świat Wielkanocnych!

Wojciech Radwański o okładce:

Zdjęcie przedstawia jeden z największych wielokondygnacyjnych budynków mieszkalnych w Polsce. Superjednostka, bo taką nazwę nosi ten obiekt, została zaprojektowana przez Mieczysława Króla. Jej budowę ukończono w 1972 roku. W budynku znajduje się ponad 750 mieszkań. Superjednostka posiada status osiedla. Zdjęcie zostało wykonane w czerwcu 2017 r.

Znajdz nas na:



www.facebook.com/magazynBE



www.instagram.com/be_magazyn/

Spis treści

Spis treści

Joanna Durkałec / Be Home⁸

Umami Wedding Day VI¹²

Nowe, zaskakujące Lodowato¹⁴

Kwestionariusz Prousta – Mariusz Goli¹⁶

Wojciech S. Wocła / Savoir Vivre¹⁸

Bartosz Gajda / Garaż²⁰

Katarzyna Zielińska / Dom bez śmieci²²

Natalia Aurora Igancek / Homemade czekolada²⁶

Sabina Borszcz / Elegancja jest dla każdego i nie musi onieśmielać³⁰

Małgorzata Kaźmierska / W Twoim magicznym domu...³⁶

Joanna Zaguła / Sztuka jedzenia w domu⁴⁰

Grzegorz Więclaw / „Gramy u siebie...!” Atut własnego boiska w sporcie⁴⁶

Dorota Magdziarz / Karl Lagerfeld – projektant wizjoner⁵⁰

Joanna Komsta, Ania Bańbuła, Katarzyna Czerny Nowak / Gość w domu!⁵⁴

Kamila Ocimek / Między stepem a Jedwabnym Szlakiem c.d.⁶⁰

Angelika Gromotka / Wrażliwość ujmująca⁶⁶

Katarzyna Szota-Eksner / Be Women⁷⁰



LAVARD
SINCE 1975

LAVARD
ul. Podmiejska 21 - Piekary Śląskie
tel. 722 272 043
SALON FIRMOWY - SZYCIE NA MIARĘ - OUTLET

BE HOME

Kiedyś domem nazywano gospodarstwa wraz z całym inwentarzem; ich funkcjonowanie zapewniało ludziom godne życie. Dziś dom to dla nas wciąż niespłacone cztery ściany, które na domiar wszystkiego pomalowaliśmy na kolor o nazwie “piasek pustyni”, choć ten z wyglądu przypomina raczej piórka kanarka, niż wymarzony odcień nagrzanego słońcem pyłu.

Tak naprawdę jednak, dom to miejsca i ludzie, do których całym sercem chcemy wracać. A gdzie Wy czujecie się jak w domu?

Baklava w Katowicach



Na otwarcie Baklavy czekałam długo. Nie tylko z powodu świadomości, że jest to spełnienie marzeń jej właścicielki Magdy, którą mam przyjemność znać również prywatnie, ale przede wszystkim z nadzieją, że miejsce to odmieni smutną opinię o tureckiej kuchni, postrzeganej głównie w postaci tłustego kebabu, ciętego elektrycznym nożem, podawanego z białą kapustą i gorą czosnkowego sosu. Baklava jest jak tradycyjny turecki dom gdzieś pod Bursą, gdzie zadbane o każdy szczegół: od wzorzystych dywanów tkanych na płasko, przez filiżanki na oryginalną turecką kawę, na wykończeniu baru efektownymi kaflami skończywszy. Magda przez wiele miesięcy przemierzała cały Śląsk, szukając przepięknych mebli i objając je tureckimi materiałami. Początkowo Baklava miała być restauracją, ale na razie jest klubokawiarnią. Dlaczego? Ponieważ stopień dopracowania menu nie zadowolił właścicieli na tyle, by zacząć podawać je gościom. Póki co Baklava rozpoczyna podbój naszych brzuchów wspaniałą ofertą śniadaniową, w której każdy znajdzie coś dla siebie. Już całkiem niedługo będzie można spróbować jajek na sucuku (pikantna kiełbasa wołowa), kanapki na simicie (chrupiący turecki bajgiel) oraz poğaç (urocze drożdżowe bułeczki) w wersji wegańskiej oraz mięsnej. W każdej chwili możecie też zasmakować fantastycznej, mocno orzechowej baklavy i schłodzić się ayranem. Wpadajcie na Warszawską!

Baklava, ul. Warszawska 57, Katowice

European Start-up Days,

14-15.05.2019 r., Katowice, MCK



Start-up to nic innego jak innowacyjny pomysł na biznes, znajdujący się na początkowym etapie “życia”. Kieszonkowe laboratorium, przetwarzanie odpadów na olej napędowy, czy laserowy monitoring stanu konstrukcji dachów to tylko kilka pomysłów, które na pozór szalone, są niezbitym dowodem na ogrom ludzkich możliwości. Świetną okazją do zapoznania się z tym, co się dzieje w tym świecie, jest wydarzenie European Start-up Days, które już po raz czwarty odbędzie się w katowickim Spodku (będącym notabene dowodem na to, że innowacyjność popłaca). Przez dwa dni pomysłodawcy powalczą o uwagę potencjalnych inwestorów, dając ciekawe widowisko dla publiczności, a dla kreatywnych umysłów tworząc szanse na uzyskanie merytorycznego, organizacyjnego i finansowego wsparcia od światowej sławy ekspertów. Powodzenia bystrzachy!

Międzynarodowe Centrum Kongresowe, Plac Sławika i Antalla 1, Katowice

Spektakl “Frida. Życie, sztuka, rewolucja”

7.05.2019 r., godz. 19.00, Rybnik



Życie Fridy Kahlo owiane smutkiem i cierpieniem, widocznym w każdym z autoportretów artystki, wielu z nas fascynuje po dziś dzień. Reprezentantka sztuki naiwnej, mocno obciążona przez los, po wypadku porzuciła studia medyczne, aby oddać się malarstwu. Twierdziła, że maluje siebie, ponieważ lubi doskonale znać obiekt, który uwiecznia. Spektakl “Frida. Życie, sztuka, rewolucja” to wzruszająca opowieść o miłości, życiu i walce o artystyczną niezależność. Imponujący monodram Martyny Kliszewskiej, która wciela się w rolę Fridy i przenosi nas w kolorowy świat Meksyku, wydający się być ironicznym kontrastem w stosunku do uczuć bohaterki, z wielkim zaangażowaniem opowiadającej nam o swoim życiu. Spektakl to próba analizy zjawiska malujących kobiet oraz ich wyjątkowego znaczenia w historii sztuki. Honorowy patronat nad przedstawieniem objęła Ambasada Meksyku w Polsce oraz Komitet Honorowy w składzie: Rafał Olbiński, Marek Keller oraz zmarły w ubiegłym roku Edward Dwurnik.

Teatr Ziemi Rybnickiej, Plac Teatralny 1, Rybnik, bilety: 45-55 zł

Dźwiękowy Portret Miasta – Siemianowice Śląskie



Czy przemierzając ulice swojego miasta zastanawialiście się kiedykolwiek nad dźwiękami, jakie wydaje? Hałas zamykających się drzwi tramwaju, słyszany z oddali głos czytającego ogłoszenia na dworcu PKP, czy przemykająca boczną ulicą straż pożarna na sygnale to nasza codzienność, na którą niespecjalnie już zwracamy uwagę. Tymczasem warto przysłuchać się temu i odkryć, jakie dźwięki są charakterystyczne dla danych miejsc. Pomoże nam w tym Dźwiękowy Portret Miasta, czyli lokalna odsłona projektu “Rozmowy zamiejskowe” prowadzonego przez Goethe Institut. Dotyczy on Siemianowic Śląskich i skupi się w obrębie pięciu dzielnic. Uczestnicy przez pięć miesięcy tworzyć będą portret miasta, rysowany za pomocą dźwięków. Spacery dźwiękowe, warsztaty oraz panele dyskusyjne to narzędzia, które pomogą im ten portret stworzyć. Całość adresowana jest do wszystkich mieszkańców oraz osób zainteresowanych tematyką field recordingu, czyli nagrywania za pomocą mikrofonu otaczających nas codziennych odgłosów.

Dźwiękowy Portret Miasta, facebook/dzwiekowyportretmiastasiemianowice/

Noc Muzeów na Śląsku i w Zagłębiu,

18.05.2019 r.



Każdego roku w maju, w całej Polsce dzieje się coś absolutnie wyjątkowego: Noc Muzeów! Możecie powiedzieć, że do muzeum chadzać można przez cały rok i jest to prawda, ale tylko w tę jedną noc muzea wprost tętnią życiem! Tegoroczna Noc Muzeów na Śląsku i w Zagłębiu odbędzie się 18 maja. W jej ramach możecie bezpłatnie zwiedzać wszystkie regionalne muzea oraz wiele innych instytucji kulturalnych, które również, jak co roku postanowiły zaangażować się w to wydarzenie. Co ciekawe, tradycja ta kontynuowana jest od 1997 roku, kiedy to pierwszą taką imprezę zorganizowano w Berlinie. Sukces był tak wielki, że kolejne miasta na naszym kontynencie również zabrały się do organizowania podobnych przedsięwzięć. W Polsce pierwszą noc, w którą muzea były dostępne dla zwiedzających zorganizowano w 2003 roku w Muzeum Narodowym w Poznaniu, a rok później w Krakowie i Warszawie. Szczegółowych programów wydarzeń szukajcie na stronach interesujących Was instytucji. Dobranoc? W życiu!

Noc Muzeów na Śląsku i w Zagłębiu: plan szczegółowy wydarzenia dostępny na stronach internetowych poszczególnych placówek muzealnych.

Oprowadzanie kuratorskie po Galerii Sztuki Polskiej Muzeum Śląskiego,

11.05.2019 r., Katowice



Czy wiedzieliście, że kolekcja polskiego malarstwa dawnego, będąca w posiadaniu Muzeum Śląskiego jest jedną z najbardziej reprezentatywnych w skali ogólnokrajowej? Powstała dzięki pierwszemu dyrektorowi placówki Tadeuszowi Dobrowolskiemu (na jego cześć nazwano plac znajdujący się przed nową siedzibą muzeum) i miała na celu krzewienie świadomości narodowej Ślązaków oraz uwrażliwienie ich na piękno sztuki. Zasób dzieł to ponad 260 obiektów, obejmujących wszystkie kierunki w sztuce polskiej lat 1800-1945. Portrety, pejzaże, malarstwo realistyczne, malarstwo romantyczne, nurty akademickie, dzieła polskich impresjonistów oraz sztuka okresu międzywojennego to tylko namiastka tego, co można zobaczyć w tej wyjątkowej galerii. Dzięki cyklowi oprowadzań kuratorskich organizowanych przez Muzeum Śląskie, możecie tę kolekcję odkryć na nowo, a także poznać okoliczności, w jakich powstawały poszczególne prace. Warto!

Muzeum Śląskie, ul. T. Dobrowolskiego 1, Katowice, wstęp: 7 zł

Zmysły&Co. w Katowicach



Kiedy takie miejsca jak Zmysły&Co. otwierają się w Katowicach, to serce mi rośnie! Nie tylko dlatego, że lubię obiekty typu concept store, ale przede wszystkim ponieważ one uczą nas, że kultura dbania o siebie to przede wszystkim zdolność zintegrowania ducha z ciałem. Wszystkie niezbędne ku temu akcesoria znajdziecie właśnie w Zmysły&Co. Prócz naturalnych kosmetyków, sklep pełen jest inspirującej literatury oraz przykładów dobrego designu autorstwa polskich projektantów, jakich nie znajdziecie nigdzie indziej w Katowicach. Co ciekawe, działalność tego miejsca nie kończy się na sprzedaży. Oni chcą stymulować do działania, zarażać wiedzą oraz uświadomić nam, że nawet z pozoru szara codzienność może być pasjonująca. Dlatego co rusz organizują w swojej przestrzeni spotkania i warsztaty. Za niewielkie pieniądze można nauczyć się sztuki kolażu, udoskonalić swoje umiejętności w zakresie ilustrowania mody oraz posiąść tajemną wiedzę, jak samodzielnie przygotować w domu naturalne kosmetyki. Do dzieła!

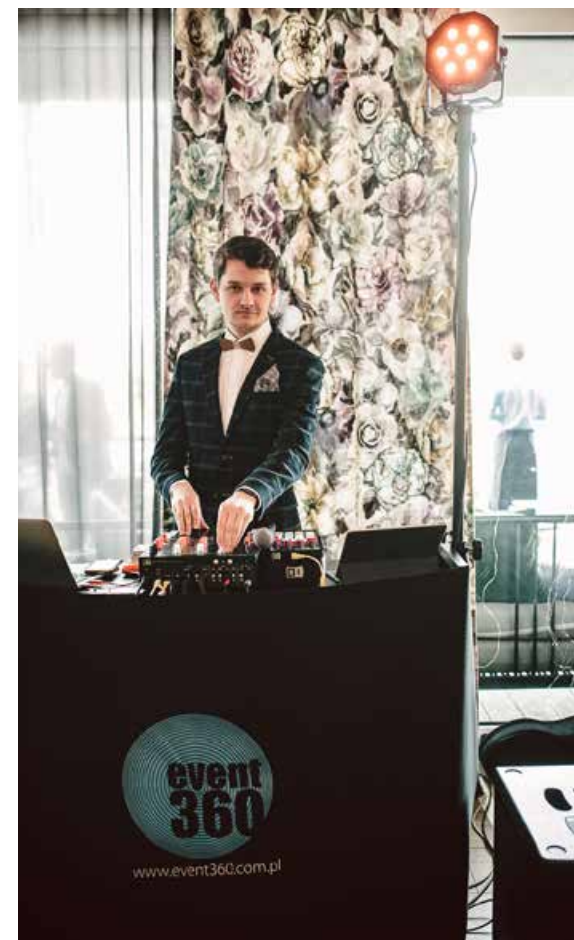
Zmysły&Co. ul. Kościuszki 31 A, Katowice

Umami Wedding Day VI

Kolejne kameralne targi ślubne w restauracji Umami w Pyskowicach miały miejsce 30 marca br. Cel tej imprezy nie zmienia się od lat – restauracja pokazuje swoją ofertę, możliwości, pomysły. Prezentuje zarówno rozwiązania dotyczące menu, jak i te związane z estetyką: nakrycia stołów, dekoracje ogrodu i sali. To bardzo inspirujące wydarzenie, które przyciąga narzeczonej z całego Śląska. Oprócz oferty Umami na targach pojawiają się także inni wystawcy – tak naprawdę tego jednego popołudnia można zaplanować sobie całe wesele, przeglądając propozycje najciekawszych firm na rynku. Zobaczcie, jak pięknie było w Umami tego dnia i poznajcie wystawców. Po targach wiemy już na pewno, że wesela w Umami są smaczne i wyjątkowe, a firmy prezentujące się na targach stanowią idealne uzupełnienie i zapewniają najwyższy poziom!

Wystawcy:

1. Bauaban Fotografia Ślubna
2. Magdalena Krzak Fotografia
3. Ślubnolubne
4. Fotograf Przemysław Szklarski
5. Studio Koliber
6. Mariusz Wawoczny Fotografia Ślubna
7. Klisza
8. Cukiernia Restauracja "Grzybek"
9. Cukiernia Hania
10. Good Cake
11. Zimny Drań
12. Kwiaciarnia by Lawendowa Weranda w CH Platan
13. Kwiat Melanii Wedding
14. Kwiaty w kredensie – pracownia florystyczna
15. SixSilver
16. Love, flowers & wedding
17. Babski Warsztat
18. Hanna Błatoń Make-up artist
19. Cyrulik Śląski
20. Marcin Małyśka Konferansjer/DJ Mercim
21. Minc Showroom bez windy
22. BIZOE
23. Najpiękniejsza gazeta ślubna. The best love story
24. Balance Time – nowoczesna kosmetologia
25. Rozbrykany Tygrysek – animacje dla dzieci
26. Korax – wypożyczalnia samochodów
27. Agencja Dobra Muzyka – obsługa muzyczna i techniczna eventów
28. Manufaktura Cocktails
29. Very Blossom Studio
30. Wytwórnia Wzorów!
31. Atrakcje na imprezy – happyevent24
32. Apartamenty Słowackiego 7



Nowe, zaskakujące Lodowato



– Chcieliśmy, aby nowe wnętrze nie było rewolucją i nadal kojarzyło się z marką, ale jednocześnie dawało powiew świeżości, czegoś nowego i zaskakującego. Brzmi to trochę jak zaprzeczenie, jednak projektanci często muszą mierzyć się z abstrakcyjnymi wytycznymi – wyjaśnia Katarzyna Sąsiadek z kolektywu Musk, odpowiadającego za nowe wnętrze Lodowato w Katowicach, które w marcu rozpoczęło nowy sezon.

Lokal zaprojektowany został tak, aby „wciągać” klientów do wnętrza – widoczny z poziomu ulicy i zapraszający do środka, jednocześnie nieprzysłaniający odbiorców wewnątrz. Głównym motywem stał się gradient kul w postaci grafiki naklejanej na ściany i sufit – od intensywnych kolorów i dużej ilości elementów w strefie sprzedaży, do delikatnych detali i jasnych barw przy wejściu. Dodatkowym punktem centralnym całego wnętrza jest witryna mrożnicza, wykończona małą, czerwoną płytką.

– Przy projektowaniu jednym z problemów okazały się proporcje lokalu – zbyt wysokie pomieszczenie w stosunku do jego metrażu. Dlatego postawiliśmy na dekorację w dużej skali, czyli instalację ze zwieszanych kul, w którą zostało wkomponowane oświetlenie. Dzięki temu zabiegowi lokal wydaje się niższy i przyjemniejszy w odbiorze – tłumaczy Katarzyna Sąsiadek. – Tworząc projekt wnętrza mieliśmy również na uwadze, że całość ma nie tylko „wyglądać”, ale przede wszystkim być wygodna w użytkowaniu. Tutaj na uwagę za-

sługuje menu – umieszczone na drewnianych listwach białe tabliczki, które można swobodnie wymieniać i dostosowywać do aktualnej oferty.

Projektantom zależało na tym, aby wnętrze było spójne, dlatego pozostała część wyposażenia została utrzymana w neutralnej kolorystyce (białe meble, drewniane elementy) i stanowi odpowiednie tło dla intensywnych kolorów dekoracji.



13.04 WIELKI FINAŁ WIOSENNYCH METAMORFOZ SPRING IMPRESSIONS

Przyjdź do salonu **Sunloox**
w Libero Katowice (poziom o) i zobacz
metamorfozy 3 zwycięzców konkursu **SPRING IMPRESSIONS** z **KLATEX** oraz **Olivka Blog**

- Metamorfozy **SPRING IMPRESSIONS** na żywo
- Spotkanie z **KLATEX** i **Olivka Blog**
- Wręczenie **NAGRÓD** dodatkowych (okulary przeciwsłoneczne marki Polaroid)
- **NIESPODZIANKA** dla wszystkich uczestników konkursu

Sprawdź szczegóły na
SUNLOOX LIBERO KATOWICE



KWES- TIONA- RIUSZ PRO- USTA

NA SZÓSTY OGIEŃ IDZIE
MARIUSZ GOLI

Kwestionariusz Prousta to rodzaj popularnej gry towarzyskiej z XIX wieku, która na przestrzeni czasu doczekała się wielu przeróbek. Pomysłodawczynią pytań jest przyjaciółka Prousta, Antoinette Faure, córka François Faure'a, prezydenta Francji w latach 1895-1899. Słynny pisarz odpowiadał na nie kilkakrotnie. Od dawna wiadomo o formularzach wypełnionych przez niego najprawdopodobniej w wieku 13 i 20 lat. Natomiast na początku kwietnia 2018 r. Laurent Coulet, paryski księgarz, odkrył trzeci kwestionariusz, wypełniony przez Prousta w wieku 15 lat. Nosi tytuł „Mes confidences” (z fr. „Moje sekrety” albo „Moje zwierzenia”). My do legendar- nego zestawu dodaliśmy jeszcze kilka pytań o Śląsk.



Kompozytor, gitarzysta, busker urodzony w Poznaniu, mieszka w Katowicach. Gitara pojawiła się w jego życiu, gdy miał piętnaście lat. W 2016 r. został endorserem marki gitarowej Ortega. Jest jednym z najbardziej znanych polskich buskerów. Uliczne koncerty dają Mariuszowi największą satysfakcję, ponieważ ceni sobie bezpośredni kontakt z publicznością. Swoje występy realizuje zarówno podczas buskingu w Polsce jak i w innych krajach Europy i nie tylko. W 2016 r. wydał pierwszy album, zatytułowany "Road Into The Unknown", natomiast wiosną tego roku ukaże się nowy krążek, o nazwie "Orchestra In My Mind". Artystę pasjonuje muzyka filmowa, jak również tworzona do gier wideo. W 2018 r zadebiutował jako kompozytor ścieżki dźwiękowej do filmu "Odnajdę cię" w reżyserii Beaty Dzianowicz. W swoją przyszłość chce wpleść tworzenie muzyki do produkcji filmowych, telewizyjnych oraz gier.

Pytania:

1. Główna cecha mojego charakteru? **Optymizm.**
2. Cechy, których szukam u mężczyzny? **Jest jedna najważniejsza – szczerość.**
3. Cechy, których szukam u kobiety? **Jest jedna najważniejsza – szczerość.**
4. Co najbardziej cenię u przyjaciół? **Ich różnorodne pasje, podziwiam ludzi, którzy bez pamięci poświęcają się swoim zajęciom.**
5. Moja główna wada? **Nadmierna determinacja, zdarza się, że aby zrealizować pomysł, który przyjdzie mi do głowy, spędzam nad nim całą noc. Czasami po prostu nie potrafię odpuścić.**
6. Moje ulubione zajęcie? **Komponowanie muzyki.**
7. Moje marzenie o szczęściu? **Staram się mniej marzyć, a bardziej żyć tu i teraz, cieszyć się każdym dniem, doceniać to, co zostało mi dane.**
8. Co wzbudza we mnie obsesyjny lęk? **Jestem daleki od jakichkolwiek obsesji.**
9. Co byłoby dla mnie największym nieszczęściem? **Nie wiem i nie chcę się dowiedzieć.**
10. Kim lub czym chciałabym być, gdybym nie był tym, kim jestem? **Lotnikiem.**
11. Kiedy kłamię? **Rodzice uczyli mnie, żeby nie kłamać i mimo upływu czasu próbuję się tego trzymać.**
12. Słowa, których nadużywam? **Jestem małowówny, więc raczej nie nadużywam słów, ale milczenia ;)**
13. Ulubieni bohaterowie literaccy? **Egipcjanin Sinuhe.**
14. Ulubieni bohaterowie życia codziennego? **Jerzy Kukuczka.**
15. Czego nie cierpię ponad wszystko? **Dwulicowości.**
16. Dar natury, który chciałbym posiadać? **Skrzydła.**
17. Jak chciałbym umrzeć? **Robi się ponuro, proszę następne pytanie ;)**
18. Obecny stan mojego umysłu? **Pełen pomysłów.**
19. Błędy, które najczęściej wybaczam? **Wszystkie, mylić się jest rzeczą ludzką... ale wybaczać również.**
20. Twoja dewiza? **Niczego nie żałować!**
21. Twoje ulubione miejsce na Śląsku? **NOSPR – naprawdę robi wrażenie!**
22. Stereotyp o Ślązakach, który uznajesz za prawdziwy? **Tradycjoniści. Chopy i baby z zasadami.**
23. Jakie jest twoje ulubione śląskie słowo? **Maszkecić, jedno z pierwszych słów, jakie poznałem po przeprowadzce na Śląsk.**
24. A za którym ze śląskich słów nie przepadasz? **Gwara śląska jest bardzo ciekawa. Póki co nie znam tylu słów, aby móc jakiegoś nie lubić.**

be home

Któregoś dnia w pierwszej połowie marca termometr pokazał siedemnaście stopni. Było słonecznie, bezwietrznie, pięknie. To był jeden z pierwszych takich dni w tym roku. Pachniało wiosną. Kiedy więc dotarłem do restauracji na obiad, nie wahałem się ani chwili, by usiąść na zewnątrz w na szybko zaaranżowanym przez gospodarzy ogródku. Przy stolikach obok siedzieli już jacyś goście. Zamówiłem danie i rozsiadłem się wygodnie.

W pewnym momencie dobiegł do mnie dźwięk jakby strumyka albo fontanny ogrodowej. Znam ten lokal już jakiś czas i nigdy nie zauważyłem tam czegoś podobnego. Zacząłem się więc rozglądać i wtedy znad niewielkiej tui wyrosła głowa chłopca około pięcioletniego, który był i źródłem i fontanną... Po wszystkim, jego – tak wywnioskowałem – mama spojrzała lekko zdziwiona na koleżankę: „On się załatwił?”. „Tak” – padła odpowiedź. „Aha”. Panie wróciły do rozmowy, inni do jedzenia, ja do czekania.

Z tej historii najbardziej zastanawia mnie jedna rzecz. Dlaczego ten chłopiec, w pewnym sensie już dość samodzielny, nie wpadł na pomysł, że trzeba pójść do toalety? Dlaczego załatwił się tuż obok stolika, przy którym siedziała jego mama? Obok stolików zajętych przez innych gości. Czy kiedy bawi się w przydomowym ogrodzie, też załatwia się pod drzewem, zamiast pójść do łazienki? Dlaczego jego mama nie zareagowała?

Od czasu do czasu każdemu z nas zdarzają się rozmowy o dzieciach w restauracji. W takich dyskusjach i sporach pada czasem argument, że należy przychodzić z dziećmi do restauracji, ponieważ gdzieś muszą się nauczyć, jak się w takim miejscu zachować. Mnie to nie przekonuje. Wierzę w drogę środka i w to, że można gościć w restauracji te dzieci, które już znają podstawy i teraz zgłębiają szczegóły. Pięć zachowania chłopca, o którym dziś piszę jednak drasnęła córkę czyjegoś nosa.

Mówimy o skrajnej sytuacji, choć nierzadkiej. Byłem świadkiem takiej sceny nie po raz pierwszy.

Moi znajomi uczestniczyli w podobnych historiach. Choć ten przypadek to jakaś skrajność, coraz częściej mam ostatnio wrażenie, że zapomnieliśmy już, iż dom powinien być pierwszym i najważniejszym miejscem, w którym dzieci uczą się podstaw funkcjonowania we wspólnocie, w społeczeństwie. Dopiero później jest szkoła, praca, inni ludzie. Stawianie wymagań w tej mierze komukolwiek innemu jest zwykłym zrzucaniem z siebie odpowiedzialności.

Na koniec zastanówmy się, jak rozumiemy takie obieguje prawdy, jak: „My home is my castle” albo „Wolność Tomku w swoim domku”. Dom nie jest miejscem, w którym można porzucić wszystkie formy i normy. To mit. Tutaj też czasem warto sięgnąć do stołu w czymś nieco bardziej eleganckim od zmechaczonego dresu i to zdecydowanie częściej niż raz w roku w Wigilię. Warto jeść udka z kurczaka nożem i widelcem, a nie palcami. Podać kawę w filiżance, a nie zawsze w kubku. Inaczej Jan nie będzie umieć, bo Jaś nie miał gdzie się nauczyć. Inaczej między ludźmi będziemy się zawsze zachowywać jak u siebie w domu... —



Wojciech S. Woźniak

Zawodowy konferansjer (występował w 10 krajach na 4 kontynentach). W 2017 roku jego nazwisko pojawiło się w rankingu „Najlepsi prowadzący eventy” magazynu PRESS. Popularyzator wiedzy z savoir-vivre'u, etykiety w biznesie i dress code'u. Autor książek „Savoir-vivre, czyli jak ułatwić sobie życie” oraz „Etykieta w biznesie, czyli jak ułatwić sobie życie w pracy”. Autor filmowych poradników, które można oglądać na jego kanale w serwisie Youtube (Wojciech S. Woźniak). Częsty gość programów telewizyjnych i radiowych.



SMAC | LUDZIE | PRZESTRZEŃ

ZATRZYMAJ SIĘ W

PLADO

RESTAURACJA

GARAŻ

Mój tata miał garaż. To znaczy mieliśmy go wszyscy, ale tylko tata do niego chodził. Mama nie lubiła, jak tata chodził do garażu, bo albo wracał pijany albo pijany w ciul. Ja za to zawsze chciałem, żeby tata mnie wziął ze sobą. On tam na pewno pracował z naukowcami z NASA. Raz przyniósł grilla z bębna z pralki i można było w końcu po ludzku grillować na balkonie... i parzyć, jak sąsiedzi w popłochu ściągają pranie z balkonów. Raz zrobił prostownik do ładowania akumulatora z farelki i kabli od koca elektrycznego. Tylko nie można było go dotykać, bo kopało 220 V... i jak się go włączało pierwszy raz, to wywalało korki w całej klatce. Gdy sąsiedzi widzieli mojego ojca wracającego z roboty z akumulatorem pod pachą, to od razu gasili światło. Kiedyś niechcący szturchnąłem akumulator, który się ładował, a że koreczki były odkręcone, to kwas się wyłał i uszkodził nam podłogę w łazience. A mieliśmy tam położone piękne, włoskie... linoleum.

W końcu nadszedł ten dzień, że tata wziął mnie do garażu – byłem przeschęśliwy! Ależ tam było cudownie, ile przygód, ile możliwości! Jak w Centrum Kopernika. Nawet znalazłem śrubokręt i mogłem pomagać tacie, który z kolegą lakierował jakąś część, przy zamkniętych drzwiach. Ja się bawiłem i wdy-

chałem opary – nie byłem tak zaprawiony w bojach jak tata. W końcu młodziutki organizm nie wytrzymał narkotycznych cech lotnego rozpuszczalnika i się najzwyczajniej w świecie naćpałem. Nie wiedziałem, co mi jest – bo skąd dziesięciolecie ma wiedzieć jak to jest na haju? Aż takiej patologii w rodzinie nie było. Zrobiło mi się niedobrze, zawołałem tatę, który w swej ojcowskiej miłości powiedział: „Coś ty, idioto, zrobił?” Musiał mnie zaprowadzić do domu. Niezadowolony, że nie polakierował wszystkich części.

Matka mnie w domu zobaczyła – nawrzeszczała na nas obu. Mnie wygoniła spać. Ale ja zasypiałem szczęśliwy. Po pierwsze, bo byłem w tajemniczym garażu i przekonałem się, że tam jest jak w NASA. Po drugie poznałem największy sekret garażu mojego ojca... myśmy nigdy nie mieli samochodu!

A matka do dzisiaj nie wie.

AVE! —



Bartosz Gajda

Wybitna osobowość, gwiazda estrady, jeden z najlepszych komików na świecie. Połączenie najzabawniejszych cech Zbigniewa Buczkowskiego i Gerarda Depardieu. Gwiazda estrady. Na co dzień występuje w wysmienitym kabarecie Łowcy.B, z którym co roku dostaje kilkadziesiąt nagród na przeglądach i festiwalach. Ogrom jego talentu można docenić, oglądając kanał na YouTube „50 Twarzy Gajdy”, mający ponad 20 mln subskrybentów, a poszczególne filmiki po kilkanaście (słownie kilkadziesiąt) miliardów wyświetleń. Gwiazda estrady. Bilety na jego stand up wyprzedają się za bezcen, a przed każdym występem zjawiają się koniki, oferujący bilety po cenie kilkakrotnie wyższej od tych sklepowych. Doceniony przez najznamienitszych reżyserów, prawdziwa gwiazda estrady, szarmancki, oszałamiająco utalentowany. Gwiazda estrady. Gdzie się nie pojawi, zaraz obok niego zbiera się tłum ludzi, by posłuchać, co ma do powiedzenia. Jego perlisty śmiech przeszedł do legendy, a lotność żartu nie przestaje zadziwiać. Kto go zna, ten wie, że można go było zobaczyć w wielu amerykańskich filmach. Gwiazda estrady. Któż nie pamięta jego ról w „Ace Ventura” czy „Gliniarz z Beverly Hills”? Nie bójmy się tych słów: Polskę ogarnęła Gajdomania. Pozdrawiam – Bartosz Gajda. Sam to pisałem.



Poczuj Umami...



Restauracja UMAMI
Pyskowice, ul. Sikorskiego 46
+48 32 333 22 46, +48 662 267 070
www.restauracjaumami.pl



DOM BEZ ŚMIECI CZYLI O FILO- ZOFII ZERO WASTE.



Stoję w kolejce w naszym markecie niemieckim albo portugalskim. Przede mną elegancki pan i jego zakupy: jedna cytryna w foliowej torebce, dwa avocado takż, dwie marchewki jak wyżej, nawet jogurty (i tak w plastiku) zapakował w osobną siateczkę. “I jeszcze reklamóweczkę poproszę” – mówi do kasjerki. A ja oczyma wyobraźni widzę jak te jego reklamóweczki i siateczki zasilają wielką pacyficzną plamę śmieci, jak zjadają je wieloryby albo ptaki. I jak wracają do nas w postaci mikroplastiku w pożywieniu. I myślę brzydkie słowa pod adresem pana.

Ziemia tonie w plastiku. Nikt już nie próbuje zaprzeczać, że jest źle. Nie mamy planety B, więc racjonalnie myśląc, powinniśmy coś z tym zrobić. Wyda-

je się jednak, że w obliczu utraty pewnej części wygody racjonalne myślenie się wyłącza. Bo skoro nadal sprzedawane są przy kasie “reklamóweczki”, to znaczy, że nawet banalne noszenie ze sobą wielorazowej torby na zakupy przekracza nasze możliwości.

W odpowiedzi na wielki śmieciowy problem pojawiają się ruchy oddolne w duchu idei zero waste. Oczywiście zero jest tu umowne, bo nie sposób nie produkować odpadów wcale, jednak można znacząco je ograniczyć. Jako pierwsza w 2008 roku zaczęła o tym pisać Amerykanka francuskiego pochodzenia Bea Johnson na blogu zerowastehome.com, a następnie w przetłumaczonej już na 60 języków książce “Zero Waste Home” (polski tytuł brzmi: “Pokochaj swój dom”). Jej

czteruosobowa rodzina produkuje rocznie jeden stoik odpadów nienadających się do recyklingu. Udaje im się to osiągnąć dzięki stosowaniu się do stworzonej przez Beę reguły 5xR: Refuse, Reduce, Reuse, Recycle, Rot (Odmawiaj, Ograniczaj, Używaj wielokrotnie/Kupuj używane, Oddaj do recyklingu, Kompostuj). W książce, na blogu i w filmach Bea szczegółowo opowiada o praktycznym zastosowaniu tej reguły w codziennym życiu. W dużej mierze opiera się ono na rezygnacji z wielu rzeczy tak bardzo dla nas oczywistych, jak: pakowana w plastik żywność, wszystkie przedmioty jednorazowe, czy kosmetyki w tradycyjnych opakowaniach. Zamiast tego: kupowanie produktów na wagę do własnych opakowań (np. słoików), używanie tylko wielorazowych naczyń i szućców, wytwarzanie kosmetyków i środków do sprzątania.

W relacji autorki nie jest to wcale trudne do osiągnięcia: wystarczy dobre planowanie. Moim zdaniem potrzeba jeszcze ogromnej samodyscypliny, aby nie dać się pokusom konsumpcjonizmu i wszechobecnej, atakującej z każdej strony reklamy. Przyda się też sporo asertywności w kontakcie z otoczeniem, np. zdziwionymi sprzedawcami w sklepach, niechętnie patrzącymi na własne pojemniki. Ważne w tym kontekście jest to, co Bea nazywa “głosowaniem portfelem” – jeśli w danym sklepie sprzedawca nie chce zrealizować twojej prośby, idziesz do innego – takiego, który zechce. Przy dużej skali tego typu działania, rynek wymusi zmiany na opornych.

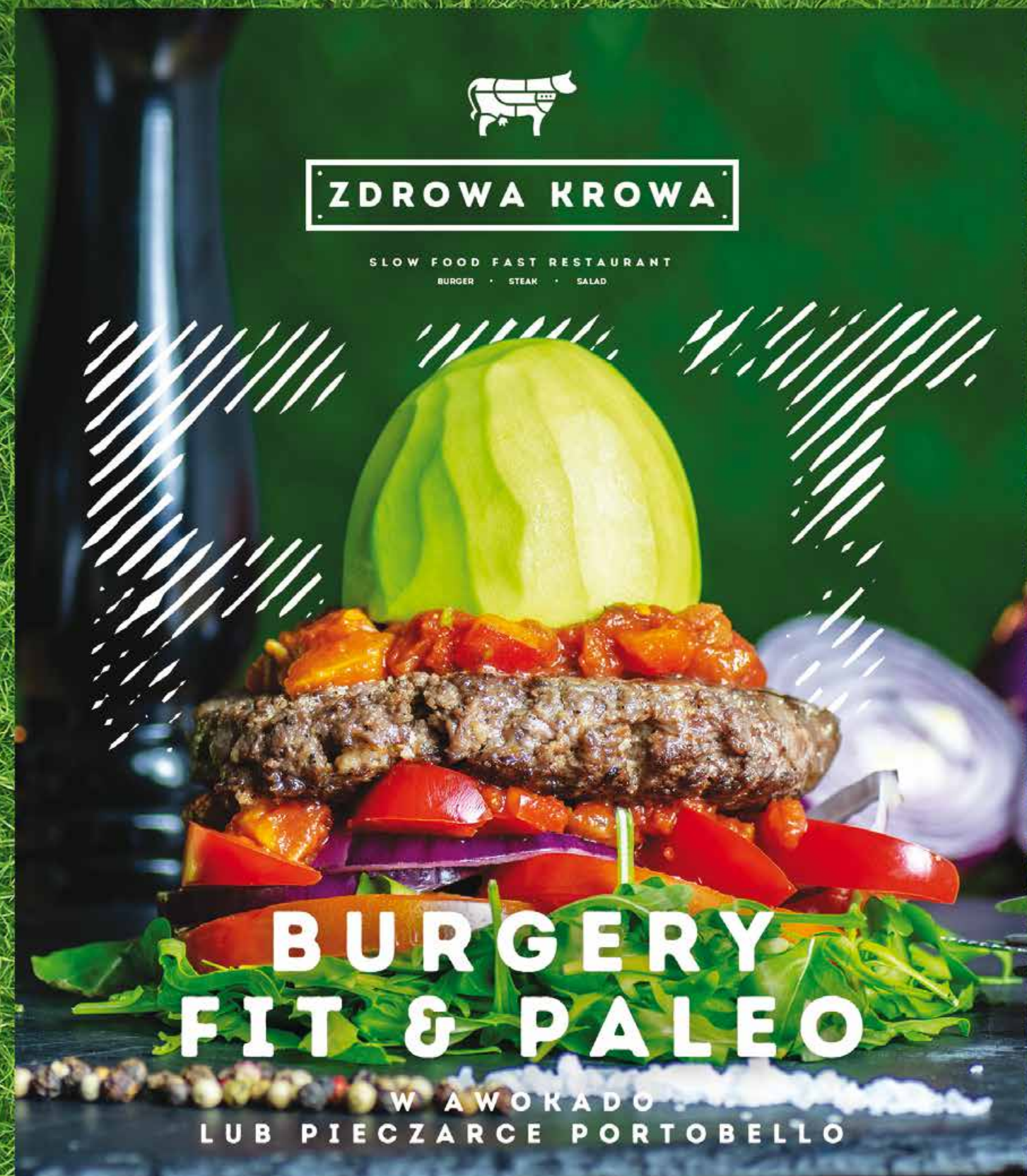
Dla mnie duży wizerunkowy plus bezśmieciowego życia to estetyka otoczenia. Dom Bei, który możemy zobaczyć w filmie, jest bardzo prosty i minimalistyczny. Nie ma tam żadnych zbędnych przedmiotów, kolorowych opakowań przetworzonych produktów spożywczych, czy brzydkich butelek z szamponami na brzegu wanny. Rezygnując z nadmiernej konsumpcji, jej rodzina stawia na jakość produktów i rzeczy, jakimi się otacza, a także na przeżycia i doświadczenia, zamiast chwilowej radości kupowania. Przysnam, że oglądam jej filmy w charakterze motywatorów, kiedy mój zapał do zmian w kierunku życia zero waste słabnie.

Przez lata pisania i mówienia na ten temat Bea Johnson stała się światową ikoną ruchu zero waste i walki o czystą planetę. Jeździ po całym świecie z prelekcjami, nagrań z jej wystąpień można posłuchać w ramach TEDx czy Talks at Google. Pojawiła się liczna rzesza jej naśladowców w wielu krajach.

Na polskim rynku wydawniczym i internetowym temat również istnieje, gdyby komuś wydawały się mało wiarygodne kalifornijskie realia, pokazywane przez Beę. Najbardziej reprezentatywny będzie tu chyba blog “Ograniczam się” oraz książka “Życie zero

waste. Żyj bez śmieci i żyj lepiej”, oba autorstwa Katarzyny Wągrowskiej. Czytając i słuchając o dokonaniach Kasi oraz jej rodziny w obszarze redukcji odpadów, zdecydowanie tracimy argument, że w słonecznej Kalifornii to można wszystko, a u nas się nie da, bo jest zimno i pada. Zarówno w książce, jak i na blogu, znajdziecie mnóstwo praktycznych porad dotyczących każdej dziedziny życia, np. przepisy na domowe środki do sprzątania, własnoręcznie wykonane kosmetyki czy na dania z lodówkowych resztek, a nawet obszerną analizę różnych rodzajów domowych kompostowników. Przy okazji budująca jest płynąca z książki Kasi pewność, że autorka to człowiek z krwi i kości, miewa spektakularne sukcesy, ale też porażki, o których nie wstydzi się mówić otwarcie.

Wracając do pana z siateczkami: mając świadomość, jak wielkim problemem są śmieci, nie można nie wściekać się na bezmyślność ludzką. A tymczasem to nie do końca wina tylko tych panów (i pań). Oczywiście, świadomość ekologiczna jest zerowa u takich osobników, ale plastik atakuje nas systemowo, z każdej strony i na każdym zakupach. Nawet jednostka doskonale wiedząca, gdzie ten plastikowy kubeczek po jogurcie skończy, ma do wyboru: kupić w plastiku albo nie kupić wcale. Jeśli jesteś jak Bea Johnson, to po prostu nie kupisz i “zagłosujesz portfelem” na “nie”. Poszukasz sklepu, w którym można kupić jogurt w zwrotnej szklanej butelce (są takie!), albo zrobisz go samodzielnie. O ile oczywiście dostaniesz gdzieś mleko w zwrotnej butelce lub masz mlekomat w pobliżu. I tak z każdym produktem. Konieczne są systemowe rozwiązania: brak wszechobecnych “foliówek”, rezygnacja z jednorazowości oraz kaucje na inne niż butelki po piwie opakowania. A że rozwiązań systemowych w naszym kraju nie widać, to pozostają nam działania oddolne: kupowanie tylko tam, gdzie jest możliwe pakowanie do własnego pojemnika, bojkotowanie sklepów, które to uniemożliwiają, słowem: zero waste’owa partyzantka. Szczerze zachęcam, to świetna przygoda i dużo satysfakcji z oszukiwania plastikowego systemu. —



ZDROWA KROWA

SLOW FOOD FAST RESTAURANT
BURGER • STEAK • SALAD

**BURGERY
FIT & PALEO**

W AWOKADO
LUB PIECZARCE PORTOBELLO

**KATOWICE MARIACKA • KATOWICE JANKEGO • KATOWICE MUCHOWIEC
GLIWICE • RYBNIK • OPOLE • WARSZAWA • WROCŁAW**

WWW.ZDROWAKROWA.COM

Instagram Facebook YouTube

HOMEMMA- DE CZEKO- LADA

DLACZEGO CZEKOLADA JEST TAKA WYJĄTKOWA? Z WIELU WZGLĘDÓW. MIĘDZY INNYMI DLATEGO, ŻE... NIE MOŻNA JEJ SAMEMU ZROBIĆ W DOMU. CZYŻBY? CÓŻ, POSTANOWIŁAM ROZPRAWIĆ SIĘ Z TYM STWIERDZENIEM. JAK MI POSZŁO? PRZECZYTAJCIE, BO TO DOŚĆ SKOMPLIKOWANA HISTORIA...



Idealne ciasto z kolorowego magazynu budzi zachwyt. Ale nie wywołuje takiego ślinotoku, jak ciasto domowe. Być może jest ono mniej kształtne. I za bardzo zrumienione (ba, spalone!) przy jednej krawędzi. Ale jednak już od progu powala samym zapachem. W końcu to zapach własnoręcznie upieczonego sernika buduje dom bardziej, niż cegły, z których jest zrobiony. Przyzwyczaiłam się do myśli, że prawdziwy dom to ten, gdzie królują swojskie obiady, przetwory i wypieki. Przyzwyczaiłam się do tego stopnia, że w pewnym momencie zaczęło mi przeszkadzać to, iż nigdy jeszcze nie stworzyłam domowej... czekolady! W końcu robiłam już

domowy hummus, bezy, majonez, karmel. To pora i na mój najbardziej ulubiony rarytas z ziarna kakaowego.

Było tylko jedno "ale", które powstrzymało mnie od natychmiastowego przystąpienia do otwarcia małej fabryki czekolady. Wszyscy eksperci od tego przysmaku głosili tę samą smutną nowinę: nie da się go wyprodukować, ot tak w warunkach domowych. Hm. Czyżby?

W końcu chleb da się upiec w piekarniku, albo uwędzić szynkę w domowej wędzarni. Nie wspomnę o rzodkiewkach z własnego ogródka. To czemu niby nie można by zrobić czekolady w domu?! No wła-



śnie. A jeśli to możliwe? Może te wszystkie teorie to tylko bujdy po to, by uczynić czekoladę produktem bardziej niedostępnym, a przez to ekskluzywnym?

Cóż, dziennikarką śledczą nie jestem, ale postanowiłam na poważnie zgłębić temat. Innymi słowy, zdobyć surowce oraz sprzęt i zrobić własną, DOMOWĄ czekoladę w mojej kuchni.

I od razu zaczęły się schody... O ile wystarczy drabina, by zerwać jabłka na szarlotkę, o tyle do zebrania plonu z kakaowca nie pomogą i trzy drabiny. Tak się bowiem składa, że drzewa kakaowe bardzo nie lubią naszej polskiej aury. Zatem zdobycie ziarna kakaowego to nie taka oczywista sprawa, jak kupno worka mąki. Co prawda, jako produkt superfood, można je znaleźć w woreczkach w sklepach ze zdrową żywnością, ale trzeba wydać sporą sumkę, by wytworzyć choćby jedną tabliczkę. A gdzie koszt produkcji? Phi, tym akurat nie miałam zamiaru się przejmować. W końcu robię to z miłości do czekolady. Tylko czy miłość powinna mieć aż tak gorzki smak?

Kolejny cios spotkał mnie tuż po przyjeździe z workiem kakao do domu. Jak mówiła instrukcja, ziarna należało uprażyć i zmielić. Niestety, kiedy włożyłam je do mojego blendera, sprzęt umarł śmiercią tragiczną (spodziewaliście się, że czekolada może zabić?!). A wraz z nim została pogrzebana moja nadzieja na domową czekoladę. Kakaowiec jest tak twardy, że nawet jeśli blender wygląda jak kuchenny kombajn i stworzy z ziarenek aromatyczną papkę, przypominającą w kolorze i konsystencji pośnigowe błoto, nie pozbędziemy się tak łatwo uczucia ziarnistości. Potrzebny byłby

jakiś kamienny walec... Taki jak choćby – eureka! – móżdziej! Jednak najlepsze rozwiązania zawsze leżą tuż obok. Pełna satysfakcji zaczęłam rozcierać wstępnie zmielone ziarenka. Wkrótce, tj. po upływie jakiś 15 min, na mojej skórze pojawiły się drobinki potu, w mięśniach ból, a na moim języku zaś steki brzydkich słów. Ziarenko pozostawało ziarenkiem, a nie płynną masą, którą obserwowałam w odwiedzanych przeze mnie fabrykach czekolady... Cóż, coś w tym musi być, że przyzwoita czekolada powstaje aż trzy dni!

Szybko oszacowałam niewspółmierność moich sił do zamiarów i... poddałam się. Bez maszyny do konszowania (czyt. robienia czekolady) nic tu nie działam. Zrozumiałam, że PRL-owski blok czekoladowy, który miał zastępować niegdyś prawdziwą czekoladę, wcale nie był takim złym pomysłem, jak mogłoby się wydawać. I już miałam ruszyć w stronę sklepu spożywczego celem zakupu kostki dobrego masła oraz mleka w proszku, by takowy stworzyć, gdy oto zdarzył się... cud!

Nigdzie nie mogłam zdobyć maszyny do robienia czekolady. Ale to ona znalazła mnie. Dosłownie! Zadzwonił mój znajomy, czy przypadkiem nie miała-

bym ochoty wypróbować pewnego sprzętu, który właśnie wprowadza na rynek i jest to... maszyna do domowej produkcji czekolady! Moja początkowa nieufność szybko rozperszchła się na myśl o tym, że jednak uda mi się dokonać niewyobrażalnego.

Maszyna zawierała to, czego brakowało blenderowi. Zamiast ostrzy miała dwa kamienne walce, obracające się i gniotące ziarno kakao nieprzerwanie przez trzy doby. Prawdziwy luksus! I znów był tylko jeden szkopał. Kamienne walce to jednak kamienne walce, toteż wydają sobie właściwy odgłos, który już po kilku godzinach staje się hałasem. A w nocy wręcz rumorem nie do zniesienia. Także dla sąsiadów zza ściany. Ups. Cóż, rodzeniu zawsze towarzyszą bóle... Dopiero efekt końcowy i związany z nimi wybuch oksytocyny jest w stanie zrekompensować to cierpienie. Owszem – widok płynnego złota, czyli głęboko brązowej aksamitnej masy, przelewającej się między wałcami i absolutnie rozkoszny zapach najprawdziwszej czekolady spowodował, że zapomniałam o nieprzespanych nockach.

Tak się również złożyło, że zapomniałam, iż nie posiadam w domu temperówki. Nie, nie ostrzałki do kredek (tę akurat mam!), tylko podobnie nazywającej się maszyny do temperowania czekolady. W skrócie mówiąc, proces ten jest tym, czym lakierowanie dla samochodów. Można się bez niego obejść, jednak czekolada nie będzie ani tak ładnie błyszczeć, ani tak szlachetnie się łamać. Nie pozostawało mi nic innego, jak zatemperować ją ręcznie. Bez wieloletniego doświadczenia w branży cukierniczej jest to tak trudne i równie nieprzewidywalne jak żonglowanie. Na tym etapie nie mogłam jednak już się wycofać.

Wylałam tabliczki do foremek. Porobiłam zdjęcia. I wtedy (przy zlizywaniu resztek) okazało się dopiero najgorsze. Żle odmierzyłam cukier! Dałam go stanowczo za mało... Ale to było też najlepsze podsumowanie lekcji robienia czekolady w domowych warunkach. To bardzo, bardzo trudna sztuka.

Podsumowując: by wyprodukować kilka niezbyt udanych tabliczek, przemierzyłam kilkadziesiąt kilometrów, nabawiłam się bąbli na dłoniach przy ręcznym ucieraniu kilkuset uprażonych ziaren, nie spałam trzy noce, ubrudziłam pół mieszkania czekoladą i dowiodłam jednego. Można w domu wyprodukować czekoladę. Ale czy na pewno warto? Chyba tylko po to, by jeszcze bardziej docenić ten słodki cud! Ja już nigdy nie spojrzę na tabliczkę czekolady w ten sam sposób. I dzięki temu doświadczeniu zmieniłam również swoje porzekadło. Od teraz wiem, że prawdziwy dom to nie ten, gdzie przygotowuje się jedzenie z miłością. Ale gdzie się je zjada z miłością. —



ELEGANCJA JEST DLA KAŻDEGO I NIE MUSI ONIEŚMIELAĆ

– Nie lubię trendów i chociaż wiem, co jest „na tapecie”, nie sugeruję się tym. Po co zajmować się czymś, co zaraz przeminie bez większego znaczenia dla kultury i sztuki. Jest jakaś magia w klasyce, bo co chwilę wraca w nowym wydaniu – mówi w rozmowie z nami Malwina Wilczek, założycielka katowickiej pracowni Mala & Co., specjalizującej się w tworzeniu luksusowych przestrzeni prywatnych oraz publicznych. Każdy dom to inna opowieść złożona z wyobrażeń często wielu członków rodziny. Jako architektka wewnątrz spaja wszystkie te fantazje w spójną całość, nadając im wspólny mianownik, formę i kształt. Dlatego przy projektowaniu zwraca uwagę właśnie na formę, fakturę, barwy i zapach. Poznaje potrzeby klientów, ale także ich emocje.

– Dom to rzecz święta i warto, aby był skrojony na miarę naszych potrzeb – dodaje.

Dom to dla mnie...

Miejsce, za którym się tęskni. Przestrzeń, która ma być bezpieczna i przyjazna.

Jaki projekt teraz Pani przygotowuje?

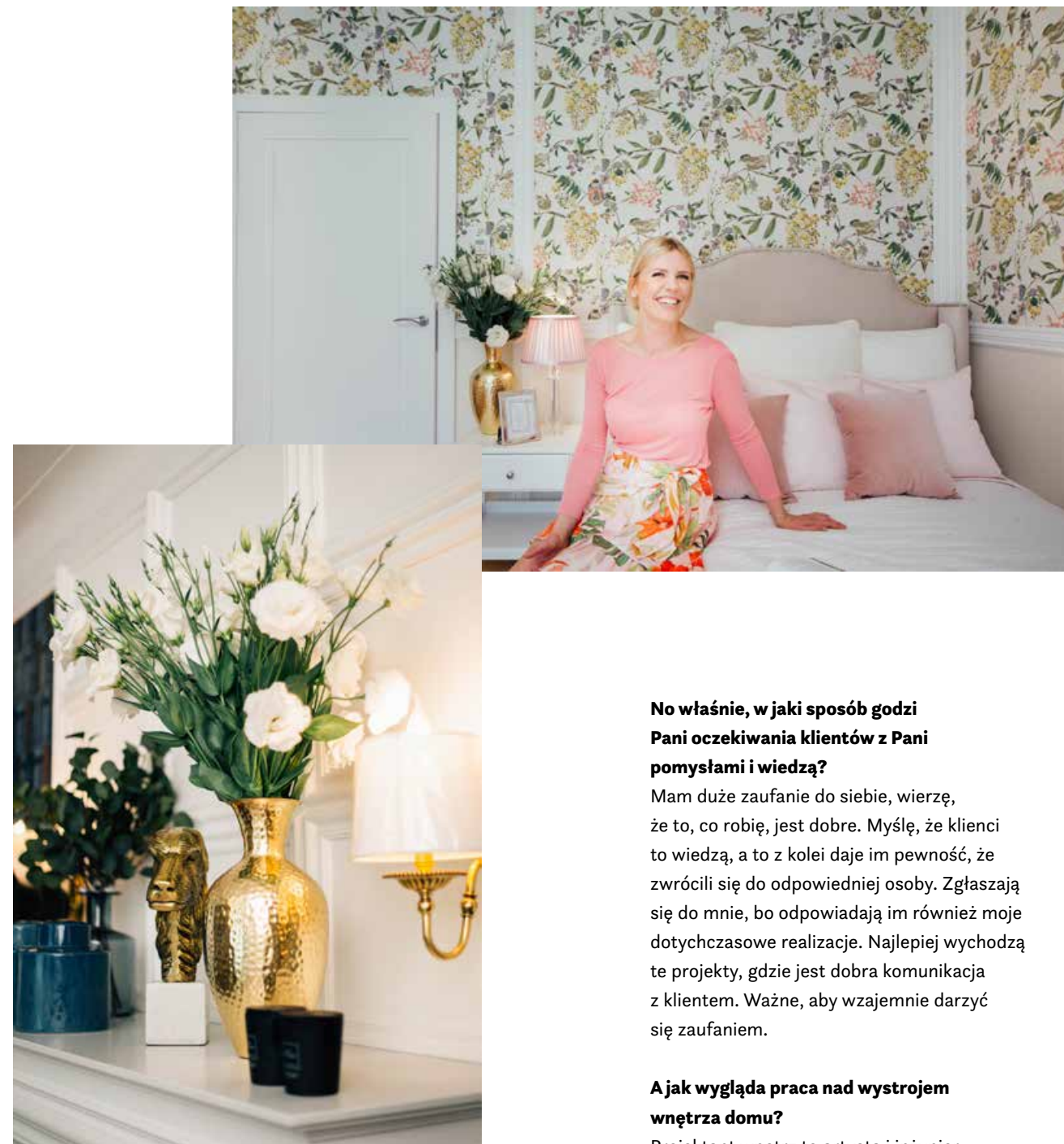
Obecnie pracuję nad kilkoma. Piękny biały dom w górach, gdzie będzie dużo sztukaterii, tapet oraz odpowiednich dodatków. Bardzo klasyczny, przytulny z dużą ilością światła. Jest jeszcze dom w okolicy Katowic, i kilka mieszkań w Katowicach oraz w Krakowie.

A Pani pierwsze zlecenie?

Równolegle toczyła się realizacja dwóch projektów. Pierwszy z nich to dom w angielskim stylu, projekt całkowicie według mojego pomysłu, odzwierciedlający potrzeby klientów. Drugi – „ulepiony” z różnych wizji inwestorów, którym brakowało wspólnego mianownika. Do dzisiaj z wielkim zadowoleniem myślę o tym pierwszym projekcie. Powstał kilka ładnych lat temu, a nadal jestem z niego dumna i wdzięczna inwestorom za tak duże

zaufanie, którym mnie obdarzyli.

Dać młodemu projektantowi dużo swobody w czasie tworzenia, to dla niego wielka wartość. Dać mu środki na realizację pomysłu, to duży kredyt zaufania. Drugi z projektów, jak już wspominałam, był bardziej wizją klientów niż moją. Myślę, że gdyby wtedy udało mi się przekonać ich do moich racji, dzisiaj żyliby w nieco ciekawszej przestrzeni. To doświadczenie nauczyło mnie, że warto wierzyć w siebie, we własne pomysły, rozwiązania.



No właśnie, w jaki sposób godzi Pani oczekiwania klientów z Pani pomysłami i wiedzą?

Mam duże zaufanie do siebie, wierzę, że to, co robię, jest dobre. Myślę, że klienci to wiedzą, a to z kolei daje im pewność, że zwrócili się do odpowiedniej osoby. Zgłaszają się do mnie, bo odpowiadają im również moje dotychczasowe realizacje. Najlepiej wychodzą te projekty, gdzie jest dobra komunikacja z klientem. Ważne, aby wzajemnie darzyć się zaufaniem.

A jak wygląda praca nad wystrojem wnętrza domu?

Projektant wewnątrz to artysta i inżynier w jednym. Żeby powstało piękne wnętrze, trzeba mieć artystyczną duszę, wenę do tworzenia. Nie da się usiąść i rysować. Trzeba mieć też dużo cierpliwości i techniczne zacięcie, co bardzo przydaje się na budowie. Praca zaczyna się od rysowania. Elektryka, rzuty, przekroje, wizualizacja. Dużo pracy



przy komputerze. Analizowanie najlepszych rozwiązań, konsultacje z klientem. Później projekt wchodzi w fazę realizacji. Są to: zakupy z klientami, organizowanie pracy fachowców na budowie, oraz nadzór nad postępami.

Najfajniejsza część Pani pracy to?

Bez wątplenia wizyty w ukończonych już domach klientów. Dla mnie to ogromna przyjemność. Sama odnajduję detale, które przykuwają mój wzrok. Poza tym lubię też to, że do każdego z tych wnętrz wchodzi się jak do innej bajki. Lubię te podróże do tak różnych światów, bo każdy dom, to inna historia. Wnętrze powinno być miejscem, które odzwierciedla jego mieszkańców, ich codzienne życie. Myślę, że ciekawi klienci to początek świetnych projektów.



Teraz może troszkę o trendach. Co obecnie króluje w architekturze wnętrz?

Jest dużo nowoczesności, dla mnie nieco za dużo takiej oklepanej, nieprzemyślanej i bez charakteru. Żyjemy w czasach, kiedy mamy dostęp do ogromnej różnorodności, a czasem oglądając projekty, zastanawiam się, czy to ten sam co poprzednio, czy może jednak inny. Nie chcę generalizować, bo są i genialne wnętrza, w których sama chciałabym mieszkać. Panuje moda na styl nowojorski, niektórzy łączą go z glamour. Nadal dużo jest wnętrz z użyciem niskobudżetowych materiałów (palet, szpul po kablach, czy skrzynek). Szczerze mówiąc, nie podoba mi się to pytanie. Nie lubię trendów i chociaż wiem, co jest „na tapecie”, nie sugeruję się tym. Po co zajmować się czymś, co zaraz przeminie bez większego znaczenia dla kultury i sztuki. Jest jakaś magia w klasyce, bo co chwilę wraca w nowym wydaniu. Takie hity minionych lat z nutką nowoczesności.

A co najbardziej podoba się Ślęzakom?

Myślę, że nie można generalizować. Zarówno na Śląsku, w woj. mazowieckim, jak i w Małopolsce są fani nowoczesności oraz klasyki. Pracuję głównie z ludźmi, dla których ważna jest ponadczasowość i elegancja.



Którzy chcą mieć wnętrza, w jakich odnajdą się za kilka lat. Często zaczynając pracę słyszę od klientów, że „dorośli” już do takich wnętrz, jakie im proponuję. Fajne jest to, że z tym, co lubimy, również przechodzimy jakąś drogę. Nasze gusta ewoluują. Do takiego domu trzeba wejść, żeby zrozumieć jego wyjątkowość i ciepło, które w nim panuje. Elegancja jest dla każdego i nie musi onieśmielać. Może być bardzo przytulna. Chyba nie chciałabym sugerować się tym, co podoba się Ślęzakom, ale raczej rozwijać świadomość proponowanych przeze mnie rozwiązań i pomysłów, mojej pracy, w której zresztą i ja również stale się rozwijam i odnajduję coś nowego.



W jakim stylu zaprojektowała

Pani swoje mieszkanie?

Pierwsze mieszkanie to zdecydowany klimat Hampton. Dużo światła, jasnych kolorów. Znalazło się też kilka ciemnych akcentów jak czekoladowa podłoga i np. piękne czarne biurko, które powędruje ze mną dalej. Lubię tkaniny i różnorodne faktury, dające wnętrzu dużo przytulności. Mieszkanie, pomimo tego, że kolorem dominującym był błękit, pięknie pracowało w zależności od tego, jakie dodatki się w nim znalazły. Aktualnie jestem przy urządzaniu kolejnego, na które miałam już mnóstwo pomysłów. Najtrudniej jednak urządza się dla siebie i sama jestem ciekawa, co finalnie z tego całego zamieszania wyniknie. Jedyne pewne pomieszczenie jak na razie, to łazienka. Lubię współczesną elegancję, jasne kolory, marmur. Nie jestem fanką elementów glamour, tak więc takich na pewno w moim domu nie będzie. Dużo klasyki ze sznytem nowoczesności.

W Pani portfolio oprócz większych projektów jak domy, biura, czy restauracje, są też małe przestrzenie np. mieszkanie 36 m². Jakie ma Pani pomysły na aranżacje takich miejsc?

Ważne jest to, czego w małej przestrzeni potrzebuje inwestor. Dla jednego to tylko przestrzeń do odpoczynku, drugi musi połączyć biuro z miejscem do życia, a kobiecie przydałaby się jeszcze duża garderoba. Zauważam, że ludzie, kupując pierwsze mieszkania, myślą często już o trochę większych metrażach, tak na przyszłość. Dla każdego ważne jest, aby chociaż sypialnia stanowiła odrębne pomieszczenie. Popieram to, bo uważam, że nie powinno się pracować, spędzać wolnego czasu i spać w jednym pokoju. Wracając do pytania, przestrzeń projektuje się jak każdą inną, z tym że wszystkie funkcje, na które w dużym domu możemy wygospodarować odrębne pomieszczenia, musimy umieścić na niewielkim metrażu. W takich małych mieszkaniach powstaje najwięcej koncepcji funkcjonalnych, tak aby finalnie z wszystkich rozwiązań wybrać najwygodniejsze dla inwestorów. Dopiero



kiedy zdefiniuje się, jaka rola przypadnie na każdy metr mieszkania, można ubierać je w kolory, faktury i formy.

Wyobrażam sobie, że Pani praca często musi polegać na godzeniu praktyczności i wygody z estetyką?

Zdecydowanie, to duże wyzwanie. Architekt wnętrz to taka osoba, która musi spajać wyobrażenia o powstającym domu często wielu członków rodziny. Ktoś, kto wszystkie fantazje zbiera w spójną całość, nadaje im wspólny mianownik, formę i kształt. „Na zapleczu” jednak dba też o funkcjonalność, którą domownicy często mogą dostrzec dopiero po wprowadzeniu się do urządnego domu. Chodzi o ułatwianie im życia w trakcie kolejnych lat, spędzanych w tej przestrzeni. Bez zasad ergonomii najpiękniejsze wnętrze nie będzie miało racji bytu. Ważne, aby podstawowe normy były zachowane tak, by z przestrzeni dało się wygodnie korzystać, aby wręcz ułatwiała nam życie. Dopiero jak jest nam wygodnie, możemy przejść do tego, żeby było pięknie. Nie ma takich przestrzeni, z których nie da się wydobyć czegoś ciekawego.

Gdzie szuka Pani inspiracji?

Nieziennie w przeszłości. Wszystko co klasyczne, piękne i sprawdzone, może wrócić w zmodernizowanej formie. Ponadczasowe kształty, które dopasowane są do dzisiejszych potrzeb. To taka klasyka w nowej odsłonie. Jeśli chodzi o kolory, inspiracją może być absolutnie wszystko – ubiór napotkanej osoby, scenografia, wielobarwne kwiaty mogą utworzyć zestawienia kolorystyczne, które staną się początkiem projektu.

Prowadzi Pani także sklep online.

Jakie produkty można tam kupić?

Zamysł strony jest taki, aby osoby, które oglądają moje realizacje, mogły nabyć produkty w nich użyte. Głównie lampy, dywany, tapety oraz fajne meble tapicerowane. Oferta firmy ma się spajać stylistycznie. Chcę, aby odbiorcy mogli zainspirować się wnętrzami, które projektuję i coś z nich wykraść dla siebie do swoich przestrzeni.

Na koniec, czym kierować się przy wyborze projektanta wnętrz?

Ważne, aby „czuć” jego pracę i podzielać jego poczucie estetyki. Projektantów wnętrz również trzeba podzielić na tych, którzy lepiej odnajdują się w przestrzeniach nowoczesnych oraz tych, którzy wolą np. klasyczne przestrzenie. Dla mnie nie ma nic złego



Pracownia **Malwiny Wilczek** specjalizuje się w tworzeniu ponadczasowych klasycznych przestrzeni prywatnych oraz publicznych. Założycielka to miłośniczka formy, faktury, barwy i zapachu. Pracę z klientem rozpoczyna od rozpoznania jego potrzeb i emocji.

w tym, że nie każdy robi wszystko. To trochę tak, jakby marka odzieżowa produkująca sportowe ubrania, zaczęła nagle bawić się w szycie garsonek i sukni wieczorowych. Każdy projektant ma inne poczucie piękna. „Różne” nie znaczy „złe”. Ważne, aby realizacje odzwierciedlały nasze potrzeby, wrażliwość i były bliskie naszemu gustowi. Konkurs na cenę również się tu nie sprawdzi. Praca okaże się ciężka i niezadowolająca dla obu stron, a to, że udało się nam zapłacić trochę mniej za projekt, nie zrekompensuje niechcianego efektu. Nie szukajmy na siłę porozumienia z osobą z innej wnętrzarskiej bajki niż ta, którą lubimy. Dom to rzecz święta i warto, aby był skrojony na miarę naszych potrzeb.

Dziękuję za rozmowę.



W TWO- IM MA- GICZNYM DOMU...

„DOM JEST JASNY, ZBUDOWANY Z BLASKU,
JAK POWIETRZNA BAŃKA (...)”

(K. K. Baczyński „Wesele poety”



Człowiek to istota dawno już udomowiona, chociaż oczywiście nadal istnieją osobnicy odmienni, żyjący na walizkach, w stanie permanentnego braku stabilizacji. Większość wybiera jednak wygodniejszą, osiadłą egzystencję. Nasi przodkowie wiele lat temu zamienili niezbyt przytulne jaskinie (choć czasem wymalowane niczym współczesne, designerskie mieszkania), a także szałas i ziemianki na bardziej komfortowe cztery ściany z dachem, piecem zamiast ogniska oraz z własnym łóżkiem. Ambitniejsze i bogatsze jednostki nie poprzestały tylko na tym etapie, ale ewoluowały dalej, budując zamki lub pałace i dając tym samym początek lokowaniu kapitału w nieruchomościach. Ten sposób myślenia oraz specyficzny monumentalizm istnieje do dziś – wiele osób stawia sobie pomniki za życia w postaci ogromnych domów, które w późniejszych latach nierzadko okazują się niemal ich grobowcami, bo dzieci wyfruwają z gniazdek, a rodzice zostają z trzycyfrowym metrażem do sprzątnięcia i utrzymania. Zdecydowanie reformy w naszym budownictwie powinny iść właśnie w tym kierunku: obszerne mieszkania dla młodych rodzin (bo tutaj na ogół sytuacja jest rozwojowa i przydają się oddziel-

ne pokoje dla poszczególnych domowników), a potem zamiana na małe, nisko usytuowane (lub w budynku z windą) mieszkanie dla seniorów.

Oczywiście do realizacji takich pomysłów pewnie potrzeba cudów, a na razie to mamy cuda, tyle że innego rodzaju. PRL pozostawił nam na przykład tzw. kawalerki z dużym, ale często niepodzielnym pokojem (bo tylko z jednym oknem) i ślepą kuchnią, z której przechodzi się do... łazienki (byłam kiedyś w takim czymś we Wrocławiu). Architekci pracujący dla TBS-ów chyba nie poszli znacznie dalej – kuchnia (nierzadko wielkości szafy wnękowej) stanowi teraz część pokoju dziennego, ponieważ królują otwarte przestrzenie, tyle że w przypadku mieszkań dla singli nadal są one niewielkie, a po wstawieniu paru mebli, wręcz klaustrofobiczne. Naprawdę twórcy niektórych szczególnie „udanych” projektów powinni mieszkać w tym, co wymyślili...

W języku angielskim istnieje bardzo fajne rozróżnienie: house oznacza budynek mieszkalny, a home – miejsce, gdzie się mieszka, coś więcej niż tylko konstrukcję z cegieł lub innego budulca. Według Olgi Tokarczuk dom to niemal istota żywa: „Dom, bo-

wiem, zaczyna być wtedy, gdy ściany zamkną w sobie kawał przestrzeni. To ta przestrzeń jest duszą domu.” W czasie studiów, kiedy wracałam późno z zajęć i przez szybę tramwaju patrzyłam na sylwetki ludzi w oświetlonych oknach kamienic, wydawało mi się niezwykle, że tak blisko ulicy, za kawałkiem muru, w otoczeniu paru mebli, książek i drobiazgów był czyjś osobny świat, prywatna strefa. Wystarczy tylko tyle (aż tyle?), by stworzyć sobie własny azyl. Dziwne wrażenie robią na mnie również domy wyburzane, zwłaszcza wielorodzinne. Na resztkach ścian widać pozdzierane, wyblakłe kolory – granice dawnych mieszkań i pomieszczeń; jakieś dekory, ciemniejsze plamy po meblach i obrazach – wszystko poprzebijane rurami i oplecione kablami. A kiedyś była to przestrzeń czyjejś codzienności. Patrząc na takie pozostałości, zawsze czuję się trochę niezręcznie, jakbym bez zaproszenia weszła do czyjegoś nieposprzątanego mieszkania.

Nieważne czy dom stanowi część blokowiska, zamkniętego osiedla, czy może jest poddaszem starej kamienicy, willą z ogrodem, albo połówką bliźniaka. Byleby był własny, oswojony, bezpieczny. Ktoś powiedział, że „dom jest, gdzie my jesteśmy” (młodszym Czytelnikom naszego czasopisma tłumaczę w bardziej współczesnej wersji: „Home is where free wi-fi is” – to z portalu Loesje). Fajny dom to prawdziwe szczęście oraz powód do radości i wdzięczności wobec losu. Niestety nie wszyscy zdają sobie z tego sprawę. Do osiągnięcia tej świadomości dorasta się stopniowo. Maluchom wystarczy pokój zabaw z łóżeczkiem i misiem – ten niewielki, znany im świat z mamą w jego centrum, daje im poczucie bezpieczeństwa. Trochę starsze dzieci często wprowadzają w życie powiedzenie: „Mój dom jest moją twierdzą” i barykadują się w swoich pokojach – niczym Mr Zoob bronią własnego kawałka podłogi, zamykając drzwi i wieszając na klamkach ostrzegawcze informacje. Nastolatki albo prowadzą dom otwarty, codziennie goszcząc w nim pół klasy, albo (dotyczy to szczególnie jednostek zbuntowanych lub eksperymentujących) chcą jak najszybciej wyrwać się spod kurateli rodzicielskiej, więc uciekają z domów, szukając wolności. Potem jednak na ogół wracają, kończą szkoły i wchodzą w etap zaciągania kredytów w celu zbudowania i urządzania własnego gniazdka (co może trwać bardzo długo, bo podobno pierwszy dom jest dla wroga, drugi dla przyjaciela, a dopiero trzeci dla nas). Zapatrzeni w zdjęcia z rozmaitych pism wnętrzarskich i oczarowani ofertą sklepów, przystępują do spełniania marzeń. A dzisiaj wystarczy tylko mieć pieniądze i można zrealizować każdy, nawet najbardziej odlotowy pomysł. Kuszące, ale czasem chyba lepiej trochę powściągnąć nadmiernie wybujałą wyobraźnię,

choćby z obawy, że zdegrustowani architekci mogą myśleć o nas tak, jak bohater książek Anny Ficner-Ogonowskiej, który z rezygnacją mawiał o części swoich klientów: „więcej kasy niż rozumu”, a jednej z pań postawił bezbłędną diagnozę: „kobieta dotknięta nieuleczalnym przestrzennym kalectwem.”

Już na etapie budowy często porównuje się projekt z mieszkaniami krewnych oraz znajomych. Wiedząc czego nie chcemy, zdecydowanie postanawiamy: „u mnie będzie inaczej” i dążymy do tego, by było tak, jak sobie wymarzyliśmy, czyli na ogół nowocześnie i z rozmachem. Ale okazuje się, że niełatwo jest stworzyć taki prawdziwy dom z duszą. Książd Jan Twardowski zastanawiał się „ile trzeba miłości, by zbudować dom”, a iście hamletowski dylemat miał Melchior Wańkowicz: „Jakże bo wytłumaczyć architektowi, żeby projektował szklarnię z paru nadbitymi szybkami, drzewo od razu stuletnie, kanapę z wysiedzianymi poduszkami, dach z łatką, zaśniedziony basen, płot opętły, przerosły zapachami tłoczących się zielsk, klamki wyslizgane od dotyku rąk pokoleń, klucze do szaf o zgłiwiałych bródkach, deskę jedną w podłodze, która przy nastąpieniu skrzypi?” („Ziele na kraterze”). Jak sprawić, by dom żył, był ciepły i przyjazny dla domowników oraz gości, pełen swojskich zapachów i tego, co tworzy jego specyficzną magię? Przy takich pytaniach często przychodzą wspomnienia dawnych, bliskich nam miejsc, a potem zaczyna się szukanie pamiątek, starych mebli, zdjęć, zapomnianych przepisów na babcine ciasto albo ulubione pierogi. I pojawiają się też refleksje nad własną rolą w rodzinie, w tym nieustającym cyklu przemijania pokoleń i pozostawionych przez nich dokonań oraz przedmiotów.

„Dom, rodzinny dom, odchodzi już w niepamięć...” – śpiewał kiedyś Andrzej Frajndt w swojej sentymentalnej piosence. Ciekawe, że o domu rodzinnym zazwyczaj mówi się z pewnej perspektywy, czasowej lub przestrzennej – trzeba wyjechać albo trochę przeżyć, żeby w ogóle zauważyć jego znaczenie, a przede wszystkim docenić ludzi, stanowiących część tego domu. Bo przecież to nie jest tylko element przeszłości, ale nasze zaplecze, magazyn, z którego czerpiemy. Z dobrego, tzw. „normalnego” domu „wynosimy” właściwie wszystko: umiejętności, upodobania, nawyki i przyzwyczajenia – dostajemy to od rodziców oraz pozostałych domowników. Nie powinniśmy się od tego odżegnywać i traktować jak niepotrzebny balast. Dom to ostoja i źródło siły – coś, co trwa, choć czasem może jedynie w naszej pamięci. Dobrze byłoby, gdybyśmy mogli powiedzieć jak Manula Kalicka: „Zrozumiałam, że skoro mam już gniazdo, czas zacząć fruwać.” Bo jest gdzie wrócić. Przecież wszędzie dobrze, ale najlepiej w domu. —

BROWAR MARIACKI

MIEJSCE
Z KLIMATEM

KATOWICE
MARIACKA 15

SZTUKA JEDZENIA W DOMU

BĘDZIE O MIŁOŚCI DO KNAJP I PIECZENIU
TORTÓW DLA UKOCHANYCH OSÓB. CZY-
LI O TYM, DLACZEGO UWIELBIAM JEŚĆ
NA MIEŚCIE I DLACZEGO LEPIEJ BY BYŁO,
GDYBYM SAMA SOBIE GOTOWAŁA.



Bogaci ludzie i bohaterowie amerykańskich seriali ciągle jedzą na mieście albo zamawiają jedzenie do domu. A to dwie grupy ludzi, które inspirują nas najbardziej (no bo przecież nie wielcy myśliciele!). Więc, chociaż w Polsce nie istnieje jeszcze bardzo rozwinięta kultura jedzenia poza domem, coraz częściej tak właśnie jadamy. Dochodzi też czynnik zmian społecznych. Mamy

i babcie pracują na pełen etat (jeden to minimum) i nie gotują już codziennie posiłków dla całej rodziny. Jedzenie na mieście zrobiło się trochę tańsze i zwiększył się też wybór miejsc, gdzie możemy się posilić. Czy to dobrze? Z jednej strony powstają nowe, mniej lub bardziej ciekawe inicjatywy, ale z drugiej nie zawsze jest to zdrowe dla konsumentów.



U mnie na przykład, gdyby ktoś pytał, trochę się ostatnio pozmieniało. W związku z czym mam coraz mniej czasu i dużo częściej przebywam w okolicach centrum miasta. Takie zmiany mają dla mnie podwójne znaczenie. Niestety, rzadko udaje mi się dzień wcześniej przygotować sobie obiad do pudełka, ale jednocześnie bliżej są fajne knajpy. Rachunek prawdopodobieństwa bardzo łatwo tu wyliczyć. Ciągłe jem na mieście. Mam do wyboru wegańskie sushi, świetny bar z zupą pho i wietnamskimi sałatkami (Znacie je? To takie wielkie miski pełne makaronu i świeżych ziół, zalanych sosem rybnym...), bar mleczny, kilka piekarni, trzy ekskluzywne cukiernie, uroczy francuski kącik z tartami i tyle innych miejsc, że mój portfel w niedługim czasie prawdopodobnie znacząco zmarnieje. W przeciwieństwie do mnie, bo mnie raczej przybędzie. Dlaczego tak sądzę? Przecież nie chodzę do Maca na hamburgera i frytki, jem warzywka i w ogóle fajne, ciekawe rzeczy. Do tych cukierni to chodzę niezwykle rzadko. No serio, jak mamę Kocham!

Ale jedzenie na mieście nie sprzyja trzymaniu diety. Pierwszy i najbardziej banalny powód jest taki, że w restauracjach serwują duże porcje. Nie wiem, czy im się to opłaca, ale pewnie głupio podać za mało. Dlatego najczęściej dają za dużo, a ja to wszystko zjadam, bo przecież nie może się zmarnować. Poza tym w knajpach wszystko mi smakuje. Mam to po mamie. Obie od najmłodszych lat zmuszałyśmy spokrewnionych dorosłych, żeby nas zabierali do barów. Właściwie obojętnie jakich, bo w każdym było fajnie. Dają jeść coś innego niż w domu, przyniosą do stolika i nigdy do końca nie wiadomo, jak to będzie smakowało. Tyle ekscytacji! Mama chadzała ze swoim ojcem na setę i galaretę. Miała ochotę na zimne nóżki (a czasem na karpia po żydowsku), a do tego zawsze podawano kieliszeczek czystej. Dziadek musiał się potem trochę wstydzić, jak opowiadała wszystkim, że lubi chodzić

z tatusem na wódkę. A ja wyciągałam ją w latach 90. do pierwszego chińskiego baru w naszym mieście, na żabie udka. Tak, jako siedmioletka, zapytana o ulubione danie, z niewymuszoną pewnością siebie odpowiadałam: „żabie udka”...

Tak więc oprócz dobrych wspomnień został mi totalny szwung do knajpingu. Każdą muszę odwiedzić, wypróbować, najlepiej pokochać, zaprzyjaźnić się z właścicielem, zamawiać „to samo, co zawsze”, a potem mieć rezerwowany stolik. Dobra, trochę się zagalopowałam. Ale tak czy siak chodzi o to, że kiedy mam pod nosem knajpy, trudno mi się zmobilizować, żeby gotować dla siebie.

A tymczasem gotowanie w domu ma mnóstwo zalet. Od tych, które same się narzucają – jest taniej, po te nieco bardziej zaskakujące. Istnieją badania wskazujące na to, że w rodzinach, w których gotuje się w domu, wychowują się szczęśliwsze dzieci. Dorośli jedzący w domu mają też lepsze samopoczucie (taki zwyczaj może nawet zaleczyć symptomy depresji), ale też są zdrowsi (jedzą mniej cukru) i dłużej żyją. Nie zapominajmy również o tym, że wiele barów korzysta z jednorazowych naczyń. Więc stołując się w domu, działamy na korzyść środowiska naturalnego.

Dlaczego zatem tak niewielu z nas postępuje w ten sposób? No cóż – bo pracujemy... Ale też wszyscy dobrze wiemy, że w czasie, który można by poświęcić na czytanie, naukę gry na flecie, wartościowe rozmowy, nadrabianie zaległości w oskarowych filmach czy ćwiczenie z brzuszaków z Mel B albo właśnie gotowanie, wolimy obejrzeć coś śmiesznego w internecie.

Wiedząc już, jakie korzyści z tego domowego gotowania płyną, warto jednak zmusić się do niego. A żeby to zrobić, trzeba sobie to zaplanować.

Dobrze jest przygotować listę obiadów na wszystkie dni tygodnia i jednocześnie listę zakupów do nich. Bardzo ważne – nie trzeba mieć nowych dań na każdy dzień. Nie dajmy się zwariować. Lepiej nagotować curry albo spaghetti na trzy dni i mieć z głowy. A potem jeszcze jakieś pieczone warzywa na dwa dni, plus niedzielny obiad na bogato i... jeden dzień jedzenia na mieście. Jeśli Was na to stać i lubicie to, nie odmawiajcie sobie. Wybierajcie nieznane lokale, które fajnie jest odkrywać i cieszyć się z tego, bo przecież o to chodzi w jedzeniu, żeby poznawać nowe miejsca i smaki. Nie tylko w odległych zakątkach świata.

Została jeszcze jedna kwestia. Co zrobić ze świętami? Mówię nie tylko o tych ogólnych, ale o naszych prywatnych – urodzinach, rocznicach w związkach, pierwszym dniu szkoły, Dniu Matki i Dniu Dziecka i wszystkich innych okazjach. W Polsce w ważne święta je się w domu, jak babcia przykazała. A rocznice świętuje się albo w restauracji albo wcale. A gdyby tak odwrócić sytuację? Jeśli nie w Wielką Niedzielę, to w lany poniedziałek wyjdźcie do eleganckiej restauracji z całą rodziną i odpocznijcie. A z okazji urodzin syna, wygranych zawodów córki, awansu przyjaciółki i rocznicy pierwszego pocałunku spotkajcie się w domu. Tak jest bardziej kameralnie. Nawet najbrzydszy tort upieczony własnoręcznie będzie dużo miłszym prezentem niż taki kupiony w cukierni. Jest też zdrowszy i sporo tańszy. —





Avant Après
styliści fryzur

Avant Après / ul. Kupa 5, Kraków / tel. 12 357 73 57 / www.avantapres.pl 

włosy: Tomasz Marut / Barbara Książek / Klaudia Matysiak
stylizacja: Wojciech Skulski
mua: Barbara Rębiś
foto: Łukasz Sokół
modelka: Monika Rybicka

idealnie
KLINIKA DEPILACJI

Zamykanie naczynek metodą Thermavein
PO PROSTU IDEALNIE



ul. Zygmunta Starego 10, Gliwice 44-100, +48 533 999 389
ul. Ligonía 40/1, Katowice 40-037, +48 575 003 389
www.idealnie.eu, e-mail: biuro@idealnie.eu,

„GRA- MY U SIE- BIE...!”

ATUT WŁASNEGO BOISKA W SPORCIE



„U siebie gra się łatwiej niż na wyjeździe” – to powszechne założenie, z którym zgodzi się większość zawodników, trenerów oraz obserwatorów sportu. Atut własnego boiska jest nawet odwzorowany w przepisach wielu dyscyplin sportowych. Na przykład w rozgrywkach, w których dochodzi do fazy play-off (tak jak w polskich ligach koszykówki, siatkówki, żużla, czy hokeja na lodzie), runda zasadnicza tak naprawdę jedynie ustala atut własnego boiska w decydujących meczach sezonu. Drużyna, która zakończyła ją na wyższym miejscu, ma zagwarantowane, że ostatni mecz w każdej kolejnej fazie pucharowej zostanie rozegrany w domu. Może to niuans, ale w serii do trzech albo do pięciu zwycięstw może być języczkiem u wagi, decydującym o awansie do kolejnej rundy lub wręcz o zdobyciu mistrzostwa. Z kolei przepisy gry w piłkę nożną zakładają, że w przypadku remisu w dwumeczu pucharowym, gole na wyjeździe liczą się podwójnie i dalej przechodzi ta drużyna, która zdobyła ich więcej na boisku rywala.

Historia największych imprez sportowych również pokazuje nam, że gospodarze na swoim terenie radzą sobie niezwykle dobrze. W Mistrzostwach Świata w piłce nożnej na dwadzieścia jeden rozegranych do tej pory turniejów, gospodarze zwyciężali „tylko” sześć razy, za to niemal za każdym razem zachodzili daleko. Aż trzynastą razę znajdowali się przynajmniej w półfinałach, a osiemnaście razy przynajmniej w ćwierć-

nałach tej prestiżowej imprezy. Podobnie jest w przypadku igrzysk olimpijskich. Kraje występujące w roli organizatora zwykle wypadają znakomicie – albo wygrywają tabelę medalową (np. Rosja w Soczi 2014, Kanada w Vancouver 2010, Chiny w Pekinie 2008), albo radzą sobie nadzwyczaj dobrze w stosunku do swojego potencjału lub dotychczasowych osiągnięć (np. Brazylia w Rio 2016, Wielka Brytania w Londynie 2012, Grecja w Atenach 2004, Australia w Sydney 2000).

Pytanie pozostaje – dlaczego tak się dzieje? Czy atut własnego boiska to realna przewaga, a może tylko efekt placebo?

Badania psychologiczne wykazują, że atut własnego boiska sprawdza się w ok. 60% przypadków i jest on istotny statystycznie dla niemalże wszystkich dyscyplin sportowych. Według badaczy najważniejsze czynniki, tworzące ten efekt to: wpływ kibiców, znajomość obiektu oraz brak konieczności przemieszczania się.

Pierwszym i chyba najważniejszym aspektem są kibice – szósty, siódmy, dwunasty lub szesnasty zawodnik (w zależności od dyscypliny sportu). Doping i wsparcie może działać mobilizująco na poczynania zawodników gospodarzy oraz deprymująco na przyjezdnych. Oprawy kibiców mogą naprawdę elektryzować. Wystarczy posłuchać hymnu narodowego



a capella przed meczem reprezentacji Polski w siatkówce, aby się przekonać, że obecność i gorące wsparcie kibiców robi różnicę. Nie jest też chyba żadną niespodzianką, że im większy i gęstszy tłum, tym silniejsza przewaga gospodarza.

Z drugiej strony obecność i zachowanie kibiców może wpływać deprymująco na drużynę przyjezdną. Bywa, że głośny doping podczas rozgrywanej akcji zagłusza komendy wydawane na boisku, albo rozprosza zawodników przeciwnika w kluczowych momentach. Gwizdy, trąbienie lub buczenie są czymś, z czym goście często muszą się zmierzyć i nie zawsze robią to umiejętnie. Badania wykazują także, że zachowanie kibiców może istotnie wpłynąć także na decyzje arbitrow. Na przykład sędziowie piłkarscy w Premier League gwizdzą mniej faułów miejscowej drużynie przy głośnym dopingu kibiców!

Kolejny czynnik działający pozytywnie na gospodarzy, to znajomość własnego terytorium – stadionu, hali, czy toru. Jest to szczególnie ważne w dyscyplinach takich jak żużel czy skoki narciarskie, gdzie obiekty znacząco się od siebie różnią. Co ciekawe, badania wykazują, że po zmianie lub nawet odnowieniu obiektu, siła atutu własnego boiska na jakiś czas zostaje obniżona. W żużlu podobne rzeczy mogą dziać się na przykład po zmianie nawierzchni albo geometrii toru.

Ostatni element wiąże się z brakiem konieczności przemieszczania się. Drużyna gospodarzy nie musi się martwić logistyką podróży i zakwaterowania w obcym mieście lub państwie. Oprócz zamieszkania związanego z załatwianiem formalności, czynnikiem osłabiającym drużynę przyjezdną może być zmęczenie samą podróżą albo zmianą strefy czasowej lub klimatycznej. Chociaż kluby rywalizujące w polskich ligach nie muszą martwić się o te ostatnie kwestie, to jednak, aby dostać się z jednego końca Polski na drugi, trzeba pokonać trochę kilometrów. Zauważyłem też, że na niższych szczeblach rozgrywkowych lub w sportach niszowych często próbuje się zaoszczędzić



na zakwaterowaniu i zawodnicy muszą spędzić dzień lub noc w autokarze, nie mając czasu na odpowiednią regenerację i przygotowanie do meczu. Zatem ten, kto ma daleko, traci na jakości w grze. Znakomitym przykładem potwierdzającym tę regułę, był swego czasu klub z piłkarskiej ekstraklasy – Jagiellonia Białystok. W sezonie 2011/12 „Jaga” znajdowała się w całkowitej geograficznej izolacji od reszty ligi. Gdziekolwiek by nie grali, mieli daleko. W tamtym sezonie z 15 wyjazdowych meczów białostoczanie wygrali tylko jeden. W dodatku był to pojedynek z Lechią w Gdańsku, najbliższym sobie mieście...

Wszystkie trzy wyżej wymienione czynniki prowadzą do pozytywnego stanu psychicznego zawodników gospodarzy przed meczem. Grając u siebie, sportowcy często mówią, że czują się pewniejsi, są bardziej zmotywowani i skoncentrowani. Do tego dochodzi jeszcze obniżenie stanów lękowych i oczekiwań odpowiedniego wyniku. Dodatkowo badania wykazują, że ci zawodnicy charakteryzują się większą wolą walki i zwycięstwa, a także wyższym poziomem zaangażowania, agresji i wytrwałości. Można tu nawiązać do psychologii ewolucji i mechanizmu „obrony terytorium”, które mobilizuje sportowców do takich działań. —



POZIOM 511

★★★★ DESIGN HOTEL & SPA

Podróż marzeń do świata naturalnego relaksu... na najwyższym POZIOMIE!

Każda kobieta chce czuć się dobrze w swoim ciele. Nie chodzi o osiągnięcie ideału piękna, ale o własny komfort, zadowolenie, świadomość, że zrobiło się coś także dla siebie. W świecie pełnym szalonego biegu, czasem trzeba na chwilę się zatrzymać i zakosztować pielęgnacji, zwłaszcza gdy znajdziesz ją... na najwyższym Poziomie, pełnym naturalnych bogactw.

W temacie pielęgnacji ciała firmy kosmetyczne prześcigają się w innowacyjnych rozwiązaniach. Jednak z pewnością każda z nas zgodzi się, że naturalne kosmetyki są nie tylko najzdrowsze dla naszej skóry, ale także niosą sobą bardzo ważne przesłanie – tak, szanujemy otaczającą nas naturę, respektujemy jej dobrodziejstwa, chcemy z nich korzystać, doceniać otaczającą nas świat. Wybierając ofertę zabiegu czy rytuału warto szukać jak najbardziej naturalnych produktów i rozwiązań, oraz miejsc w których element naturalnej pielęgnacji jest doceniany i stosowany. Warto tu poświęcić chwilę ofercie 511 MEDI SPA, które mieści się w jednym z najpiękniejszych hoteli w Polsce – w POZIOM 511 DESIGN HOTEL & SPA w Ogrodzieńcu, sercu Jury Krakowsko - Częstochowskiej. W miejscu, gdzie tradycja idzie w parze z nowoczesnością, miejscu gdzie odkryjesz pielęgnację i relaks w zupełnie nowym wymiarze.

Dzisiaj opowiemy o nowym zabiegu „Podróż Marzeń” zabiegu, którego korzenie sięgają aż do Bretanii. Wyobraź sobie, że przenosisz się na północne wybrzeże Francji...

W czasie zabiegu Podróży Marzeń odkryjesz na własnym ciele bogate w sole mineralne algi oraz glinę o wyjątkowo wysokiej zawartości magnezu. Jego właściwości relaksujące pozwolą oderwać myśli od dnia codziennego, a ciału przyniosą niewysłowioną ulgę gdy poczujesz jak rozluźniają się mięśnie, i napięcie znika jak za dotknięciem różdżki. Magnez najlepiej wchłaniany jest przez skórę, więc czy umiesz sobie wyobrazić to absolutne odprężenie, które odczuwasz całą sobą? A to dopiero początek drogi do tego czego pragniesz – odpoczynku dla ciała i ducha. Po części relaksacyjnej skorzystasz ze składników aktywnych o działaniu remineralizującym, którą twoja skóra będzie chłonąć z przyjemnością. Na koniec poddasz się relaksującemu masażowi o działaniu ujędrniającym i poprawiającym krążenie dzięki zawartości olejów z alg laminaria, morszczyny, awokado oraz żurawiny. Niemal natychmiast poczujesz, że ten luksusowy zabieg nadaje skórze wyjątkowej jędrności, ale także blasku.

Brzmi cudownie prawda? Zabieg z serii Podróże Marzeń to z pewnością spełnienie pragnień większości kobiet – która z nas nigdy nie powiedziała, że chciałaby doświadczyć pewnego rodzaju magii – wchodzi zmęczona, szara, pozbawiona siły, a wychodzi odmieniona, piękniejsza, zrelaksowana, pełna energii? Teraz wyznamy prawdę – to nie czary, to doskonała, oparta tylko na naturalnych składnikach oferta 511 MEDI SPA. Dzień Kobiet już tuż... pomyśl na prezent z okazji swojego święta już masz!

„INTERESUJE MNIE TO, CZEGO NIE ZROBIŁEM”

KARL LAGERFELD

PROJEKTANT WIZJONER

MARKA CHANEL ZOSTAŁA OFICJALNIE UZNANA ZA NAJBARDZIEJ WPŁYWOWY BRAND LUKSUSOWY UBIEGŁEGO ROKU. NIE SPOSÓB NIE DOCENIĆ ROLI JEJ DYREKTORA KREATYWNEGO I CZŁOWIEKA O WIELU TALENTACH, KTÓRY POSTAWIŁ UPADAJĄCE IMPERIUM MODY NA PIEDESTALE. KARL LAGERFELD BYŁ ARTYSTĄ WIELOWYMIAROWYM – WIZJONEREM, FOTOGRAFEM I NAJWAŻNIEJSZE – PROJEKTANTEM.



Charakterystyczny wygląd, zawsze perfekcyjna biała koszula, czarny obcisły garnitur i białe rękawiczki. Siwe włosy związane w koński ogon i przeciwsłoneczne okulary – nieodłączne atrybuty Karla Lagerfelda. Urodzony w 1933 roku w Hamburgu, długo ukrywał swój wiek, odejmując sobie lat. Zmarł dziewiętnastego lutego bieżącego roku, jednak jak zapowiadał, nigdy nie odpuszczał pracy i do końca swych dni był aktywny zawodowo.



Od początku wiedział, czego pragnie w życiu. Karl Otto Lagerfeld, bo tak brzmi pełne nazwisko niemieckiego projektanta, gdy skończył 14 lat przeniósł się do Paryża i tam w zasadzie spędził całe życie. W liceum skupił się na nauce rysunku i historii. Dzięki swoim talentom w wieku zaledwie 17 lat wysłał projekt na oversizową narzutkę dla Pierre'a Balmaina, wygrał konkurs i wkrótce został asystentem projektanta.

„Zawsze oczekuj nieoczekiwanego” powiedział, gdy zarzucano mu zmiany w domu mody Coco Chanel. W 1983 roku Karl został poproszony o przejęcie sterów upadającej firmy. Od 1971 roku po śmierci jej założycielki, marka Chanel zmierzała ku ruinie. Wprowadził rewolucję w kwestii materiałów, bowiem do klasycznych tweedów i dżersejów dodał bawełnę i jedwab oraz nowe kolory. Słynna torebka 2.55 też przeszła ewolucje, często prezentowano ją w różnych odsłonach, także dla młodych kobiet. Luksus nie musi być dostępny tylko dla dojrzałych pokoleń.

Projektantowi udało się odświeżyć markę, dokonać ogromnej zmiany, która pozwoliła dotrzeć do pań w różnym wieku. Dziś już nikt nie ma wątpliwości, że Lagerfeld znalazł się na odpowiednim miejscu. Chanel ma najmocniejszą pozycję w świecie mody od wielu lat, a kolekcje Karla zachwycały w każdym sezonie.

Projektant stał również na czele włoskiego domu mody Fendi oraz stworzył swoją markę ubrań i akcesoriów. Od kilku lat prowadził też własny magazyn „The Karl Daily”, gdzie pisał, fotografował i komentował otaczającą rzeczywistość. Jakby tego było mało, został właścicielem księgarni w Paryżu, w której na zapleczu umieścił studio fotograficzne, gdzie powstawały zdjęcia do kampanii, kierowanych przez niego domów mody.

Muzyka była bardzo ważna w jego życiu. Zawsze dobierał artystów do pokazu i wspólnie tworzył z nimi oprawę do swoich pokazów. Zresztą ostatnia współpraca z Pharellem Williamsem zaowocowała nie tylko muzyką, ale powstaniem kolekcji kapsułowej.



Moda i muzyka łączyły się w życiu projektanta przez cały czas, ale również inne sztuki, z których korzystał. Dzięki temu jego kreatywność oraz otwarty umysł mogły tworzyć oryginalne i ciekawe projekty.

Wszystkie pokazy, ale nie tylko, bo także backstage makijaży, reklamy, karierę założycielki marki, czy też historię najśłynniejszego zapachu Chanel nr 5 można zobaczyć na kanale Chanel w serwisie YouTube, gdzie zresztą jest imponująca liczba jego subskrybentów – 1,3 milionów osób.

Następczynią Karla została jego prawa ręka Virginie Viard, która towarzyszyła mu przez większą część pracy artystycznej dla Chanel, ale nie tylko tam. Razem z Karlem przez pięć lat była w firmie Chloe, a potem powróciła z nim do Chanel, przejmując coraz więcej zadań. Naturalną więc kolejną rzeczą przekazała jej stery wielkiego okrętu, jakim bez wątpienia jest dom mody Chanel. —



GOŚĆ W DOM!



Domowe przyjęcia zazwyczaj oznaczają masę pracy dla jego gospodarzy, a przede wszystkim gospodyń. Obraz zmęczonych Pań biegających między kuchnią a salonem, w którym siedzą goście to nadal norma w naszych domach, a kulminację osiąga on w trakcie świąt Bożego Narodzenia. A przecież domowe świętowanie powinno wiązać się z leniwym czasem spędzanym w gronie najbliższych, ze swobodną atmosferą, wspomnianiem, wyciąganiem starych albumów, rozmowami o sprawach, na które na co dzień nie mamy

czasu, a przede wszystkim z poczuciem bezpieczeństwa. Czy da się to osiągnąć bez przenoszenia naszych przyjęć do lokali?

Rodzinna współpraca

Ciężar rodzinnego przyjęcia nie może spoczywać tylko na mamach, dlatego zachęcamy wszystkie z nich, aby włączały całe swoje rodziny w ich przygotowanie i przebieg. Wspólne robienie dekoracji w tygodniu poprzedzającym przyjęcie może być fajną



zabawą, ale już na samym przyjęciu, wszyscy powinni być świadomi, jakie są ich obowiązki. Najprościej będzie przydzielić zadania wcześniej i jasno wyłożyć to całej rodzinie. Jeśli mama przygotowuje i serwuje posiłki, tata może po nich posprzątać, odnieść naczynia do kuchni i pozmywać lub wstawić zmywarkę. Starsze dzieci mogą wziąć na siebie obowiązek serwowania kawy i herbaty, a młodsze nakrywania do stołu i podawania zimnych napojów.

Plan przygotowań

Przygotowania do przyjęcia warto rozpisać sobie w czasie, aby wszystko nie kumulowało się w 24 godzinach poprzedzających przyjęcie. Jeżeli w jednym dniu wyprasujemy obrusy, w drugim naszykujemy sobie zastawę i sztucce, domowe porządki wyjątkowo rozpiszemy już od czwartku, to w dniu imprezy będzie dużo mniej do zrobienia. Plan najlepiej opracować dużo wcześniej, rozdzielić zadania pomiędzy członków rodziny, wywiesić w widocznym miejscu i co wieczór wspólnie „odhaczać” poszczególne jego punkty.

Umiar

My Polacy stanowczo przesadzamy z ilością jedzenia na naszych przyjęciach. Bywając na różnego rodzaju imprezach, widzimy dobrze, że jedzenia mogłoby być na nich o połowę mniej. To o połowę mniej przygotowań i sprzątania, a przy tym oszczędność pieniędzy i brak marnotrawstwa. W zamian możemy zainwestować w lepsze produkty, niecodzienne przysmaki, lepsze wino lub zewnętrzny catering.



Zewnętrzni specjaliści

Idealną sytuacją jest oddanie przyjęcia w ręce firmy cateringowej, która nie tylko dostarczy jedzenie, ale także zapewni jego serwis, czyli obsługę kelnerską. Oczywiście takie rozwiązanie jest zazwyczaj droższe, ale jeśli zaplanujemy ten wydatek z większym wyprzedzeniem, to nasz domowy budżet powinien go udźwignąć. W samym dniu przyjęcia na pewno docenicie taką pomoc i czas, który będziecie mogli poświęcić rodzinie i przyjaciołom. Goście na pewno docenią Waszą troskę, poczują się wyjątkowo, a nad całym przyjęciem unosić będzie się atmosfera swobody i odrobiny luksusu.

Zadbaj o szczegóły, ale...

Część czasu zaoszczędzonego dzięki powyższym wskazówkom, warto poświęcić na zadbanie o oprawę przyjęcia. Wybierz się do sklepu po ładne świece i ciekawe serwetki, poproś męża o przygotowanie klimatycznej muzyki, którą włączycie zamiast migającego telewizora. Dzieci poproś, aby zrobiły figurki



origami, na których wypiszecie imiona każdego gościa. Pooglądaj trochę inspiracji w Internecie, na pewno znajdziesz tam wiele ciekawych inspiracji na dekoracje w stylu DIY.

...pamiętaj, że nie musi być doskonale, aby było idealnie.

Jeżeli osiągnięcie założonego efektu (smakowego, wizualnego) odbywa się kosztem wymęczenia, stresu i zabiegania w trakcie przyjęcia, to lepiej po prostu odpuścić. Będzie o dwa rodzaje śledzika mniej i stół nakryjesz niedoprasowanym obrusem, ale znajdziesz przynajmniej czas na rozmowę z kuzynką i oglądanie starego albumu z dziećmi. A jeśli boisz się, że rodzina będzie „gadać”... To może najlepiej zacząć przygotowania do przyjęcia od weryfikacji listy gości.



Cz.2

Czy warto organizować przyjęcie w domu z pomocą profesjonalistów?

Oczywiście, że tak! Jako restauracja, która działa na wielu płaszczyznach, również zajmujemy się realizacją cateringów i pragniemy tutaj zaznaczyć, że catering to pojęcie bardzo obszerne! Jak wybrać z oferty restauracji to, co najlepsze dla nas i dla naszego budżetu? Poniżej kilka możliwości (do przemyślenia), ale pamiętajcie, działamy bardzo indywidualnie i każda realizacja jest inna.

Przede wszystkim należy zastanowić się nad tym, co nam jest potrzebne i jaki cel chcemy osiągnąć? Restauracja może pomóc nam w przygotowaniach przyjęcia od przywiezienia stołów i krzeseł, nakrycie i pełną obsługę na miejscu lub „tylko” przygotować przekąski/dania, które odbierzemy w dniu przyjęcia i po prostu podamy je do bufetu. Wszystko zależy od charakteru imprezy i potrzeb.

Bardzo często zdarza się, że nasi goście nie mają czasu ani sił na przygotowanie dań na przyjęcie lub/i po prostu nie chcą zajmować się tym w trakcie przyjęcia, tylko spędzić czas ze swoimi gośćmi. Dlatego można u nas zamówić przekąski na zimno, dania na ciepło, słodkości i odebrać w dniu przyjęcia. Jest to bardzo wygodna forma, która genialnie sprawdza się na kame-



ralnych spotkaniach a czasem nawet większych przyjęciach – zabierz Umami do domu to nasz mały ukłon w kierunku tych, którzy lubią świętować w domu!

Nasz doświadczenia pokazują również, że wspaniale celebrować się w domu również ważniejsze wydarzenia w życiu – okrągłe rocznice, urodziny, chrzciny, komunie i nawet wesela! Wtedy jednak temat wymaga omówienia, zapoznania się z domowymi warunkami naszych gości i określeniu tego, co się da lub nie. Często zdarza nam się przygotowywać tzw. Garden party – grillujemy, przygotowujemy bufety, ściągamy barmanów i tworzymy piękne emocje!

Zapraszamy do rozmowy o Waszym domowym przyjęciu!

Zespół Umami



MIĘDZY STE- PEM A JE- DWABNYM SZLAKIEM C.D.

POLSKO-FRANCUSKA PARA, KAMILA I BAPTISTE, AUTORZY BLOGA PIÓRO PODRÓŻY ZARAŻAJĄ PASJĄ PODRÓŻOWANIA DO MIEJSC NIEPOSPOLITYCH I ZAPRASZAJĄ NA DALSZY CIĄG ICH PODRÓŻY PO „STANACH”. CZYM OCZAROWAŁ ICH UZBEKISTAN, CZEMU WARTO JECHAĆ DO KIRGISTANU, JAK PRZETRWALI DWA TYGODNIE W AZJI CENTRALNEJ I DLACZEGO CHCĄ TAM WRÓCIĆ? JEDZIEMY DALEJ!



Buchara, Chor Minor

Perły Uzbekistanu

Z Kazachstanu przedostaliśmy się do Uzbekistanu – miejsca kontaktu ze sztuką i dziełem rąk ludzkich. Gdy już znaleźliśmy się w Chiwie – jadąc z Ałmat do Szymkent, stamtąd przez Taszkent do Urgencz – mogliśmy w końcu poczuć się jak w bajce. Chiwa wraz z Bucharą i Samarkandą to prawdziwe perły Uzbekistanu, zachowane skarby Jedwabnego Szlaku. Zabytków nagromadzonych w centrum Chiwy nie sposób wymienić, ale wspomnieć trzeba chociażby o minarecie Islam Cho-

dży – najwyższym w Uzbekistanie, czy Mauzoleum Pahlawona Mahmuda z charakterystyczną zieloną kopułą. Warto dać się ponieść powiewowi Orientu i podziwiać niesamowite budowle.

Z Chiwy – miasta, gdzie czas praktycznie się zatrzymał, dotarliśmy taksówką do Buchary, według mnie najpiękniejszej. Zespół architektoniczny Po-i Kalon, w skład którego wchodzi meczet i ogromny minaret o nazwie Kalon oraz madrasa Mir-i Arab, odbierają mowę, a zdobienia, niebieskie kopuły, piękne



Jurty w Kirgistanie

ornamenty i detale to prawdziwe skarby. Poza tym są jeszcze: znajdujący się na uboczu Chor Minor oraz centralny Lab-i Hauz i mieszcząca się tam madrasa Diwana Begiego, na fasadzie której umieszczono podobizny dwóch mitycznych ptaków o ludzkich twarzach. Co ciekawe zgodnie z zasadami islamu sunnickiego zabronione jest przedstawianie zwierząt i ludzi w sztuce.

Ostatnim punktem była Samarkanda, miasto z najświetniejszym kompleksem architektonicznym. Plac Registan z trzema madrasami Ulug Bega, Tillja-Kari i Szir-Dari wygląda jak wyjęty z „Baśni tysiąca i jednej nocy”. Ale Samarkanda to nie tylko Registan. Mauzoleum Gur-i Mir, czyli „grób króla” to kolejna fascynująca budowla, obok której nie można przejść obojętnie. Miłośnicy sztuki i architektury będą mieć problem, by oderwać oczy od wszechobecnego złota i pięknych malowideł.

Jedno z największych zaskoczeń Uzbekistanu, poza Uzbekistanem samym w sobie? Turyści! Wszędzie! I „podatek od turystów”, którzy za wstęp do wielu miejsc muszą zapłacić więcej niż obywatele – niemniej jednak wciąż niewiele.

Góry Kirgistanu

Przedostanie się do Kirgistanu wymagało od nas sporo czasu i energii, ale potem i tak zafundowaliśmy sobie porządny wycisk na górskich szlakach. Celem był Karakoł, do którego dojechaliśmy ze stolicy – Biszkeku. Choć w Kirgistanie byliśmy najkrócej, to trzy dni wycieczek po „kuzynach Himalajów”, piękne już jesienne scenerie dookoła i wznoszące się ponad nami ośnieżone kilkutysięczniki, pozwoliły odciąć się od wszystkiego i kontemplować naturę. W trakcie wędrówek mijaliśmy jurty, pasterzy, stada koni. Kwaterę mieliśmy natomiast niedaleko ulicy Lenina, na której pewnego ranka spotkaliśmy pasącą się krowę.

Ważnym miejscem, znajdującym się na północy kraju, jest jezioro Issyk-kul ze słoną wodą – zwane kirgiskim morzem, gdzie latem, mieszkańcy i turyści korzystają z jego uroków.



Samarkanda, Gur-i Mir



Buchara. Po-i Kalon oraz Madrasa Mir-i Arab

Kirgistan na szlaku



Ceny i noclegi

Spędziliśmy w „stanach” dwa tygodnie. Na miejscu wydaliśmy około 1500 zł na osobę. Ceny w Kazachstanie i Kirgistanie są porównywalnie do polskich, w Uzbekistanie jest taniej. Transport wszędzie taniutki. Jadąc dzieloną taksówką, czyli w miarę luksusowo, można za 40 zł przejechać ok. 200 km; na mieście płaci się piąta, a bilety autobusowe kosztują 1-2 zł.

Spalimy w hostelach, hotelach i kwaterach. Najtańszy nocleg kosztował 16 zł, najdroższy 40 zł – w miejscu, w którym na moje pytanie „gdzie jest toaleta?” usłyszałam: „tam, na zewnątrz”. Najlepsze zakwaterowanie znaleźliśmy w Uzbekistanie – w każdym mieście za około 30 zł dostępny był prywatny, orientalnie udekorowany pokój z łazienką.

Najtaniej (i najwięcej) zjedliśmy również w Uzbekistanie. Za ok. 20 zł można było dostać duży i smaczny posiłek w lokalnej knajpie, w Kazachstanie i Kirgistanie za około 25-30 zł.

Wegetarianka w Azji Centralnej

Bywały dni, że w pośpiechu żywiliśmy się chlebem i wodą, ale zdarzały się też takie, kiedy stołowaliśmy się w restauracjach trzy razy dziennie, kosztując lokalnych potraw. Choć kuchnia kazachska, kirgiska i uzbecka obfituje w mięso, to jako wegetarianka nie cierpiałam głodu, a najpyszniejszych rzeczy spróbowałam w Uzbekistanie.

Manti – rodzaj środkowoazjatyckich pierożków gotowanych lub smażonych, polewanych masłem lub śmietaną, nadziewanych poza mięsem również dynią – wegetariańskie i wciąż tradycyjne. Lagman, czyli pół zupa, pół danie główne – potrawa z grubym, ręcznie robionym makaronem, pływającym w sosie z mięsa i warzyw; ja próbowałam z samymi warzywami i oliwą. Samsa – z nazwy i wyglądu przypomina indyjską samosę – pyszne pierożki wypiekane w specjalnym piecu tandyr, nadziewane podobnie jak manti lub ziemniakami i cebulą. Tym, co nieraz ratowało nas w potrzebie, były dostępne praktycznie na każdym rogu pirożki (nie mylić z pierogami) zwane przez nas „kartoszką”; coś à la włoskie panzerotti, czyli paszteciki przypominające pączki, smażone w głębokim tłuszczu, faszerowane tłuczonymi ziemniakami. Podsumowując: Azja Centralna to raj nie tylko dla mięsożerców – wegetarianie głodni chodzić nie będą!



Manti

Mów wyraźnie!

Porozumiewaliśmy się w języku podróżników, czyli machając rękami i wyraźnie artykułując to, o co nam chodzi – każdy po swojemu. Korzystając z kilku rosyjskich słówek i potrafiąc rozszyfrować bukwę (staro-cerkiewno-słowiański ze studiów na coś się przydał) radziliśmy sobie, jak mogliśmy. Raz jeden Kazach uczył się od nas francuskich komplementów, które zapisywał fonetycznie grażdanką i wysyłał dziewczynie. Jeśli chodzi o ludzi, to mogę podsumować krótko – wspaniali! Byli rozmowni, zabawni, mili i uczynni, a serce aż rośło od bezinteresownej pomocy, którą bardzo często nam oferowano.



Bezpieczeństwo

Podróżowaliśmy różnymi środkami lokomocji, w różne miejsca – bliższe i dalsze, o różnych porach – wcześniej i później, i nigdy, przenigdy nie poczułam choć cienia zagrożenia. Z szacunku do miejsca i religii zawsze miałam odpowiedni strój, choć nie było potrzeby przykrywania ramion, nie mówiąc już o włosach – poza meczetami oczywiście. Spotkałam się z opinią, iż islam w Azji Środkowej jest jakby bardziej liberalny i nie ma problemu być dobrym muzułmaninem i pić wino. A wino uzbeckie jest pyszne!

Miej głowę do waluty

W Kazachstanie obowiązującą walutą jest tenge. 1 PLN to 100 KZT. Kwotę w tenge dzielimy przez 100 i mamy złotówki – proste. A teraz somy, czyli waluta uzbecka. Po wymianie 120 euro w Uzbekistanie zostaliśmy milionerami, gdyż 1 PLN to aż 2000 UZS (w dużym zaokrągleniu). Po przyjeździe z Kazachstanu, człowiek myśli, że taksówka za 20 000 somów jest bardzo droga. W Kirgistanie obowiązuje również som, ale kirgiski: 1 PLN to 20 KGS (też w zaokrągleniu). Można już mieć mętlik w głowie i trzeba się poważnie zastanowić, czy ten arbus na rynečku jest drogi czy jednak tani.

Historie przygraniczne

Zawsze przekraczaliśmy granice pieszo. Najbardziej stresujące było przejście między Kazachstanem a Uzbekistanem. Wyobrażnia podpowiadała mi, że celnicy na pewno nie będą wiedzieli o nowych przepisach wizowych, papierowa wiza to dla nich jakiś świstek, a mój strach wzmagał fakt, iż na zdjęciu wyglądałam jak kobieca wersja Bruce’a Willisa, czyli raczej nie byłam do siebie podobna. Celnicy wyciągnęli nas z kolejki tłumacząc, że turyści mają pierwszeństwo. Kilka pytań, nawet mogłam pożartować. Wiza oczywiście była w porządku, zdjęcie też, choć nie wiem czy to dobrze czy źle.

W drodze powrotnej po stronie kazachskiej nikogo już nie interesowało, że byliśmy turystami. Musieliśmy więc grzecznie czekać i dać się ugniatać w tłumie ludzi. Zaoferowano nam szybsze przejście za skromną łapówkę dla „przepychacza”, ale nie skorzystaliśmy. Krzykom nie było końca. A to ktoś kogoś trącił, a to napierał, a to przecisnął się jakoś bokiem. A ile okazów ludzie przewozili przez tę granicę. Lodówki i pralki to standard. Za nami jakieś kije do mopów, przez nami nieokreślone formy, opakowane taśmami. W niedoli oczekiwania poznaliśmy Dimę, który taszczył silikonowe, ogromne formy do odlewów gipsowych. Po godzinie uwolniliśmy się i szczerze współczuliśmy ludziom, którzy tam zostali.

Przejście przez granicę kazachsko-kirgiską nie było złe. Dołączył do nas Kirgijczyk, pomógł dostać się na dworzec autobusowy i pożegnał się słowami: „pamiętajcie, nie wierzcie nikomu”. Dobrze, że raz w Kirgistanie nie uwierzyliśmy taksówkarzom – poza tym, wiara w ludzi nas nie zawiodła. Powrót z Kirgistanu do Kazachstanu był już absolutnie banalny.

Wracamy!

Wycisnęliśmy każdą minutę jak cytrynę, przemierzaliśmy tysiące kilometrów, zakochaliśmy się w tych miejscach i postanowiliśmy, że to jeszcze nie koniec. Chcemy zobaczyć więcej, powtórzyć to, co było najlepsze, a kto wie, może Tadżykistan i Turkmenistan pójdą w ślady pozostałych państw i ułatwią podróżnikom dostęp do swych tajemnic. Na to liczymy!

Koniec. —



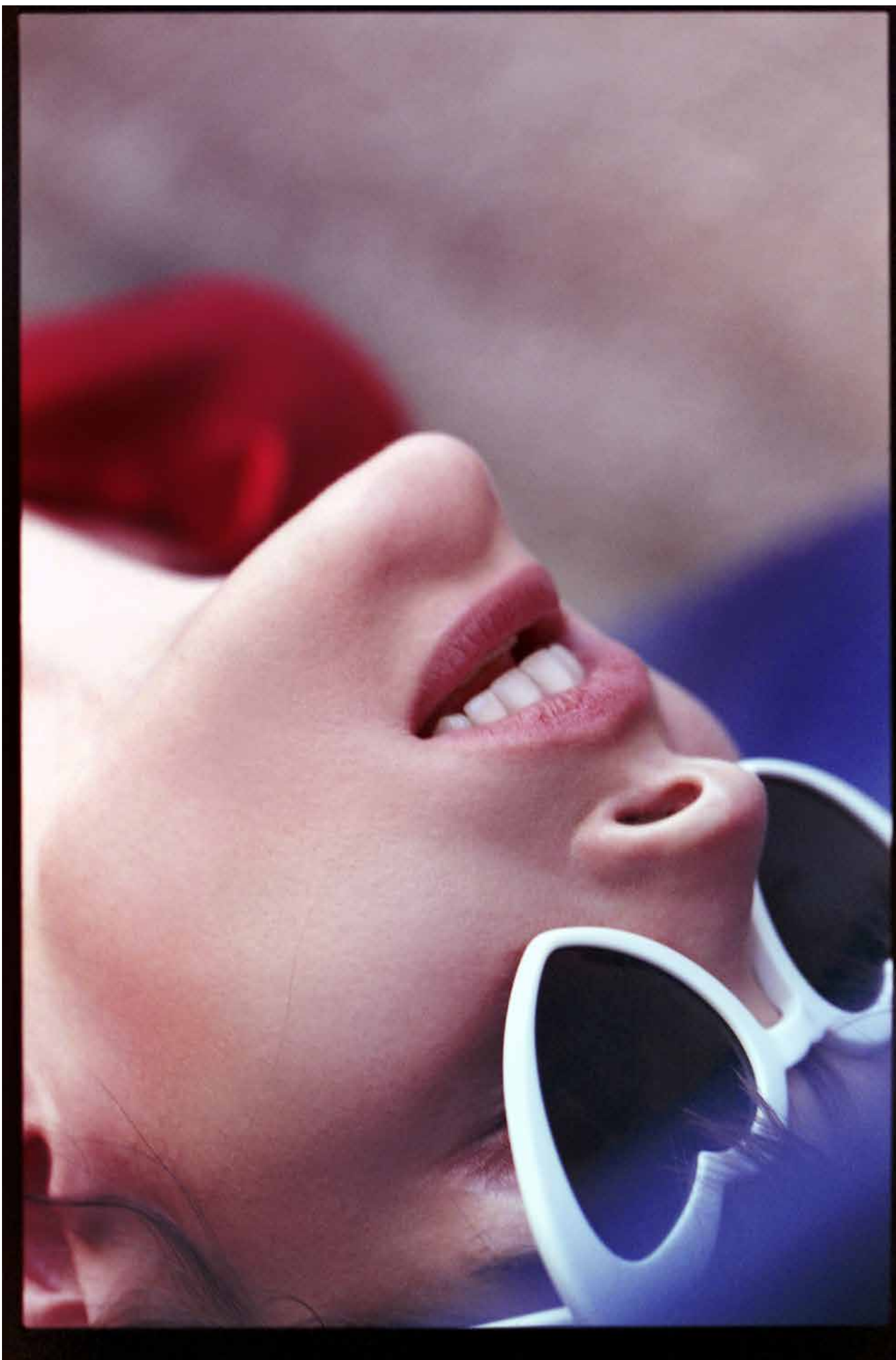
Kamila Ocimek

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

WRAŻLI- WOŚĆ UJ- MUJĄCA

TATIANA + KAROL TO JEDEN Z NAJZDOL-
NIEJSZYCH DUETÓW KREATYWNYCH
MŁODEGO POKOLENIA.





Poznajcie niezwykłych fotografów, artystów, świetnych ludzi... Tatiana Pancewicz i Karol Wysmyk pokazują w fotografii własny styl, który nie poddaje się modzie, a jednak zachwyca, intryguje i zapada w pamięć. Tatiana jest absolwentką multimediów na Akademii Sztuki. Jeszcze w trakcie studiów jej prace fotograficzne i filmowe były pokazywane na Fotofestiwalu w Łodzi, międzynarodowych festiwalach wideo oraz na wystawach m.in. w Niemczech, Anglii, Grecji, Turcji, Rumunii, Argentynie. Zanim zajęła się kreacją profesjonalnie, była m.in. laureatką sekcji debiuty festiwalu fotografii TIFF. Natomiast Karol ukończył kulturoznawstwo na Uniwersytecie Adama Mickiewicza w Poznaniu. Fotografował dla prasy i kultury, na przykład dla takich festiwalu jak: Berlinale, Transatlantyk, Enter Music, Młodzi i Film, Short Waves. Publikował w Filmdienst, „Elle”, F5, „Gazecie Wyborczej”, „Jazz Forum”. Pokazywał zdjęcia m.in. w C/O Berlin i Unit24 w Londynie.

Ich drogi złączyły się po raz pierwszy podczas pracy przy modowym projekcie People are important, not clothes dla jednej z absolwentek School of Form. Efekty ich działań to stu pięćdziesięciostronicowy fotobook, film inspiracyjny, a cały projekt uzupełniały wywiady z projektantami. To było cztery lata temu. Od tego czasu konsekwentnie rozwijali swój styl, a ich zdjęcia publikowano już w: „Vogue”, „Wallpaper”, „i-D”, „Contributor”, „Sezon”, „Revs”, Newonce, „KMag” oraz w „Zwykłym Życiu”. Oprócz sesji zdjęciowych tworzą wideo, których estetyka opiera się na zestawieniu ob-

razu lo-fi takiego jak VHS czy filmu 8 mm z obrazem cyfrowym. Spod ich rąk wyszły teledyski do utworów Rosalie „Spokojnie” i „Królowa”. Zrealizowali także wiele sesji komercyjnych dla mniejszych i większych marek w Polsce i za granicą. Nic dziwnego – ich produkcje mają w sobie finezję, naturalną lekkość, a zarazem zwykłą, ludzką skromność i ponadprzeciętną wrażliwość estetyczną, połączoną z doskonałym warsztatem technicznym. Praca z nimi na planie to sama przyjemność – do każdego zlecenia podchodzą indywidualnie, z ogromną otwartością na człowieka, otoczenie, detale wyrażone w świetle, dźwięku, geście. Właśnie ta uważność i synergia promieniają w ich stylu. Ich filmowe i fotograficzne realizacje dla Magdy Butrym (z Klarą Kristin, Sophie Koella, Giselle Norman), najnowsze wideo #Redefine dla Reeboka (z udziałem Joanny Jędrzejczyk, Otsochodzi, oraz Ten Typ Mes), czy Antona Belinskiy’ego ukazują bardzo interesujące podejście do pracy komercyjnej. Szeroko potraktowaną estetykę reklamową przeplata artystyczny sznyt. Jedno jest pewne – każda z ich produkcji ma w sobie duszę, niepowtarzalny styl i serce, a dodatkowo Tatiana + Karol to po prostu fajni ludzie. I jak się okazało, połączyła ich nie tylko miłość do fotografii. Pod koniec zeszłego roku zostali małżeństwem, co idealnie koresponduje z tematem tego numeru. Bo dom to ludzie. Pstryk! —

vimeo.com/tatianaandkarol
instagram.com/tatianaandkarol



Drogie Siostry,
Na inauguracji naszego Klubu Książki Kobiecej w Katowicach gościliśmy Joannę Warechę – dziennikarkę zajmującą się losem ludzi z dawnych PGR-ów. Powiedziała ona, że to często kobiety w trudnych sytuacjach podejmują walkę i że nasza siła bierze się z naszych słabości. Może być i tak. Przed Wami herstoria młodziutkiej Inki – kobiety o wielkiej mocy.

Z wiosennym pozdrowieniem,
Katarzyna Szota-Eksner

Moc Inki!

O Ince opowiedziała mi znajoma joginka. Rozmawialiśmy długo przez telefon. O kobiecości, o sile kobiet (jak zawsze). Wcześniej Aneta napisała do mnie: „Kasiu, czy wciąż szukasz bohaterek do swojej książki? Pytam, bo poruszyła mnie bardzo historia mojej uczennicy. Ta opowieść mogłaby być wielką inspiracją dla kobiet, a w szczególności dla młodych dziewczyn!” Inka okazała się niezwykle radosną kobietą. Wyglądała jak nastolatka, chociaż była tuż przed trzydziestką. Swoje pierwsze dziecko urodziła w wieku szesnastu lat. Teraz była w drugiej, tym razem całkowicie zaplanowanej ciąży. Spotkałyśmy się w Krakowie w przytulanej śniadaniowni. Lutowy dzień. Nad miastem wisiały bure chmury, w radiu mówili o fali mrozów, które miały nadejść lada moment. Ani odrobiny słońca. Szary zimowy poranek. – Zawsze byłam takim, hm, dobrym dzieckiem. Świadectwa z paskiem, harcerka, więc kiedy moi

rodzice dowiedzieli się, że jestem w ciąży, to świat nam się wszystkim zawałił – tak Inka rozpoczyna swoją opowieść. – Miałam tylko 15 lat, chodziłam do gimnazjum. Od początku szkoły spotykałam się z chłopakiem kilka lat starszym ode mnie. Kiedy mnie zostawił po ponad roku, to świat mi się skończył. Zaczęłam robić dziwne rzeczy, straciłam poczucie stabilności, poznałam nowego chłopaka i mimo, że przecież nie byłam na to gotowa, zaszłam w ciążę – kontynuuje Inka. – Co za pech – wyrывa mi się, bo przypominam sobie historie dziewczyn z mojej szkoły, swoje pierwsze miłości i nasze rozmowy o tych ważnych pierwszych razach, pełne niedopowiedzeń i ... „ach, na pewno słyszałaś, podobno Ania to już z nim tak na poważnie i...ach”. – Co za pech – jeszcze raz powtarzam – prawie każdej z nas mogło się to przecież przydarzyć. Inka patrzy na mnie poważnie i stanowczo protestuje: – Po latach patrzę na to, co się stało zupełnie inaczej.

Dla mnie to zdecydowanie nie był pech. Tylko szczęście! Bardzo chciałam tego dziecka – Inka kilkakrotnie podkreśla to podczas naszej rozmowy i potem.

– Wiesz, ludzie pewnie tak myśleli jak ty: wzorowa uczennica, harcerka, a tu taka komplikacja. Ale ja uważam, że Weronika wyratowała mnie z wielu rzeczy i to, że jestem w tym miejscu, to jej zasługa – kontynuuje Inka. – Ale jak ty sobie poradziłaś? Co na to twoi rodzice? Szkoła? Ojciec dziecka? – niecierpliwie pytam. – Zaszłam w ciążę i ten pierwszy chłopak wrócił do mojego życia – opowiada spokojnie i z uśmiechem Inka. – Tata Weroniki zachował się nieodpowiedzialnie, powiedział: „to jest twój problem”. Ten pierwszy chłopak mi pomógł, nie tłumaczyliśmy, czyje to dziecka, więc sprawstwo zostało przypisane jemu. Rodzice dowiedzieli się pierwszego września – mówi Inka i zatrzymuje się na chwilę. – Najpierw powiedziałam w szkole, chodziłam do dobrego renomowanego gimnazjum. – Rodzice nie byli pewnie zachwyceni? – dopytuję się. –Byli bardzo wzburzeni i po ostrej wymianie zdań zostałam wyrzucona z domu. Początek trzeciej klasy gimnazjum, a ja byłam w drugim miesiącu ciąży – dodaje Inka. Usiłuję sobie wyobrazić bardzo młodą dziewczynę, która bierze na siebie taką odpowiedzialność, bo Inka ani przez chwilę nie myślała o usunięciu ciąży. Tym bardziej trudno, ponieważ sama jestem teraz mamą nastolatki. – Rodzice Michała powiedzieli, że nie ma problemu i mogę mieszkać u nich w domu. To było jakieś rozwiązanie na początek. Trwało prawie dwa lata. Urodziła się Weronika, skończył się połóg, Michał myślał, że będziemy rodziną, ale ja przecież nie byłam gotowa na rolę matki, a tym bardziej partnerki. – Czy twoi rodzice kontaktowali się z tobą? – dopytuję się. Po miesiącu rodzice próbowali nawiązać kontakt z córką, jednak Inka była wtedy zbyt dumna, żeby wrócić do domu i z nimi zamieszkać. – Chodziłam do szkoły przez cały wrzesień, ale w październiku pojawiły się skurcze i lekarz prowadzący zawyrokował: „albo dziecko albo szkoła”. I wtedy zorganizowano Ince indywidualny tok nauki. Kiedy urodziła się Weronika, między zajęciami młoda mama miała pół godziny przerwy na karmienie. – I tak dostałam się do dobrego liceum do klasy matematyczno-fizycznej. Gorzej było z mieszkaniem. Gdy Inka odeszła od Michała, przez chwilę mieszkała jednak u rodziców. – Wpadłam z deszczu pod rynnę. Bardzo szybko okazało się, że ciężko nam razem funkcjonować. Było bardzo trudno, więc kiedy Inka wróciła do rodzinnego domu (Weronika miała wtedy rok), to zwróciła się do ojca córki, żeby podjął się też częściowej odpowiedzialności finansowej za swoje dziecko. – Wyobraź sobie tę sytuację. Weronika nie miała opiekuna prawnego. Ja byłam niepełnoletnia. Moja mama ani mój tato nie chcieli sprawować opieki

prawnej nad nią. Dwa lata zawieszenia, aż w końcu opiekunką prawną Weroniki została moja chrzestna. Wkrótce jednak skończyłam 18 lat, złożyłam wniosek o uznanie ojcostwa i o alimenty. Kiedy Inka chodziła do szkoły, Weroniką zajmowała się opiekunka. Cudowna kobieta, która bardzo jej pomogła i była świetną opiekunką dla małej. Mieszkały z rodzicami. Nie było łatwo. – Pomogła mi szkoła – mówi Inka. – Zaczęłam znowu z kimś się spotykać. Ten chłopak był dziewięć lat ode mnie starszy i kiedy tato wyrzucił nas z domu, to pojechałam do niego. Szybko doszło do ślubu cywilnego, ale małżeństwo się rozpadło. Po 1,5 roku byłam już po rozwodzie. W tym ciągu trudnych zdarzeń każde kolejne pociągało za sobą następne. – I wtedy zrozumiałam, że nie mogę już dłużej opierać się na sile z zewnątrz, tylko sama muszę się wszystkim zająć – mówi Inka. To był przełom.

Siła musi być moja. Musi płynąć ze mnie, a nie z zewnątrz. – Dobrze pamiętam ten dzień, bo to był poniedziałek wielkanocny. Zabrałam Weronikę i pojechałam do Bielska, do pani psycholog, którą znałam ze szkoły. Ona mi powiedziała, że wszystko da się poukładać – opowiada Inka. – Bardzo potrzebowałam tych słów. (Bo czasem brakuje potwierdzenia i kojących słów „tak, dasz sobie radę, jesteś silna” – myślę słuchając Inki). Przeprowadziły się do Bielska i wszystko zaczęło się powoli układać.

Weronika poszła do przedszkola waldorfskiego. I to był bardzo dobry wybór: – Najwspanialsze miejsce na ziemi, z cudownymi ciociami. Weronika była tam naprawdę szczęśliwa – Inka opowiada z wielkim entuzjazmem. Dorabiała na korepetycjach, dostawała też pieniądze z kurii (do czasu aż okazało się, że profil przedszkola, do którego chodzi Weronika, nie spełnia kościelnych oczekiwań). – „Trudno, jakoś sobie poradzę”, tak wtedy pomyślałam – uśmiechamy się do siebie – wiesz, gdzie mieszkaliśmy z Weroniką? W akademiku, płaciłam tylko połowę kwoty. Jedyne wolne miejsce było w męskim składzie i opiekunka akademika powiedziała, że jeśli chłopcy się zgodzą, to mogę tam zostać. Chłopcy chodzili jak w zegarku, było cicho i czysto. Pytali się czasem, czy Weronika nie chce obejrzeć bajki i proponowali swój komputer. Pozwolono nam zostać w akademiku na wakacje. (Ludzie są ludzcy – myślę sobie).

Tak minęły trzy lata studiów i dziewczyny przeprowadziły się do Krakowa. Inka zaczęła studia magisterskie, ale na matematyce było jej bardzo trudno. – Część wykładowców nie akceptowała, że jestem po kolegium nauczycielskim i publicznie mówiła o moim niskim poziomie wiedzy. Zmaltretowało to moją psychikę. Inka zrezygnowała. I znowu zaczął się trudny czas. Pół roku przesiedziała w domu. Wynajmowała mieszkanie ze swoim



przyjacielem i to dzięki jego pomocy przetrwały. Piotrek trzymał wszystko w ryzach. Czy miała depresję? Nikt tego przecież nie zdiagnozował. A może te trudne przeżycia z przeszłości wróciły?

– Nie potrafiłam wstać z łóżka. Piotrek odprowadzał Weronikę do szkoły. Bardzo mi pomógł. Przetrwały! Od października Inka poszła na inny kierunek i po roku dostała najwyższe stypendium. To były wtedy dla niej bardzo duże pieniądze. Zapobiegliwie oszczędzała też na wypadek, gdyby nie dostała pracy zaraz po studiach. Na drugim roku studiów Inka wróciła do harcerstwa. – Harcerką byłam od szóstego roku życia. W przedszkolu poszłam z kuzynką na festiwal harcerski i bardzo chciałam zostać. Pamiętam nawet, jakie piosenki śpiewali. Nie było wtedy gromady ruchowej i komendant hufca powiedział, żebyśmy chodziła na zbiórki drużyny kuzynki. Kiedy poszłam do szkoły, to właśnie powstała tam gromada ruchowa. W szóstej klasie Inka została przyboczną gromady, do której należała. I bardzo wcześnie założyła swoją gromadę ruchową.

– Kiedyś to były inne czasy – kontynuuje Inka. – Wyobraź sobie, że rodzice wysyłali swoje dzieci na zbiórki do mnie. A ja byłam wtedy przecież w pierwszej klasie gimnazjum. Prowadziłam tę gromadę przez dwa lata, oficjalnie mieliśmy opiekuna z ramienia hufca, ale pojawiał się tylko na imprezach.

– Co się stało, kiedy zaszłaś w ciążę? – dopytuję.

– Gromadę poprowadzili moi przybocznicy, a ja wróciłam w 2010 roku i przejęłam gromadę od koleżanki z kolegium nauczycielskiego. Ale po dwóch miesiącach uznałam, że to nie jest mój poziom metodyczny, założyłam wtedy drużynę wędrowniczą „Północ” dla starszej młodzieży. Drużyna Wędrownicza pod przewodnictwem Inki odebrała Betlejemskie Światło Pokoju w Zakopanem, uczestniczyła w samodzielnych obozach wędrownych w Bieszczadach i na Mazurach. Byli obecni na każdej Wędrowniczej Watrze, a w 2013 i 2017 roku

zorganizowali trasę dla około 100 wędrowników z całej Polski. W 2016 roku „Północ” zdobyła tytuł Primus Inter Pares (pierwszy wśród równych) – największe polskie wyróżnienie dla drużyny wędrowniczej). Byli też dwukrotnie organizatorami sztabu WOŚP. Trzy lata temu Inka oddała drużynę i zajęła się pracą z kadra. Wspiera też w metodyce wędrowniczej środowiska, które skupiają się wokół „Północy”.

– Jesteście drużyną rozpoznawaną w Polsce, prawda?

– I to jak! – Inka uśmiecha się – w tym roku obchodziliśmy siódmą rocznicę jej istnienia. Drużynę w zeszłym roku przejął mój brat, ale wspieram ich, bo to jedno z moich miejsc na ziemi.

Staram się być tam, gdzie jestem potrzebna...

Wiosną 2014 roku Inka zapisała się na kurs kierowników placówek wypoczynkowych (jako harcerka i organizatorka wyjazdów z młodzieżą musiała ukończyć taki kurs).

– To był kwiecień, bardzo ważny miesiąc w moim życiu – mówi poważnie Inka (trochę magii nie zaszkodzi – myślę sobie i od razu jeszcze cieplej mi się robi na sercu).

– Na ten kurs zapisało się ponad 100 osób, ja przecież poszłam tam tylko po papierek, ale... – Inka uśmiecha się tajemniczo.

– Zawsze byłam pilną uczennicą, więc usiadłam na samym przodzie. Już po rozpoczęciu kursu do sali wbiegły trzy osoby i usiadły blisko mnie. Moją uwagę zwrócił chłopak z lewej strony. „I dlaczego, do diaska, on się tak do mnie uśmiecha?” Kiedy puszczone listę z podpisami, to udało mi się ustalić jego imię i nazwisko. Podczas kursu nie zamieniliśmy ze sobą ani jednego zdania – tylko uśmiechy. Wróciłam do domu, znalazłam go na Fb i po tygodniowych rozważaniach napisałam do niego:

„Cześć, nie będę twierdzić, że pies mi zjadł notatki, albo kot nasikał, ale może spotkamy się...”

Sławek odpisał.

Historia szczęśliwej miłości, czyli happy endy też się czasem zdarzają w życiu...

Do spotkania doszło dopiero pod koniec maja.

– Przegadaliśmy pół nocy, przeszliśmy pół Kazimierza. No i teraz jest moim mężem. (Cała Inka – myślę sobie.)

– Ale to był pierwszy mój znajomy, który nie wiedział o Weronice... Obracałam się w towarzystwie harcerzy, Weronikę zabierałam na zbiórki i wszystko było jasne.

– Bardzo mnie to stresowało. Jak mu powiedzieć?

„Wiesz Sławku, ja mam dziewięcioletnią córkę.”

Tak po prostu?

– I jak to w końcu zrobiłaś? – dopytuję się.

– Było trudno, bo na drugiej randce Sławek zaczął mi opowiadać o swojej rodzinie i o siostrze, która zaszła w ciążę mając 17 lat. Powiedział wtedy, że był na nią bardzo wściekły. (Nieżyły początek znajomości – myślę sobie.)

W końcu na czwartej randce Inka odważyła się.

– W moim życiu jest ktoś ważny, to dziewczynka i tej relacji nie da się rozdzielić. (Mocne i piękne słowa.)

Potok pytań ze strony Sławka. Minęło trochę czasu. Dokładnie 3 lata.

– Pobraliśmy się! Od razu wiedzieliśmy, że chcemy mieć większą rodzinę.

Inka jest w ciąży. Niedługo urodzi się Lena.

....

Trudne historie mają czasem swój happy end. Weronika zyskała tatę. Za chwilę będzie miała siostrę. Rodzice nigdy nie przeprosili, ale też Inka nie oczekiwała tego. Są bardzo dobrymi dziadkami dla Weroniki. Są dumni z córki i wnuczki.

– Wybaczylam. Oni też wybaczyli. Rodzice zabierają Weronikę co roku na wakacje. Jest dobrze – mówi Inka. Inka została nauczycielką. Skończyła matematykę, edukację techniczną – informatyczną, oraz edukację wczesnoszkolną i przedszkolną. Zrobiła też dwuletnie studia podyplomowe z edukacji niezależnej. Jako nauczycielka pracowała w technikum, w szkole podstawowej, waldorfskiej i w gimnazjum. Po urodzeniu Lenki wróciła do zawodu.

Ich domem jest też dom Sławka (pierwszy to ten, który stworzyli razem, drugi to jego dom rodzinny). Wspaniali teściowie, bardzo kochający Weronikę. Sławek to wymagający „tata”, ale Weronika czuje się bezpiecznie w tej relacji. Uczy się w szkole waldorfskiej i muzycznej. Jest pewnie zwykłą nastolatką, która czasem się buntuje i nie zawsze zgadza się z mamą.

Inka od drugiego trymestru ciąży chodzi na jogę.

– Oddycham, patrzę uważniej i mam czas na radość z tej ciąży. (To dzięki wspólnej jogowej koleżance spotkałyśmy się.)

–Wykształcenie zawdzięczam Weronice, dała mi dodatkowy poziom motywacji. Było ciężko, ale udało się. Wiedziałam, że muszę skończyć studia, żeby miała normalne życie. Wymyśliłam sobie, że będę nauczycielką i uparcie do tego dążyłam.

– Ja w wieku 29 lat urodziłam pierwsze dziecko – mówię.

Inka się śmieje:

– Ja urodzę drugie! Miałam piętnaście lat i dokonałam wyboru. To była dobra decyzja. Pamiętam taki program Rozmowy w Toku, odcinek o młodych mamach. Jedna z par psychologów, powiedziała, że nastoletnia dziewczyna nie jest w stanie być dobrą matką. Byłam zbulwersowana. Napisałam do nich. Jestem przecież najlepszą mamą dla swojej córki, jaką mogę być!

Bo kiedy Inka opowiada komuś swoją historię, to ludzie

nie dowierzają, że w tak młodym wieku sobie poradziła.

– W ciążę zachodzą dziewczyny z tak zwanych normalnych domów. I niezależnie od decyzji, jaką podejmuje taka nastolatka, to i tak zawsze będzie źle. Usunęła, czyli nie wzięła odpowiedzialności. Zdecydowała się urodzić – nie pokocha, nie poradzi sobie i jest puszczalska – to najczęstszy tekst.

I dlatego młode mamy potrzebują wsparcia.

– Nie myślałaś o tym, żeby dawać takie wsparcie? – pytam Inkę.

– Daję. Dziewczyny trafiają do mnie. Ale nie mówię im, że będzie łatwo. Muszą same zdecydować. Mieć mimo wszystko zaufanie do ludzi. Mnie się udało, bo jestem silną kobietą. Zawsze uważałam się za silną dziewczynę.

Dopijamy kawę.

– Nie mam czego się wstydzić. To, co zrobiłam dla Weroniki i dla siebie, jest normalnym wymiarem człowieczeństwa. Popełniłam kilka błędów, ale trzeba umieć je sobie wybaczać.

Przed Inką dobry czas.

Młodsza siostra Sławka ma małe dziecko. Druga, najmłodsza – trójkę, czyli szykuje się dużo radosnego zamieszania w rodzinie. Inka przygotowała już kotłysz dla Lenki, według własnego projektu.

– Mam też zamiar nosić Lenkę w chuście i rozpieszczać ją, ile wlezie. Ale nie będę spełniać jej wszystkich zachcianek – uśmiechamy się do siebie i przez chwilę rozmawiamy o rodzicielstwie i bliskości.

Po naszej rozmowie Inka wysłała mi swoje bardzo intymne i piękne zdjęcie ciążowe. Jestem ogromnie wzruszona.

„W ogóle ostatnio sporo wokół nas miłości. To cieszy” – pisze.

„Lenka coraz mniej dynamicznie się rusza, wierzę, że to już przygotowania do naszego spotkania.”

...

Wracając z Krakowa rozmyślałam o naszej niezwykle szczerej rozmowie. **Niech moc Inki przetrwa w starszej i młodszej córce!** Dziękuję, Inko, za niezwykle krzepiącą i radosną opowieść silnej kobiety. —



fot. Monika Burszcza

Katarzyna Szota-Eksner
Prowadzi szkołę jogi Yogasana, ściśle współpracuje z Sunday is Monday i współtworzy gliwicki Klub Książki Kobiecty. Jak Polska długa i szeroka namawia kobiety do szukania (mimo wszystko!) siły w sobie. Spisuje herstorye kobiet z sąsiedztwa. Dziewczyna ze Śląska, joginka, wegetarianka, felietonistka i feministka. Autorka bloga www.her-story.pl



Usłysz swój kolor

FISCHER Poligrafia

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

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



KOMSTA
okna i drzwi

OKNA I DRZWI PCV
STOLARKA ALUMINIOWA
BRAMY I ROLETY
OGRODY ZIMOWE

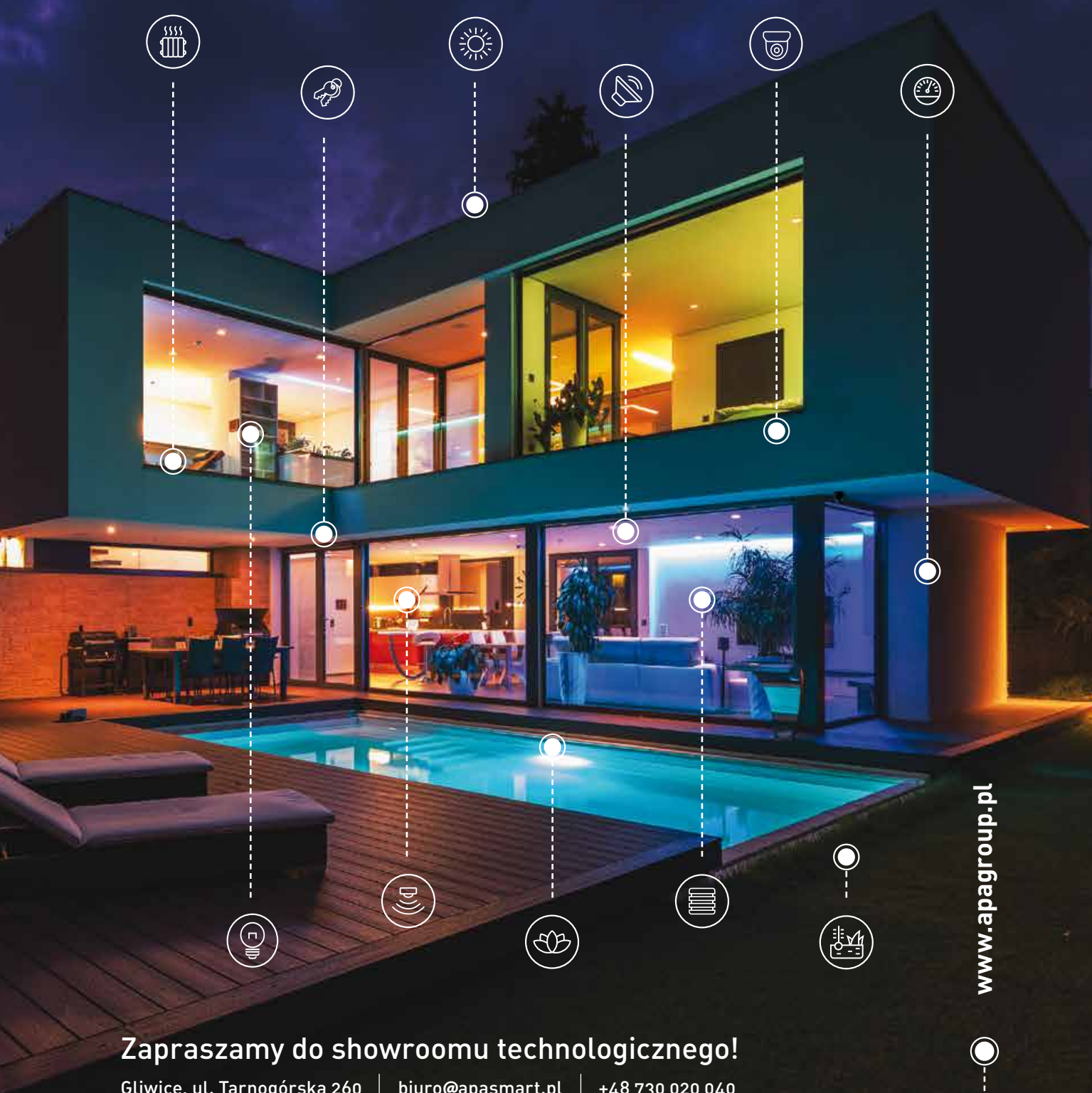
jesteśmy otwarcy

PEWNOŚĆ
KOMFORT
BEZPIECZEŃSTWO
TRWAŁOŚĆ
SATYSFAKCJA
ESTETYKA
CIEPŁO
FUNKCJONALNOŚĆ
RZETELNOŚĆ
ENERGOOSZCZĘDNOŚĆ
NOWOCZESNOŚĆ

KOMSTA Okna i Drzwi S.A.
44-120 Pyskowice, ul. Nasienna 2
salon@komsta.pl
+48/32 338 36 10

www.komsta.pl

YOUR HOME. REINVENTED.



www.apagroup.pl

Zapraszamy do showroomu technologicznego!

Gliwice, ul. Tarnogórska 260 | biuro@apasmart.pl | +48 730 020 040