

# SILESIA SMILE

Ludzie, miejsca, wydarzenia

Nr 8

jesień 2016

www.silesiasmile.pl

ISSN 2353-8783

## ŚLĄSKA

sztuka czy sztuka  
na Śląsku?

## PRZEPIS

na sukces

## NIECH BLUES

będzie ze mną do końca

## SUKCES

jest jak narkotyk



## IMPLANTOLOGIA

na światowym poziomie

## WYJŚĆ

z własnego cienia

## SZTUKA

ukryta pod ziemią



Czy Śląsk i Zagłębie są miejscem kulturotwórczym w kontekście zdarzeń i zjawisk, które można nazwać sztuką? Czy obszar z bardzo mocnym kręgosłupem technicznym tworzy sztukę? Staraliśmy się odpowiedzieć na to pytanie w artykułach, które znajdują się w tym numerze „Silesia Smile”. Jednocześnie eksponujemy zdarzenia i sylwetki ludzi, którzy wpływają na rozwój regionu. Odnoszą sukces zawodowy tworząc nowy wizerunek Śląska i Zagłębia. Wśród tych postaci jest Tomasz Najduch – wielokrotny mistrz kraju, Europy i międzynarodowych zawodów w karate. To również Jerzy Weindich, który zbudował chyba największe Centrum Przemysłu Mięsnego i Gastronomii w Europie Środkowo-Wschodniej. W tym gronie należy też wymienić Arkadiusza Nagięć, który podczas studiów stworzył wizję firmy, a dziś systematycznie ją realizuje budując jedno z najprężniej działających w południowej Polsce przedsiębiorstw zajmujących się projektowaniem, wykonawstwem i inwestowaniem w rozwój budownictwa. A skoro leitmotywem tego wydania jest sztuka, nie mogło zabraknąć przedstawicieli tej sfery życia. Reprezentuje ją Maciej Balcar, wyjątkowy solista i wokalista w kultowym zespole „Dżem”.

Zachęcam Państwa do lektury i niezmiennie serdecznie zapraszam do współpracy przy tworzeniu naszego magazynu. Jesteśmy bowiem po to, aby pokazywać sukces, interesujące rozwiązania i rozwój, któremu towarzyszą innowacyjne przedsięwzięcia realizowane przez mieszkańców naszego regionu. Polecam także lekturę wersji elektronicznej magazynu na naszym portalu [www.silesiasmile.pl](http://www.silesiasmile.pl).

Zapraszam również Państwa do polubienia i śledzenia naszej strony na facebooku [www.facebook.com/silesiasmile](http://www.facebook.com/silesiasmile).

Redaktor Naczelna  
**Barbara Urbanowicz-Śmigiel**

**REDAKTOR NACZELNA**  
Barbara Urbanowicz-Śmigiel  
barbara@smigiel.net  
0048 605 306 378

**KOREKTA I SKŁAD**  
Grupa PRC Sp. z o.o.

**DRUK**  
Drukarnia Kolumb

Nakład: 7000 egz.  
Bezpłatny biuletyn informacyjno-ekspercki  
[www.silesiasmile.pl](http://www.silesiasmile.pl)

# SPIS TREŚCI

- str. 4-5 | **ŚLĄSKA**  
sztuka czy sztuka na Śląsku?  
Czy sztuka stanowi antidotum na techniczny charakter regionu śląskiego?
- str. 6-7 | **WYIŚĆ**  
z własnego cienia  
Metamorfozy zmieniają zarówno zewnętrzną wykład, jak i wewnętrzną pewność.
- str. 8-9 | **KAŻDY DZIEŃ**  
jest przełomowy  
Wyjątkowa filozofia zarządzania firmą.
- str. 10-11 | **LASEROTERAPIA**  
– światowy standard w kosmetologii estetycznej  
Laseroterapia stała się już standardowym zabiegiem kosmetycznym.
- str. 12-13 | **MĘSKA SZAFKA**  
w dobrym stylu  
Stylizacje Magdy Wolny w wydaniu eleganckim i casual.
- str. 14-15 | **IMPLANTOLOGIA**  
na światowym poziomie  
Wyjątkowe spotkanie z najwybitniejszymi implantologami na świecie.
- str. 16-17 | **SUKCES**  
jest jak narkotyk  
Po roku od rozpoczęcia treningów Tomasz Najduch zdobył tytuł Mistrza Śląska w karate. Po dwóch latach był Wicemistrzem Polski.
- str. 18-19 | **WYSTARCZY**  
chcieć  
Budowanie swojej przyszłości w oparciu o możliwości całego świata jest realne.
- str. 20-21 | **KATOWICE SĄ...**  
moderne  
Dobra i nowoczesna architektura Katowic powstała także już przed wojną.
- str. 22-23 | **ŻYWIENIE**  
w mistrzowskim stylu  
Według Bogdana Szczotki pełnowartościowe, dietetyczne posiłki też mogą być smaczne.
- str. 24-25 | **PRZEJŚCIA**  
do (nie)tajemnych miejsc  
Śląsk stał się ważnym zagłębiem kultury, w którym sztukę wydobywa się w wielu ciekawych miejscach.



str. 26-27

**AMBASADORZY**  
Artur Rojek,  
fotografia: Piotr Drabik



str. 28-29 | **A PSIKI!**  
Na zdrowie  
Polski wynalazek - komputer tworzy modele leków nowej generacji.

str. 30-31 | **PRZEPIS**  
na sukces  
Weindich - rodzinna firma na światowym poziomie.

str. 32-33 | **TRZY**  
najważniejsze dni dla biznesu  
Najważniejsze spotkanie Małych i Średnich Przedsiębiorstw w Europie Środkowo-Wschodniej



str. 34-35  
**SZTUKA UKRYTA**  
w śląskich kamienicach  
fotografia: Aneta Mlaś

str. 36-37 | **NIECH BLUES**  
będzie ze mną do końca  
Maciej Balcar o swojej twórczości i współpracy z „Dżemem”.

str. 38-39 | **PODWODNE**  
cementarzysko – Laguna Chuuk  
Niesamowita ilość wraków z II wojny światowej w zasięgu ręki.

str. 40-41 | **SZTUKA**  
ukryta pod ziemią  
Węgiel zamienił się w dzieło sztuki, pył w jasne światło, budynki z czerwonej cegły w szklane kubiki czyli Muzeum Śląskie w Katowicach.

str. 42-43 | **SPRING THREAD**  
– piękno, które zawisło na nitkach

str. 44 | **JAKI BĘDZIE**  
nowy repertuar Filharmonii Śląskiej?  
Wywiad z prof. Mirosławem Błaszczykiem – Dyrektorem Filharmonii Śląskiej.

str. 45 | **HUMOR**  
pisany po Śląsku  
Z czego śmieją się Ślązacy?

str. 46 | **PIERWSZE ŚLĄSKIE**  
Targi WIATR i WODA

str. 47 | **REKLAMA**  
3Dtomo

str. 48 | **REKLAMA**  
Makronex

# SZCZEGÓLNI polecamy



**IMPLANTOLOGIA**  
na światowym poziomie  
str. 14-15



**NIECH BLUES**  
będzie ze mną do końca  
str. 36-37

**SUKCES**  
jest jak narkotyk  
str. 16-17

**SZTUKA**  
ukryta pod ziemią  
str. 40-41



# ŚLĄSKA

## sztuka czy sztuka na Śląsku?

Region śląski na mapie kraju stanowi wyodrębnioną część nie tylko administracyjnie. Inne postrzeganie tego obszaru przez wieki wyrąbali kilofami górnicy. Wieki tradycji górniczych, specyficznych zwyczajów powiązanych z pracą na grubie spowodowały, że szczególnie Śląsk do dziś postrzegany jest przez pryzmat pewnych stereotypów osadzonych na obrazie dymiących kominów i wież wyciągowych kopalni. Czy taka odrębność spowodowała jednak powstanie czegoś, co można nazwać śląską sztuką?

Być może w tej kategorii mieszczą się pewne tradycje górnicze, elementy specyficznej architektury familoków i garść legend czy baśni powiązanych z pracą pod ziemią. Ale to chyba wciąż za mało, by mówić o sztuce śląskiej w takim kontekście, w jakim rozumiemy na przykład sztukę ludową. Nawet filmy Kazimierza Kutza osadzone całkowicie w śląskiej rzeczywistości posiadają jednak bardzo uniwersalne przesłanie, co raczej stawia je w rzędzie nie lokalnych, a światowych dzieł kinematografii.

### JAŁOWA ZIEMIA

A jednak Śląsk i Zagłębie w specyficzny sposób się wyróżnia. Jak stwierdził kiedyś Maciej Bieniasz, profesor Akademii Sztuk Pięknych w Katowicach „Śląsk pod względem tak zwanych sztuk pięknych, plastycznych był długo po wojnie ziemią jałową”. Przez wiele lat całościowy obraz Śląska był rzeczywiście katastroficzny. Paradoksalnie jednak pewnym antidotum na taki stan rzeczy stała się właśnie sztuka.

Wiele jest miejsc i instytucji kultury, które stanowiły i nadal stanowią owo antidotum. W sferze teatralnej jest to z pewnością Teatr Śląski im. St. Wyspiańskiego. W latach czterdziestych i pięćdziesiątych na jego scenie de-

biutowali Gustaw Holoubek, Tadeusz Łomnicki. Występował tu także Aleksander Bardini. Wydarzeniem ostatnich lat w Teatrze stała się premiera „Piętej strony świata” Kazimierza Kutza w reż. R.Talarczyka, a także „Morfina” S.Twardocha w reż. E.Marciniak.

W latach siedemdziesiątych w Chorzowie powstał Teatr Rozrywki, który wyspecjalizował się w realizacjach musicalowych. Zagrane tu zostały największe dzieła światowe, jak „Skrzypek na dachu”, „West side story”, „Cabaret” czy „Jesus Christ Superstar”, a także wybitne dzieła polskiej sceny musicalowej: „Dyzma musical” W.Młynarskiego czy „Krzyk” według J.Kaczmarek. Warto dodać, że do Studium Taneczno – Muzycznego utworzonego przy Teatrze Rozrywki uczęszczał m.in. Janusz Józefowicz.

W sferze muzycznej sztukę na Śląsku od lat tworzy Opera Śląska w Bytomiu, która ma na swoim koncie ponad 260 premier, a także jako pierwszy taki zespół w Polsce, otrzymała Platynową Płytę za nagranie



NOSPR, fotografia: Sławomir Rybok Wydział Promocji UM Katowice

„Nabucco” G.Verdiego. To również Filharmonia Śląska im. M.Góreckiego, która jest m.in. organizatorem Międzynarodowego Konkursu Dyrygentów im. G.Fitelberga. Nie sposób pominąć też Zespół Pieśni i Tańca „Śląsk” im. S.Hadyny, który nie tylko kultywuje regionalną kulturę, ale jest jedną z najlepiej rozpoznawalnych polskich marek na świecie. No i Narodowa Orkiestra Symfoniczna Polskiego Radia od lat związana z Katowicami. Dziś jej nowa siedziba budzi zachwyt również poza granicami kraju, a w koncercie inauguracyjnym działalność w nowym obiekcie wziął udział jeden z najwybitniejszych polskich pianistów, Ślązak – Krystian Zimmerman.



### Sztuka na Śląsku

Z regionem śląskim związanych jest cała plejada osób, które znane są na całym świecie. To między innymi kompozytor Wojciech Kilar, operator filmowy Sławomir Idziak, reżyser Kazimierz Kutz czy Lech Majewski. To także wybitni aktorzy jak Janusz Gajos, Franciszek Pieczka, Krzysztof Globisz czy Jolanta Fraszyńska i muzycy: Elżbieta Dudziak, Ryszard Riedel, Basia Trzetrzelewska czy Artur Rojek z zespołu Mysłowitz.

W tej sferze budującej Sztukę na Śląsku nie można też zapomnieć o festiwalach dostrzeżonych i znanych w kraju i na świecie, a wśród nich Rawa Blues organizowana przez Ireneusza Dudka w katowickim spodku, na której przez lata wystąpili najwybitniejsi przedstawiciele

le bluesa z całego świata. To także OFF Festiwal, który z Mysłowic parę lat temu przeniósł się do Katowic, a którego pomysłodawcą jest Artur Rojek, a także Tauron Nowa Muzyka czy Ars Cameralis.

Wszystkie te instytucje, postaci, zdarzenia tworzą sztukę, która powstaje na Śląsku lub Zagłębiu. Jest ich coraz więcej i nie sposób wszystkich wymienić. To przecież także prywatne teatry, niszowe wydarzenia. A za każdym z nich stoją ludzie, którzy urodzili się i wychowali w regionie śląskim. Dziś tworzą oni sztukę, która często jest podziwiana o wiele dalej, niż sięgają granice województwa. Dlatego z pełnym przekonaniem można powiedzieć, że mamy do czynienia nie ze śląską sztuką, ale sztuką na Śląsku.

Piętej stronie świata  
fotografie: K.Lisiak



fotografie: Śmigiel Implant Clinic

# WYJŚĆ z własnego cienia

To nie jest jedynie zabieg estetyczny, który poprawia uśmiech. Nie jest to tylko kwestia konsultacji i pracy stomatologów, wizażystów, kosmetologów czy fryzjerów. To także, a może przede wszystkim uwolnienie i wyeksponowanie najlepszych cech, które człowiek ma w sobie. To więcej pewności siebie i pozytywnych wibracji na co dzień. Pani Małgorzata Mleczak z Białej Podlaskiej nie ma wątpliwości, że udział w programie pozwolił jej wyjść z własnego cienia.

PRZED



PO



Pani Małgorzata ma 48 lat. Samotnie wychowała dwójkę dzieci: córkę oraz syna. Jej życie nie było pasmem usłanym różami. Musiała samodzielnie borykać się z powszednimi problemami, a także zarobić na utrzymanie trzech osób. To wszystko spowodowało, że trochę zapomniała o sobie. We własnej hierarchii spraw ważnych zeszła na dalszy plan. Jednak nie do końca pogodziła się z takim stanem rzeczy, skoro zdecydowała się na udział w ogólnopolskiej akcji Metamorfoz z Claudią – „Piękno jest w Tobie”. Poddawała się między innymi zabiegom stomatologicznym w katowickiej klinice Śmigiel Implant Clinic, która jest oficjalnym partnerem programu

– Tak naprawdę do tego programu zgłosiła mnie córka. Początkowo byłam przeciwna. Pochodzę z małego miasteczka i taka zmiana wizerunku to wielka rzecz. Nie sądziłam, że przejdę casting pozytywnie. Ale tak się stało. Teraz, po wszystkim czuję się o wiele lepiej, stałam się bardziej otwarta na ludzi – mówi Małgorzata Mleczak.

## UŚMIECH I PEWNOŚĆ SIEBIE

Pani Małgorzata poddała się kilku zabiegom stomatologicznym, które przywróciły jej piękny uśmiech. Między innymi jej górna dwójka wymagała leczenia kanałowego. W kilku zębach stare wypełnienie było nieszczelne i trzeba było je zastąpić nowym.

– W pierwszej kolejności Pani Małgosia została poddana zabiegowi czyszczenia zębów. To najważniejszy etap leczenia. Wszystkich Pacjentów uczymy jak dbać o zdrowie zębów i dziąseł, ponieważ ich zaangażowanie i świadomość determinuje trwałość leczenia i wpływa na efekty naszej pracy. W następnej kolejności wybieliśmy dolne zęby, dzięki temu mogłam wykonać licówki w górnym łuku w jaśniejszym kolorze. Pani Małgosia jest piękną, młodą kobietą. Do tej pory jej oczy przykuwały uwagę. Myślę, że teraz zęby stały się kolejnym atrybutem urody – mówi dr Barbara Urbanowicz-Śmigiel, kierownik zespołu dokonującego Metamorfoz w katowickiej klinice Śmigiel Implant Master Clinic.

Braki w uzębieniu, w tym górnej piątki i szóstkę uzupełnione zostały



Znajdź nas na Facebooku

[www.facebook.com/smigiel.stomatologia](https://www.facebook.com/smigiel.stomatologia)



mostem porcelanowym. Z kolei braki w żuchwie uzupełnione zostały implantami.

Na tak przygotowane zęby nałożone zostały licówki porcelanowe, dzięki którym udało się nie tylko uzyskać piękną biel, ale także wyrównać i wydłużyć zęby pani Małgorzaty.

Efekt tych wszystkich zabiegów jest bardziej niż zadowalający. Dzięki nim bohaterka metamorfoz odzyskała nie tylko uśmiech, ale też ogromną pewność siebie.

– W Katowicach urzekła mnie wspólna atmosfera i podejście do pacjenta. Za każdym razem, a byłam w klinice sześć lub siedem razy, otaczali mnie przemiłymi ludźmi poczynając od pań na recepcji, a na właścicieli kliniki, pani Barbarze i Tomaszach Śmigiel kończąc. Byłam też zaskoczona. Sądziłam, że mogę się spodziewać bolesnych odczuć. Okazało się jednak, że nawet leczenie kanałowe było całkowicie bezstresowe i bezbolesne – opowiada pani Małgorzata.

– Dzięki tym zmianom zewnętrzny zmieniło się wiele we mnie. Czuję się dowartościowana, częściej odczuwam radosne chwile na co dzień. Nabrałam pewności siebie. Zaraz po Metamorfozach wielu znajomych wręcz mnie nie poznawało, ale wszyscy gratulowali tej decyzji. Jestem wdzięczna córce, że wysłała moje zgłoszenie do programu.

# KAŻDY DZIEŃ jest przełomowy

Rozmowa z Arkadiuszem Nagieć, projektantem, konstruktorem i inwestorem, prezesem zarządu firmy PRO-INVEST S.A.

## **Pochodzi Pan ze Śląska czy w jakikolwiek sposób determinuje to działalność Pana firmy?**

Na pewno chciałbym, żeby ten region rozwijał się i wykorzystywał swój potencjał. W promieniu stu kilometrów od Katowic mieszka około 9 milionów ludzi i jest kilkanaście dużych miast. To miejsce jest porównywalne z innymi światowymi aglomeracjami i ma bardzo duże możliwości, które trzeba po prostu wykorzystać. W okresie studiów planowałem wyjazd do Kanady lub Australii wzorem Edmunda Obiały, który zrobił karierę za granicą i wybudował wiele wspaniałych obiektów na świecie, ale zostałem tutaj i nie żałuję tej decyzji.

## **Czy stereotyp czarnego, zadymionego regionu Pana zdaniem już na Śląsku i Zagłębiu nie obowiązuje?**

Taki wizerunek Śląska odchodzi do lamusa. Nasz region zmienia się i nie tylko ja dostrzegam ewolucję w kierunku gospodarki innowacyjnej. Widać to doskonale

choćby w strefach ekonomicznych, gdzie dominują przedsiębiorstwa produkcyjne opierające się na najnowszych technologiach. W samej Katowickiej Strefie Ekonomicznej zatrudnienie znalazło 55 tysięcy osób. Sądzę, że tendencja tworzenia firm produkcyjnych będzie się rozwijać. Pomimo, że prawdopodobnie nie dorównamy Niemcom, nasze znaczenie będzie rosło. Ponadto nadal jesteśmy atrakcyjni dla zagranicznych partnerów w kontekście kosztów siły roboczej. Praca w Polsce ciągle jest trzy razy tańsza, niż na przykład w Niemczech. To powód, dla którego kolejne inwe-

stycje lokowane są tutaj. To dla nas tylko i wyłącznie korzyść - gdy ktoś właśnie u nas - na Śląsku, inwestuje swoje pieniądze.

## **Podobno stworzył Pan niemal w szczegółach wizję swojej firmy jeszcze na studiach?**

To prawda. Na studiach wymyśliłem firmę wraz ze wszystkimi działami i strukturą. Teraz konsekwentnie ten plan realizuję. Z wykształcenia jestem inżynierem konstruktorem i od projektowania obiektów rozpocząłem działalność. Wraz z poszerzaniem obszarów działalności firmy sięgnęliśmy po generalne wykonawstwo. Działalność inwestorska jest naturalną konsekwencją rozwoju i kreatywnego podejścia do możliwości, jakie są nam dostępne. I są to nie tylko inwestycje bu-

dowlane, ale także rolnicze czy medyczne, a także własna produkcja.

## **A czy są przełomowe momenty w historii Pańskiej działalności biznesowej?**

Tak naprawdę każdy dzień jest przełomowy. Wynika to z faktu, że proces inwestycyjny jest jednym z najbardziej skomplikowanych sposobów na zarabianie pieniędzy. Uczestniczy w nim ogromna liczba osób poczynając choćby od rolnika, od którego kupujemy ziemię, poprzez sądy, prawników, notariuszy, którzy zajmują się kwestiami własnościowymi gruntu. Później przychodzi czas na budowę infrastruktury i kontakt z urzędnikami, a pozwolenie na budowę staje się niczym wobec konieczności uzyskania decyzji środowiskowej czy dopełnienia procedur wodno-prawnych. Na każdym etapie może wystąpić jakiś nieprzewidziany problem, zwłaszcza, że interpretacja przepisów też nie jest jednoznaczna. Kiedy już przebrniemy przez biurokrację, na placu pojawia się kierownik budowy, inspektor nadzoru budowlanego, projektant, inwestor, inspektorzy z Państwowej Inspekcji Pracy, ZUS, Urząd Skarbowy, problemy z pracownikami. Można powiedzieć, że kiedy ktoś kupu-

je sobie jakąś linię produkcyjną i produkuje na przykład czekoladki, to w porównaniu z naszą działalnością, wiecie w miarę spokojne życie biznesowe.

## **No ale sam Pan tego chciał. Mógł Pan przecież ograniczyć działalność tylko do projektowania?**

Jeśli chcę zrealizować swój pomysł sprzed lat, to muszę te trudności pokonać. Najlepszą i sprawdzoną metodą w tej sytuacji, jest kompleksowość, czyli zbudowanie sprawnie funkcjonującego i komunikującego się zespołu, w którym konstruktor, inwestor, człowiek od nieruchomości, prawnik jest niejako jedną osobą, jednym organizmem, który doskonale się wzajemnie rozumie. To jest sposób, aby cały ten bałagan opanować i kilkakrotnie przyspieszyć cały proces inwestycyjny.

## **No właśnie, ten organizm tworzą ludzie. Trudno sobie wyobrazić, aby tak rozbudowana firma funkcjonowała jedynie przy zaangażowaniu właściciela.**

Rzeczywiście w zarządzaniu firmą uważam, że najważniejsi są ludzie. Trzeba ich odpowiednio zmotywować i stworzyć grupę, która będzie działać razem i dążyć do jednego celu. Wydaje mi się, że nam się to udaje. Kiedy pomyślę, kogo spotkałem na przestrzeni ostatnich 10 lat i kto teraz tu pracuje, myślę, że był to ciąg przypadków. Choć są tacy, którzy twierdzą, że nie ma przypadków, więc może to było w jakiś sposób zaplanowane...

Tych ludzi trzeba doceniać, muszą się oni czuć dobrze w pracy. A przede wszystkim ważne jest, żeby chcieli, a nie musieli coś zrobić od siebie. Oczywiście zdarzają się różne sytuacje, zwykle ludzkie pomyłki. Ostatnio spotkałem jedną z naszych kosztorysantek, która dwukrotnie popełniła jakieś błędy. Co miałem jej powiedzieć? Czy jeszcze bardziej ją wpędzać w poczucie winy? Nie, bo cóż mi to da? Powiedziałem jej coś zupełnie innego, żeby się nie przejmowała, bo ja godzę się z jej błędami. To, moim zdaniem, jest jedyny sposób, by ktoś mógł się pozbyć stresu i wyeliminował błędy ze swojego działania.

## **To ciekawa filozofia motywowania do pracy. Czyli co według Pana najbardziej się liczy, jeśli chodzi o pracowników?**

Przed wszystkim liczy się dla mnie uczciwość, lojalność, dbałość o swoje miej-

sce w firmie, z którą każdy powinien się w jakiś sposób utożsamić. Bo to jest niejako nasz drugi dom. Spędzamy tu prawie połowę swojego życia i powinniśmy tworzyć taką atmosferę, by być szczęśliwymi i czuć się komfortowo. Przecież nie chodzi o to, by przychodzić do pracy z niechęcią, denerwować się na szefa, kolegów i być tu tylko dla pieniędzy.

To jest tak trochę, jak w małżeństwie. Pasujemy do siebie i jesteśmy razem, albo bierzemy rozwód. Przy takim podejściu jest tu także miejsce dla osób z mniejszymi kompetencjami, bo te można szybko zdobyć poprzez doświadczenie i szkolenia.

## **Ma Pan pomysł na biznes i ludzi, z którymi może Pan ten pomysł realizować. To rzeczywiście pozwala na podejmowanie kolejnych wyzwań. A zatem jakie to są wyzwania?**



W najbliższym czasie zamierzamy uruchomić w centrum Katowic klinikę, która będzie się zajmować leczeniem różnego rodzaju zakażeń, głównie boleriozy. Przy zastosowaniu biorezonansu komórkowego, ozonoterapii osiągnane są w tym zakresie doskonałe efekty, do 95% całkowitego wyleczenia. Chcemy, by z takiej możliwości skorzystali także mieszkańcy Śląska i Zagłębia. Klinika będzie ulokowana w nowoczesnym biurowcu, który jest naszą inwestycją i znajduje się przy ul. Staromiejskiej w Katowicach. Historia miejsca sięga 1890 r. kiedy to mieścił się tam młyn parowy. Teraz to kameralny, komfortowy i nowoczesny, pięciokondygnacyjny budynek, w którym oprócz kliniki znajdują się pomieszczenia biurowe, a na parterze planujemy uruchomić restaurację ze zdrowym żywieniem. Uważam bowiem, że zdrowie ludzi jest najważniejsze, podobnie, jak zdrowa żywność. Dlatego w to inwestujemy.

**Dziękuję za rozmowę.**





# LASEROTERAPIA

– światowy standard  
w kosmetologii estetycznej

fotografie: archiwum CosmoBelle Clinic

Nowoczesne techniki laseroterapii zrewolucjonizowały kosmetologię, dermatologię oraz medycynę estetyczną. Laseroterapia stała się obecnie światowym standardem w zabiegach odmładzania skóry, usuwania wszelkiego rodzaju zmian estetycznych, przebarwień oraz zbędnego owłosienia – mówi mgr Teresa Seemann – właścicielka CosmoBelle Clinic.



**Jest Pani specjalistką w zakresie laseroterapii, gdzie Pani uzyskała tak ogromną wiedzę?**

Wiele lat mieszkałam w Niemczech. To tam rozpoczęłam swoją przygodę z laseroterapią. Regularnie uczestniczyłam w specjalistycznych szkoleniach oraz konferencjach na całym świecie pogłębiając wiedzę oraz dążąc do perfekcji. Pracowałam jako specjalista – szkoleniowiec prowadząc wykłady i prelekcje na temat innowacyjnych laserów stosowanych w kosmetologii. Wiedzę w tym zakresie przekazuję również słuchaczom Międzynarodowej Akademii Kosmetyki i Biznesu, gdzie kształcenie prowadzone jest w oparciu o innowacyjne autorskie programy nauczania oraz bardzo wysoki poziom.

**W klinice CosmoBelle osobiście wykonuje Pani zabiegi laseroterapii?**

W CosmoBelle Clinic, której jestem właścicielem od 16 lat osobiście wykonuję zabiegi laseroterapii. Zawsze zapraszam moich pacjentów na indywidualną konsultację, podczas której

omawiamy oraz oceniamy problem i dobieramy odpowiedni laser. Kluczowa jest odpowiednia diagnoza. Sama nazwa LASER powstała od angielskiego wyrażenia Light Amplification by Stimulated Emission of Radiation, co oznacza wzmocnienie światła poprzez wymuszoną emisję promieniowania elektromagnetycznego. Światło laserowe oddziałuje na odpowiednie cząsteczki pochłaniające, znajdujące się w skórze, tzw. chromofory. Chromoforami mogą być hemoglobina, melanina, kolagen oraz woda. Mając do wyboru różnego rodzaju aparaturę, znając jej zastosowanie i właściwości, możemy niezwykle dokładnie dobrać odpowiedni laser do potrzeb pacjenta i problemu oraz wykonać zabieg z dużą precyzją.

**Od czego zależą efekty?**

Efekty uzyskane po użyciu laserów zależą od czasu naświetlania, długości fali lasera, jego mocy oraz liczby zabiegów w serii, początkowego stanu naświetlanych tkanek i indywidualnych właściwości skóry pacjenta. Jeżeli chodzi o użycie laserów w zabiegach na twarz to laser powoduje z jednej strony odświeżenie skóry, rozjaśnienie

nie twarzy, wyrównanie kolorytu, a z drugiej zadziała głębiej, zniweluje drobne zmarszczki i poprawi napięcie skóry.

**Czy to prawda, że zabiegi laseroterapii najlepiej wykonać w okresie jesiennie-zimowym?**

Jest to słuszne, kiedy mówimy o zabiegach dotyczących twarzy, dekoltu, szyi i rąk - czyli tych obszarów, które narażone są na promieniowanie słoneczne. Zabiegi laserowe, które możemy wykonywać w ciągu całego roku to te, które realizowane są na części ciała nie ekspozowanej na słońce. Jesień - zima to świetny okres na wykonywanie zabiegów takich, jak: fotoodmładzanie, leczenie blizn, usuwanie przebarwień, a także zamykanie naczynek.

**Jakie lasery stosuje Pani najczęściej w swojej klinice?**

CosmoBelle Clinic wyposażona jest w najnowocześniejszą aparaturę zabiegową.

Najbardziej popularnym laserem jest **LASER IPL**. Jego technologia zapewnia efektywność oraz krótkie

i prawie bezbolesne zabiegi. Posiada on 5 głównych zastosowań:

- Fotoodmładzanie – czyli usuwanie zmarszczek poprzez pobudzenie skóry właściwej do rozpoczęcia naturalnego procesu regeneracji i leczenia oraz intensywną odbudowę kolagenu.
- Zamykanie naczynek – usuwa popękane naczynka, rumienie, teleangiektazje.
- Usuwanie przebarwień – usunięcie plam hormonalnych, potrądzikowych, soczewicowatych oraz piegów.
- Leczenie trądziku – zwalczanie bakterii powodujących powstawanie stanu zapalnego oraz zmniejszenie wielkości i wydajności gruczołów łojowych.
- Fotoepilacja – trwałe usuwanie zbędnego owłosienia.

**LASER DIODOWY** jest w tej chwili najchętniej wybieraną metodą permanentnego usuwania owłosienia. Polega ona na uszkodzeniu macierzy włosa poprzez absorpcję energii lasera przez ciemny barwnik w nim zawarty. Usunięcie niechcianego owłosienia jest szybkie, bezbolesne i trwałe.

**LASER FRAKCYJNY CO<sub>2</sub>** powoduje z jednej strony silne odświeżenie naskórka, czyli rozjaśnienie twarzy, wyrównanie kolorytu cery, z drugiej strony zadziała głębiej, zniweluje drobne zmarszczki i poprawi napięcie skóry. Przy zabiegach z użyciem lasera frakcyjnego trzeba się jednak liczyć z kilkudniowym okresem rekonwalescencji. Do wybranych partii skóry pacjenta przykładana jest głowica emitująca mikro-wiązki światła, które penetrują skórę na głębokości ponad 1,5 mm, w kontrolowany sposób uszkadzając wybrane obszary naskórka i skóry właściwej. W wyniku naturalnego procesu gojenia uszkodzone komórki zastępowane są nową, zdrową tkanką, czego efektem jest zdrowsza i młodszą skórą. Efekty są długotrwałe. W Klinice CosmoBelle laser frakcyjny stosujemy głównie do usuwania blizn, zmian estetycznych, potrądzikowych, powierzchniowych niedoskonałości, jak również rozstępów.

Modne stało się także usuwanie tatuaży. Dla osób, które chciałyby się go pozbyć najlepszy będzie **LASER Q-SWITCH**. Zabieg z użyciem tego lasera polega na ultrakrótkich impulsach światła wnikających w głąb skóry, dzięki temu zjawisku, w trakcie usuwania tatuaży lub zmian pigmentowych działamy wyłącznie na barwnik, bez uszkodzenia skóry otaczającej. Laser nie pozostawia blizn po zabiegowych, a czas rekonwalescencji jest wyjątkowo krótki.

**Czy lasery służą również do odchudzania?**

Oczywiście tak. Odchudzamy i modelujemy sylwetkę za pomocą **LIPOLASERA**. Na wybraną okolicę zabiegową przykładane są głowice emitujące wiązki laserowe, które prowokują rozpad trójglicerydów. Wiązka świetlna lasera przenika głęboko w warstwę skóry i kieruje się dalej w kierunku komórek tłuszczowych. Dochodzi do naturalnej reakcji chemicznej. Trójglicerydy rozpadają się i są transportowane przez układ limfatyczny oraz usuwane z organizmu za sprawą naturalnych procesów metabolicznych. Wiązka światła lasera działa tylko na komórki tłuszczowe, nie mając wpływu na tkanki otaczające. Zabieg jest całkowicie bezbolesny, towarzyszy mu jedynie odczucie delikatnego ciepła. Zastosowań laserów w kosmetologii estetycznej jest bardzo dużo i co najważniejsze warto z nich korzystać, ponieważ przynoszą szybkie i długotrwałe efekty.

Jeżeli chcieliby Państwo dowiedzieć się czegoś więcej na temat zabiegów z użyciem laserów serdecznie zapraszam na indywidualne konsultacje.

**Dziękuję.**



**CosmoBelle Clinic**  
Tychy, ul. Barona 30  
tel. 509 563 700  
www.cosmabelle.pl



# MĘSKA SZAFA

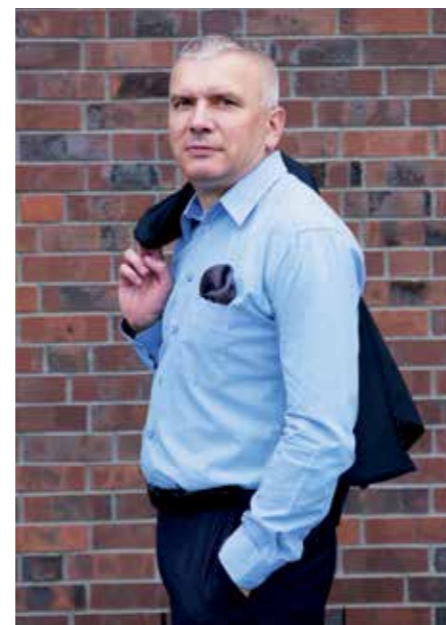
## w dobrym stylu

Krawat w prążki, elegancka muszka, a może poszetka w intensywnym kolorze? Jak skomponować stylizację w wydaniu eleganckim i casual? Magda Wolny, personal shopper i pasjonatka mody odkrywa tajniki męskich szaf.

*Wszystko zaczyna się od tego, że gdy spojrzymy w lustro, nie jesteśmy zadowoleni ze swojego wyglądu. Tymczasem jest to najprostsza rzecz, którą można zmienić.* – mówi Magda Wolny, personal shopper z zamilowania. *O wiele trudniej jest nauczyć się francuskiego czy zacząć regularnie ćwiczyć. Zdecydowanie prościej jest dokonać zmiany zewnętrznej. Często panowie poszukują swojego stylu, boją się diametralnych zmian, najważniejsze jednak, by odbywały się one w drodze ewolucji, nie rewolucji* – dodaje. Największym błędem niektórych mężczyzn jest brak obiektywnej oceny swojego wyglądu. Większość kobiet wie, jakie ma swoje atuty, a jakie słabe strony. *Odnoszę wrażenie, że niektórzy mężczyźni, być może ze względu na stres, zabieganie, najczęściej zakładają na siebie to, co aktualnie znajdują w szafie. Często jest to deprecjonowanie kwestii ubierania się, traktowanie jej jako tej ostatniej, wymuszonej przez charakter pracy czy okazji.* – zaznacza Magda Wolny.

## Wzór na dobry wygląd

Jak uzupełnić męską garderobę przed jesiennym sezonem, aby wyglądać stylowo i z klasą? Panowie stają przed nie lada wyzwaniem. *Moda dla mężczyzn nie podlega tak dużym wahaniom, jak moda damska.* – zaznacza Magdalena Wolny.



Jednak i w stylizacjach dla panów zaczyna pojawiać się coraz więcej koloru. Choć nadal królują szarości, czernie i grafity, to pojawiają się barwy takie, jak mocny błękit, czerwień, zieleń. Z tym, że nie są one dedykowane wszystkim. Jeśli mężczyźni chcą się wyróżnić, można to również zrobić poprzez dodatki: pasek, okulary, kaszkiety, szale czy poszetkę w intensywnym kolorze. Tej jesieni królować będą barwy wojskowe i trend militarny, kurtki zarówno w wydaniu eleganckim i sportowym oraz buty sztyblety.

Paski, kropki, kratka, wyraziste wzory – jak łączyć struktury materiałów, żeby prezentowały się perfekcyjnie? Są szkoły, które mówią o tym, że nie powinno się wprowadzać więcej niż trzech wzorów. Jednak patrząc na światowe inspiracje, okazuje się, że można w ciekawy sposób połączyć różne faktury, wszystko zależy od danej osobowości. – *Odnoszę wrażenie, że klasyczna moda męska trochę wyhamowała, garnitury są ciemnoszare, ciemno-granatowe, grafitowe, koszule błękitne, białe, krawaty spokojne, bez wyrazistych wzorów.* Moda męska jest bezpieczna. Tymczasem warto odważyć się na szaleństwo wzorów czy intensywnych kolorów. Od paru lat obserwowany jest trend związany z krojem garniturów, które stały się bardziej dopasowane. Nie oznacza to jednak, że mężczyzna o potężnej sylwetce będzie dobrze w takim wyglądał. Obowiązują również zasady dotyczące mankietów, kantów, długości spodni. Do łask wraca kamizelka – w dwóch wersjach. Z jednej strony może stanowić element współgrający z całością, z drugiej kontrastowy. Czasami warto zrezygnować z krawata na rzecz poszetki lub muszki. – *Zgodnie z zasadą geometrii, mężczyzna o korpulentnej budowie będzie lepiej wyglądał w szerszym krawacie i ciemniejszej kolorystyce, a ten drobniejszy z kolei w cieńszym krawacie bądź w muszce* – radzi Magda Wolny. Muszka świeci triumfy zarówno w młodzieżowych stylizacjach stanowiąc ekstrawagancki dodatek, jak i w tych bardziej eleganckich i galowych. Niektórzy mężczyźni nie zdają sobie sprawy z tego, że poprzez krój marynarki, szerokość krawata, kształt kołnierzyka można dowolnie manipulować proporcjami sylwetki.

## MOJITO, PALMY I SANDAŁY

– *Moda męska w nadmorskich kurortach to często zestawienia krzykliwe, zbyt obcisłe tshirty i nieszczęsne zestawienie skarpetek z sandałami. Obserwuję, że ten wynalazek nie zależy ani od wykształcenia, ani od zasobności portfela.* – mówi Magda Wolny. Nie da się ukryć, że często mężczyźni mają największy problem z letnimi stylizacjami. Tymczasem według stylistki tu sprawa jest najprostsza. Aby dobrze wyglądać w sezonie letnim, wystarczy mieć w męskiej garderobie jedną lub dwie pary spodni casualowych i np. krótkie spodenki, które zaczynają się nad kolanem. Do tego kwestia wyboru koszuli. Te z krótkim rękawem również często są dobrze wyprofilowane, wracają do męskich szaf w dobrym stylu. Najprostszym pomysłem jest jednak kupienie kilku koszul casualowych i nonszalanckie podwiniecie rękawów. Do tego mokasyny, tenisówki czy trampki i letnia stylizacja gotowa! Oczywiście bez skarpetek.



Bez względu na to, ile mamy lat czy jaki zawód wykonujemy, zawsze czujemy się lepiej, kiedy jesteśmy postrzegani jako osoby zadbane i dobrze ubrane. Wtedy częściej się uśmiechamy, a o to chodzi! *Należy zdawać sobie sprawę z tego, że nie każdemu będzie odpowiadał styl wąskich rurek i mokasynów*

*noszonych do bosych stóp kreowany przez Ekskluzywnego Menela czy nonszalancka elegancja Mr Vintage* – podkreśla Magda Wolny. Najważniejsze jednak, by pozostać sobą!

Magda Wolny  
e-mail: mawo345@gmail.com



fotografie: archiwum IMP

# IMPLANTOLOGIA

## na światowym poziomie

To wyjątkowe spotkanie, podczas którego – w odróżnieniu od innych konferencji – uczestnicy mają wiele czasu, by skorzystać z obecności wybitnego klinicysty czy niekwestionowanego autorytetu z zakresu implantologii – mówi dr Tomasz Cegielski M.Sc., prezes stowarzyszenia Implant Masters Poland. Mogą oni wysłuchać i przedyskutować wraz z nim kwestie, które często są zupełnymi nowościami i innowacyjnymi rozwiązaniami w implantologii. Kolejny, siódmy już Zjazd IMP, któremu towarzyszy Międzynarodowa Konferencja Implantologiczna „Meet the Master” zapowiada się niezwykle ciekawie.

## Wybitni specjaliści

W dniach 30 września-1 października br. w warszawskim hotelu InterContinental zgromadzą się najlepsi specjaliści implantolodzy, by w ciągu dwóch dni wymienić się swoimi doświadczeniami zawodowymi, a przede wszystkim, aby poznać najnowsze trendy w leczeniu implantologicznym. Wysoki poziom merytoryczny tego zdarzenia zapewnia organizator konferencji stowarzyszenie Implant Masters Poland, który zaprosił najwybitniejszych na świecie przedstawicieli implantologii. W tym roku, podczas dwóch dni spotkań swoją wiedzę podzielą się: dr Paul Weigl DMD PhD z Niemiec, uznany autorytet w zakresie protetyki stomatologicznej, dr Ashok Sethi DMD z Wielkiej Brytanii, specjalista chirurgii i protetyki stomatologicznej oraz dr Devorah Schwartz-Arad DMD PhD z Izraela, której wybitne osiągnięcia w zakresie chirurgii jamy ustnej i szczękowo – twarzowej znane są na całym świecie. Z wykładami wystąpią także wybitni polscy implantolodzy: dr Tomasz Śmigiel M.Sc z Katowic będący innowatorem stomatologii cyfrowej i dr n.med. Marek Adwent M.Sc. z Będzina, specjalista chirurgii szczękowo – twarzowej. Można zatem powiedzieć, że na konferencji będącej międzynarodową platformą prezentacji innowacyjnych rozwiązań implantologicznych mamy niezwykle silną reprezentację z regionu śląskiego.



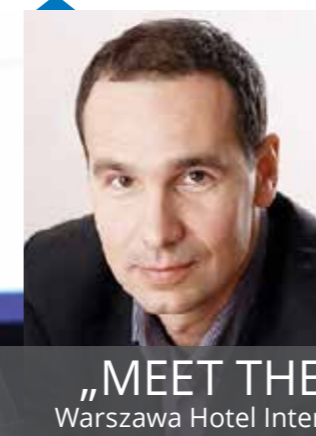
Organizacja dwudniowej międzynarodowej konferencji implantologicznej, która swoim poziomem nie będzie ustępować konferencjom organizowanym na całym świecie stanowiła wielkie wyzwanie, ale i dała ogromną satysfakcję. Cieszę się, że Stowarzyszenie Implant Masters Poland umożliwi w ten sposób po raz kolejny kilkuset lekarzom z Polski edukacyjny kontakt z implantologią na najwyższym poziomie – mówi Dr Jerzy Perendyk M.Sc., Vice-prezes Zarządu Implant Masters Poland.



Dr Ashok Sethi DMD  
Wielka Brytania



Dr Tomasz Śmigiel, M.Sc.  
Katowice



Dr Devorah Schwartz-Arad, PhD  
Izrael



Dr n.med. Marek Adwent, M.Sc.  
Będzin



Dr Paul Weigl DMD, PhD  
Niemcy



„MEET THE MASTER - 2 EDYCJA”  
Warszawa Hotel InterContinental 30.09.2016 r. – 1.10.2016 r.

Konferencja otwarta dla wszystkich stomatologów i studentów

## ŚWIATOWY POZIOM

Międzynarodowa Konferencja Implantologiczna „Meet the Master” organizowana jest przez stowarzyszenie Implant Masters Poland po raz drugi. Jej wysoki poziom zapewniają światowej klasy wykładowcy. Jest to wydarzenie w środowisku implantologicznym, które bardzo często owocuje zastosowaniem w codziennej praktyce nowych rozwiązań medycznych. Wymiana myśli, dzielenie się doświadczeniami przez implantologów krajowych i zagranicznych powoduje, że śmiało można powiedzieć, iż implantologia w Polsce znajduje się na najwyższym światowym poziomie. Jest to dość istotne w sytuacji, gdy zabiegi implantologiczne stały się bardzo popularne.

– *Kiedyś, wcale nie tak dawno* – mówi dr Tomasz Śmigiel (M.Sc. Redaktor Naczelny „International Magazine of Digital Dentistry”) – *ludzie nie wyobrażali sobie możliwości trwałego zastąpienia utraconego zęba. Dzisiaj wprowadzanie implantów jest procedurą bezpieczną i powszechnie stosowaną. Nie tak dawno na planowanie leczenia za pomocą komputera patrzono z przynajmniej lekkim przerażeniem. Dzisiaj wirtualne projektowanie leczenia staje się standardem, używamy skanerów wewnątrzustnych do pobierania trójwymiarowych cyfrowych wycisków, a modele zębów mogą być drukowane na drukarkach 3D. To nie fantasmagoria, to się dzieje na naszych oczach.*

Autor: Mariusz Szczygielski



# SUKCES

## jest jak narkotyk

Rozmowa z Tomaszem Najduchem, członkiem Kadry Narodowej karate kyokushin w latach 1990-2005, jedenastokrotnym Mistrzem Polski, pięciokrotnym zdobywcą Pucharu Polski, pięciokrotnym mistrzem Europy, zdobywcą Pucharu Europy i medalista Pucharu Świata, zdobywcą mistrzostw Ameryk Północnej i Południowej, wicemistrzem Państw Arabskich 2002.



fotografie: archiwum T. Najduch

### **Dlaczego karate? Czyli jak to się zaczęło?**

Zaczął się od mojego przyjaciela. Trenował karate. Pokazywał mi różne ciosy, bloki. Jednak od 5 lat trenowałem piłkę nożną. Byłem już nawet w kadrze wojewódzkiej. W końcu w 1987 roku dałem się namówić. Wtedy trenerem w Oświęcimiu był Zbigniew Zieliński. Zaimponował mi jego autorytet wśród chłopaków. Wykonywali jego polecenia bez mrugnienia okiem.

### **Nie było Panu żal piłki nożnej?**

Nie, bo narkotykiem dla sportowca jest sukces. W karate osiągnąłem go bardzo szybko, już po 3 miesiącach. W turnieju organizowanym w Oświęcimiu, zająłem drugie miejsce, a w 1988 roku wygrałem Mistrzostwa Śląska i zakwalifikowałem się na Mistrzostwa Polski. Rok wcześniej odbywały się one w Rybniku. Pojechałem popatrzeć na najlepszych karateków w kraju. Gdyby ktoś mi wtedy powiedział, że za kilkanaście miesięcy będę z nimi walczył, popukałbym się tylko w głowę. Ale tak się właśnie stało.



### **To brzmi trochę, jak bajka.**

To fakt. Wtedy nie miałem opanowanej techniki. Wyróżniałem się tym, że parłem do przodu jak czołg. Byłem zapalczywy, nieustępliwy i głodny sukcesów. Dostałem nawet ksywkę „Tank”. Na mistrzostwach województwa wygrałem pierwszą i drugą walkę. W walce półfinałowej, z której miał się wyłonić mój przeciwnik, jeden z zawodników wykonał ushiromawashi, kopnięcie nogą z obrotu w twarz. Nieszczęśliwie jego rywal uległ kontuzji, trafił do szpitala, a on sam został zdyskwa-

lifikowany za brak panowania nad techniką. W ten sposób przy odrobinie szczęścia, po dwóch latach od rozpoczęcia treningów zakwalifikowałem się do Mistrzostw Polski i pojechałem w 1989 roku do Dębic.

### **A zatem debiutant contra najlepsi w kraju?**

Dokładnie tak. Już w pierwszej walce trafiłem na Eugeniusza Dadzibuga z Sosnowca, aktualnego Mistrza Polski właśnie z Rybnika. Samej walki nie pamiętam, ale podobno działo się. I wygrałem !!! Stałem się rewelacją tych zawodów. Doszedłem do finału, w którym walczyłem z aktualnym Wicemistrzem Europy, Mirosławem Zuziakiem z Bielska Białej. Odnośnie walki finałowej, walczyłem sercem i ciałem lecz przegrałem z doświadczeniem zawodniczym.

### **Ale ten tytuł w tak krótkim czasie to przecież sukces?**

Oczywiście. Zostałem szybko powołany do kadry narodowej, w której byłem od 1990 do 2004 roku. To był bardzo intensywny czas. Miałem po dwanaście turniejów w ciągu roku.

Czasem nawet dwa w miesiącu. A to jechałem na Puchar Świata, a to na Mistrzostwa Europy, Japonii, USA i wiele innych. Żyłem na walizkach.

### **Czy z tego można było się utrzymać?**

Walczyliśmy za przysłowiowy „uścisk prezesa”. Na wyjazd dostawaliśmy znikome diety, a to tyle, co nic. Musiałem pracować. Zatrudniłem się początkowo, zgodnie z wykształceniem, w przemyśle górniczym. Jednak nie było szans, żeby pogodzić dwuzmianowy system pracy z treningami. Dostałem propozycję pracy w firmie ochroniarskiej. Pracowałem na różnych stanowiskach związanych z ochroną. To była optymalna sytuacja. Praca w piątek i sobotę, a w tygodniu trening.

### **Na ochronie też można było poćwiczyć?**

Nie. Tam starałem się jak najrzadziej używać swoich umiejętności. Pracowałem w ochronie przez 15 lat, tyle ile byłem w kadrze narodowej. Wiem, jaki jest stereotyp „ochroniarza”, ale ja z nim walczyłem, choć nie było łatwo. To były lata dziewięćdzie-

siate czyli techno, narkotyki, różne grupy przestępcze. Trzeba było bardzo ostrożnie stąpać, żeby się nie pobrudzić tym g....

### **A z drugiej strony zdobywał Pan międzynarodowe tytuły mistrzowskie. Które z tych wydarzeń było szczególne?**

W 1993 roku w katowickim Spodku odbył się turniej OyamaCup. Nazwa pochodzi od założyciela stylu kyokushin, Masutatsu Oyama. Był on obecny na tych zawodach. Doszedłem do finału. W najśmielszych marzeniach nie wyobrażałem sobie że dojdę tak daleko, gdyż ćwiczyłem dopiero pięć lat i byłem w kadrze B. W finale spotkałem się z moim kolegą z kadry Eugeniuszem Dadzibugiem. Dla mnie walka była o tyle trudna, że – była bratobójcza i dodatkowo Sensej Dadzibug kończył karierę i według mnie należał mu się ten tytuł ( był faworytem). W tym finale wygrała młodość. Do tej pory moją największą satysfakcją jest fakt, że nagrodę wręczył mi osobiście Masutatsu Oyama, który niestety rok później odszedł.

### **W 2004 roku zakończył Pan karierę sportową, co się działo przez te 12 ostatnich lat?**

Rzeczywiście odszedłem z karate i zacząłem uprawiać inne sporty – półmaraton, tratlion. Jednak cały czas czegoś mi brakowało. W tym czasie, szczególnie Rafał Szlązak, mój przyjaciel i również karateka, nama-



wał mnie, żebym otworzył własny klub, uwierzył w siebie. Początkowo chciałem zatrudnić się jako trener w innych, istniejących klubach, ale jakoś to nie wyszło. W końcu pięć lat temu, wraz z Markiem Sitarzem i Bartkiem Winklerem, stworzyliśmy własną szkołę – Katowicki Klub Sportowy Karate. Zaczął się od trzech chłopaków. Myślałem, że nic z tego nie wyjdzie. Ale dziś z perspektywy czasu okazało się że poszedłem w dobrym kierunku. Pracujemy z małuszkami, przedszkolakami, dziećmi również niepełnosprawnymi – organizujemy turnieje, jeździmy na obozy zimowe i letnie, na turnieje do zaprzyjaźnionych klubów. Wspierają nas też różne osoby. Mogę liczyć na przyjaciół naszego klubu, zawsze na Rafała Szlązaka, który jest często orędownikiem naszych działań. Jednym słowem robię to, co lubię. Ale to już temat na inny materiał.

### **Dziękuję za rozmowę**



## PROJECT DLA BIZNESU

Na przełomie stycznia i lutego 2017 roku organizujemy w Katowicach konferencję dla przedstawicieli biznesu, małych i średnich przedsiębiorstw. Chcemy pokazać Państwu sposoby i narzędzia poszerzania horyzontów biznesowych poprzez m.in. pogłębianie wiedzy i umiejętności językowych. W panelach i warsztatach wezmą udział nasi najlepsi partnerzy edukacyjni z całego świata.

Już dziś Możesz zgłosić swoją firmę poprzez formularz zgłoszeniowy umieszczony na stronie [www.project-school.pl](http://www.project-school.pl) lub wysyłając e-mail na adres: [kontakt@project-travel.pl](mailto:kontakt@project-travel.pl), a także telefonicznie pod numerem tel.: **665-123-850**.

„nie mam na to czasu”, po prostu spróbowali. Od lat naszą misją jest pokazywanie klientom, że mają nieograniczone możliwości, wystarczy tylko chcieć. Mówi się, że świat jest globalną wioską. Nasza filozofia jest zgodna z tą sentencją. Pomagamy uwierzyć, że zbudowanie własnej przyszłości w oparciu o możliwości całego świata jest całkiem realne.

Proces wyboru idealnie dopasowanej ścieżki rozwoju rozpoczynamy od diagnozy Twoich potrzeb. Poznaliśmy Twoje oczekiwania. Czasem wystarczy kurs językowy w naszej szkole w Katowicach w odpowiednim wymiarze godzin. Częściej jednak Chcesz wyjechać. Rozpoczynamy więc poszukiwanie najlepszej dla Ciebie szkoły. Analizujemy zarówno program językowy, jak i preferowane przez Ciebie zakwaterowanie, aż po komponenty dodatkowe zgodne z Twoimi zainteresowaniami (np. sport, architektura, biznes). Gdy poznamy Twoje potrzeby, Otrzymujesz od nas zestaw ofert, które możemy jeszcze zmodyfikować. Kiedy podejmiesz ostateczną decyzję, przystępujemy do dokonania rezerwacji. Pomagamy Ci wypełnić niezbędne dokumenty, rezerwujemy zakwaterowanie, a także dobieramy odpowiedni transport.

Nasza rola nie kończy się w chwili, gdy wyjeżdżasz do kraju docelowego. Cały czas jesteśmy dostępni mailowo lub telefonicznie, aby w razie problemów czy nieporozumień, jak najszybciej zareagować – innymi słowy wciąż czujemy nad naszym klientem.

Nasza firma istnieje na rynku od 1997 roku. Przez 20 lat działalności wysłaliśmy już tysiące klientów na kursy zagraniczne, z wyjazdów grupowych regularnie korzysta 50 szkół, a ponad 50 firm skorzystało z naszej oferty dla klientów korporacyjnych. Liczne akredytacje najlepszych brytyjskich organizacji edukacyjnych, rzesza certyfikatów i referencji mówią jedno: z nami się uda! Nie czekaj, zaPROJECTuj swoją przyszłość!

na horyzoncie pojawił się nowy zagraniczny kontrahent. Prowadzone przez niego negocjacje zakończyły się nawiązaniem wieloletniej współpracy i pokaznym zyskiem dla jego firmy.

**Katarzyna** po skończeniu studiów chciała przeżyć niezapomnianą przygodę. Marzyła o wyjeździe, który dałby jej więcej, niż tylko wypoczynek. Zdecydowała się na dwutygodniowy pobyt językowy w Walencji. Jej umiejętności językowe poszybowały w górę, a pewność siebie rosła z dnia na dzień. Nawiązała kontakt z miejscowym szefem kuchni lokalnej restauracji, a ich znajomość stawała się coraz bardziej zażyła. Dziś Katarzyna i Antonio powiedzieli sobie sakramentalne „tak” i przymierzają się do zakupu mieszkania w rodzinnej miejscowości Antonia.

Nasi bohaterowie zdali sobie sprawę z jednej, prostej rzeczy, że mogą. Zamiast obciążać myślenie stwierdzeniami: „nie dam rady”, „to nie dla

# WYSTARCZY chcieć

**Alicja** zawsze mierzyła wysoko. Dobre świadectwa, udział w olimpiadach przedmiotowych. Chciała być kimś wielkim. Nie wiedziała jednak, jak to zrobić. Dziś posiada tytuł magistra zdobyty w Londynie i mówi biegle w czterech językach. **Bartek** niczym się nie wyróżniał. Grał na komputerze, spotykał się z kolegami. Chciał pójść do zwykłego gimnazjum. Na dniach wyjeżdża do Portugalii, gdzie spędzi cztery tygodnie, a rodzice poważnie myślą o jego studiach w Wielkiej Brytanii. **Krzysztof** to młody manager z doświadczeniem w branży handlowej. Problem pojawił się, gdy jego firma nawiązała współpracę z zagranicznym kontrahentem i miał on odpowiadać za kontakty z partnerem. Dziś Krzysztof generuje zyski dla swojej firmy liczone w dziesiątkach tysięcy. **Katarzyna** marzyła o przygodzie i chciała się zakochać. Nie potrafiła jednak znaleźć w sobie siłę, by zmienić coś w swojej rutynowej codzienności. Dziś jest szczęśliwą żoną Hiszpana i planuje zakup mieszkania pod Madrytem.

Co łączy te 4 niezwiązane ze sobą historie? Co wspólnego mają ze sobą tak różne osoby? Wszyscy w pewnym momencie życia napotkali na swojej drodze firmę Project.

**Alicja** jako 13-latką wyjechała na kurs językowy do Oxfordu. Po powrocie pomyślała: „chcę więcej”. Jej przygoda językowa nabierała tempa. Uczęszczała na zajęcia z języka angielskiego i niemieckiego. Jeździła też na kursy do Francji i Włoch. Obecnie posiada tytuł licencjata zdobyty na uniwersytecie w Yorku i tytuł magistra zdobyty w London School of Economics. Pracodawcy sami dzwonią do niej z propozycjami zatrudnienia.

**Bartek** mając 12 lat pełen obaw i ciekawości wyjechał do szkoły językowej w Nottingham. To, co przeżył i doświadczył zaowocowało myślą: „chcę więcej”. Rok później aplikował do szkoły w Hastings, gdzie spędził trymestr. Obecnie złożył papiery do szkoły międzynarodowej w Portugalii i wszystko wskazuje, że nie będzie to jego ostatni wyjazd.

**Krzysztof** w firmie Project szukał specjalistycznego kursu biznesowego dla pracowników swojej firmy. Nie sądził, że te zajęcia zaowocują również rozwojem umiejętności komunikacyjnych. W efekcie został mianowany głównym konsultantem, gdy



Bartek podczas pobytu w Buckswood School w UK

## PRZEKONAJ SIĘ OSOBIŚCIE

Dla osób i firm, które pragną przekonać się, na czym polega wyjątkowość naszej oferty edukacyjnej, organizujemy kilkudniowe (najczęściej weekendowe) wyjazdy studyjne do UK. W ich trakcie będziesz uczestniczył w próbnych lekcjach języka angielskiego, poznasz ośrodek, zobaczysz, jak spędzamy wolny czas. Koszt pobytu w całości pokrywa firma Project. Po Twojej stronie jest jedynie zapewnienie sobie transportu do Oxfordu lub Cambridge.

Zainteresowanych zapraszamy do kontaktu:  
e-mail: [kontakt@project-travel.pl](mailto:kontakt@project-travel.pl)  
lub tel.: **665-123-850**.



[www.project-travel.pl](http://www.project-travel.pl)  
[www.project-school.pl](http://www.project-school.pl)  
ul. Jagiellońska 27/2  
Katowice



# KATOWICE SA...

## moderne

Stolica Górnego Śląska od kilku lat przeżywa swoisty renesans zarówno turystyczny, jak i biznesowy. Miasto przestało się kojarzyć z zadymioną, smutną przestrzenią, w której nic się nie dzieje. Coraz częściej jest stawiane na równi z Krakowem czy Wrocławiem w kontekście wydarzeń kulturalnych czy nowych inwestycji.



Do Katowic coraz liczniej zaglądają turyści, nie tylko z zagranicy, ale także z innych miast Polski, by na własne oczy przekonać się, że zmiana, o której się mówi, faktycznie nastąpiła. Nowopowstała Strefa Kultury z rewelacyjną siedzibą NOSPR czy robiącym olbrzymie wrażenie centrum MCK są magnesem, przyciągającym do miasta nie tylko miłośników muzyki i architektury.

Warto jednak cofnąć się w czasie, by uświadomić sobie, że dobra i nowoczesna architektura powstała w Katowicach jeszcze przed drugą wojną światową. Mowa oczywiście o modernie, której przykładów w stolicy Górnego Śląska jest wiele.

Pierwszym budynkiem, który zapoczątkował modernistyczny styl, był gmach Urzędu Wojewódzkiego i Sejmu Śląskiego o architekturze utrzymanej w konwencji zmodernizowanego neoklasycyzmu. Kolejnym, całkowicie „nowoczesnym” budynkiem w Katowicach – zarówno z uwagi na zastosowaną konstrukcję, jak i wyraz funkcjonalistycznej architektury – był siedmiopiętrowy wysokościowiec przy ul. Wojewódzkiej 23. Co go wyróżniało? Otrzymał pierwszą w Polsce żelazną konstrukcję szkieletową. Eksperyment pozwolił następnie na wybudowanie słynnego dwunastokondygnacyjnego katowickiego „Drapacza Chmur”. Warto przypomnieć, że w momencie ukończenia prac katowicki wieżowiec obok warszawskie-

go budynku Prudential był najwyższym obiektem w Polsce.

Katowice były miastem, w którym (obok Gdyni) architektura modernistyczna przeżywała nieporównywalny do innych miast rozkwit. Budynki powstałe w okresie międzywojennym stanowią najciekawszą i najliczniejszą grupę zabytków, posiadających wybitne walory w skali ogólnopolskiej. Dzieła architektury modernistycznej okresu dwudziestolecia międzywojennego, jeszcze nie do końca odkryte i niefunkcjonujące w powszechnej świadomości społecznej jako zabytki godne uwagi, stanowią bardzo cenną część dziedzictwa kulturowego Katowic.

Przybliżając zarówno gościom, jak i samym mieszkańcom miasta 16 przykładowych perełek modernistycznej zabudowy, stworzono Szlak moderny - specjalną trasę turystyczną. To system e-informacji kulturalnej powstały w oparciu o obiekty atrakcyjne kulturowo. Składa się on z 16 infokiosków, zamontowanych na ulicach w bezpośredniej bliskości modernistycznych budynków. Punkty informacyjne zawierają prezentację multimedialną o poszczególnych budynkach, historię modernizmu, a także słowniczek specjalistycznych pojęć. Jedno przyciśnięcie klawisza i cofamy się o ponad 80 lat!

Autor: Pipi na podstawie materiałów z UM Katowice  
Fotografie: archiwum Wydziału Promocji UM Katowice





# ŻYWIENIE

## w mistrzowskim stylu

Bogdan Szczotka - Mistrz Świata, Europy i wielokrotny Mistrz Polski w kulturystyce wraz ze swoją żoną, a zarazem jedną z pierwszych podopiecznych udowadniają, że pełnowartościowe, zbilansowane i dietetyczne posiłki mogą być smaczne.



**Prowadzi Pan ze swoją żoną, Mistrzynią Świata w Fitness, catering żywieniowy Fit Food's. Jak powstał pomysł takiego rodzaju odżywiania się?**

O prowadzeniu dietetycznej kuchni myśleliśmy już ponad 10 lat temu, jednak nie mieliśmy czasu, żeby się tym zająć na poważnie. Dopiero od zeszłego roku poświęciliśmy się temu w 100% i staramy się coraz bardziej rozwijać.

**Czyli można powiedzieć, że wyprzedzili Państwo trendy rynkowe skoro pomysł Dietetycznej Kuchni pojawił się tak dawno?**

Faktycznie dziś jest to modne. Sporo osób robi to, ale z różnym efektem. Też popełniałem te błędy na starcie. Oferowałem na przykład dietę typowo sportową osobom, które dopiero rozpoczynały przygodę z treningami. A przecież dieta sportowca, który redukuje tkankę tłuszczową do granic możliwości, musi być w 100% dietetyczna. Posiłki, które jemy w normalnych restauracjach są takie w 30%. Kuchnia, którą proponuję, w smaku jest w 80% zbliżona do tej tradycyjnej, a przy tym też w 80% dietetyczna. Aby posiłki smakowały, zwiększyliśmy w nich ilość przypraw i sodu. Maksymalnie ograniczamy ilość tłuszczu, a ten niezbędny czerpiemy z tłuszczu roślinnych. Nie poddajemy ich obróbce termicznej, aby nie traciły swoich właściwości. Podsumowując, nasze potrawy są nie tylko dietetyczne, ale także wyjątkowo smakuja.

**Do kogo kierują Państwo ofertę diety cateringowej i jak ona wygląda?**

To oferta nie tylko dla sportowców, ale również dla tych, którzy nie mają kontaktu ze sportem, dopiero za-

czynają walkę o zdrowe ciało, chcą lepiej się czuć czy zrzucić zbędne kilogramy. Mamy kilka opcji diety cateringowej i ciągle wdrażamy nowe. Najbardziej standardowa dieta to pięć posiłków w ciągu dnia: śniadanie, mniej kaloryczne drugie śniadanie, obiad, podwieczerek, przekąska i kolacja. Z racji sportu, który uprawiam, powstała również dieta sportowa, składająca się również z podobnych pięciu dań.

**Czy można zamówić tylko wybrane posiłki z Państwa oferty?**

Oprócz zestawów całodniowych, można zamówić przykładowo same obiady, które dostarczamy w południe. Nie każdy klient chce przez cały dzień jeść posiłki z pojemników. Jeśli ktoś ma życzenie przyrządzać śniadanie samemu w domu, a zamówić np. obiad i kolację, również jest taka możliwość.

**Jak sobie Państwo radzą z wybrednymi klientami, którzy oczekują na indywidualne menu?**

Dopóki ilość tych osób jest niewielka, możemy sprostać ich wymaga-

niom. Indywidualna dieta jest czasochłonna, kucharz musi jej poświęcić odrębny czas i z oczywistej ceny jest w takim wypadku o wiele wyższa. Nie ukrywam jednak, że mamy takich klientów i póki możemy sobie na to pozwolić, spełniamy ich oczekiwania.

**Jak przekonać do zdrowego odżywiania kogoś, kto uważa, że dieta to stereotypowy kurczak z ryżem, bo się monotonna i odstawił słodczy?**

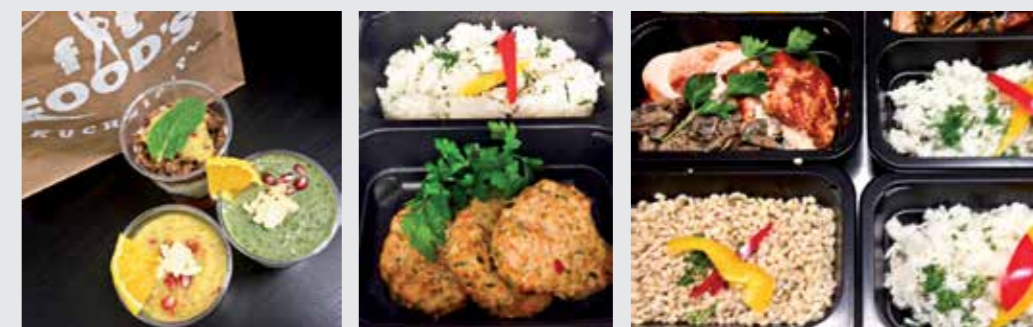
Z kurczaka można zrobić tak wiele potraw, że dieta wcale nie musi być monotonna. Wszystko zależy od przyrządzenia, doprawienia i podania. W posiłkach głównie bazujemy na białku (kurczak, indyk, chuda wieprzowina, czasami wołowina) i węglowodanach (ryż, kasze, makarony). Są to moje pomysły i nawyki żywieniowe, które w naszej kuchni staram się wykorzystywać.

Dieta nie wyklucza też słodczy. Na drugie śniadanie lub podwieczerek

organizmu. Przez cały tydzień jakoś się trzymałem, a w weekend nie wytrzymałem i najadałem się. To był mój cheat day. Czasami takie rozwiązanie daje pozytywne efekty, pod warunkiem, że nie będziemy się najadać tylko produktami spoza naszego jadłospisu. Jedną z metod dietetycznych, którą nazwałem dietą rotacyjną, polega na obniżeniu ilości spożywanych węglowodanów przez 2 dni, a później gwałtownym ich uzupełnianiu, jednakże tymi produktami, które spożywamy na co dzień. Jeśli zjemy dużą ilość owoców czy innych produktów, które nie zawierają zbyt dużo tłuszczu, to w ten sposób podkreślimy metabolizm i da to pozytywny efekt.

**Słucha się Pana, jak wytrawnego dietetyka. Skąd ma Pan tak dogłębną wiedzę na temat żywienia?**

Nie jestem dietetykiem z wykształcenia. Jednak przez ćwierć wieku uprawiam kulturystykę, od 13 lat jestem trenerem kadry narodowej. Przez ten czas na co dzień spotykam się z kwe-



często serwujemy domowe ciasta z ograniczoną ilością cukru i tłuszczu oraz na bazie mąk, które organizm lepiej toleruje niż pszenne. W sezonie letnim robimy różnorodne koktajle czy smoothie owocowo-warzywne jako drugie śniadanie lub podwieczerek.

**Co Pan sądzi o tzw. Cheat day, czyli dniu, w którym można sobie pozwolić na jedzenie posiłków spoza diety?**

Znam taki pogląd i kiedyś nie mając świadomości, jak to może wpływać na organizm, sam tak robiłem. 20 lat temu moja dieta zawierała 1200 kalorii dziennie, pracowałem fizycznie i trenowałem. Była to za niska ilość kalorii w stosunku do zapotrzebowania or-

ganiem diety, ale w wymiarze praktycznym. Dlatego jestem pewien tego, co robię. Przez tyle lat nabrałem doświadczenia, większość swoich teorii potrafię uzasadnić. Wiadomo, że zdarzają się chwile słabości i oddalamy się od rygorystycznej diety. Jesteśmy przecież tylko ludźmi. Jednak jeżeli uda nam się trzymać ogólnych reguł i nie będziemy łamać diety zbyt często, to z pewnością osiągniemy efekt, który był bodźcem do wprowadzenia w naszym życiu określonych zasad żywieniowych. Wówczas stwierdzimy, że było warto.

**Dziękuję za rozmowę.**



▼  
NOSPR, fotografia: archiwum NOSPR



▼  
Teatr Zagłębia – Sosnowiec,  
fotografia: Marta Rajmund

„Wiele znam tajemnych przejść,  
do całkiem innych miejsc...” śpiewa  
Michał Bajor do słów Andrzeja Ozgi  
i muzyki Piotra Rubika. Te słowa idealnie  
pasują do regionu śląskiego,  
który utożsamiany jest z przemy-  
słem ciężkim, inżynierią, techniką.  
A jednak ma swoje wcale nie takie  
tajemne przejścia do miejsc, w któ-  
rych sztuka w najprzeróżniejszych  
postaciach przyciąga najznami-  
niejszych twórców z kraju i świata oraz  
ogromne rzesze widzów, słuchaczy  
uczestniczących w spektaklach te-  
atralnych, muzycznych, koncertach

▼  
Teatr Rozrywki,  
fotografia: archiwum  
Teatru Rozrywki

# PRZEJŚCIA

do (nie)tajemnych  
miejsc

▼  
Bassisters Orchestra  
– Off Festival,  
fotografia: Przykuta



▼  
Pomnik Witkacego – Katowice, fotografia: Jan Machlich



czy wystawach. Kiedyś sztuka na Śląsku i Zagłębiu była  
swoistym antidotum w odniesieniu do wszechobecnej  
monokultury górnictwa. To ona dyktowała warunki życia  
w każdym z jego aspektów. Dziś, dzięki ludziom i two-  
rzonym przez nich miejscom możemy mówić o swego  
rodzaju śląsko – dąbrowskim Zagłębiu Kultury, w któ-  
rym szychcie pełni coraz więcej wybitnych artystów.



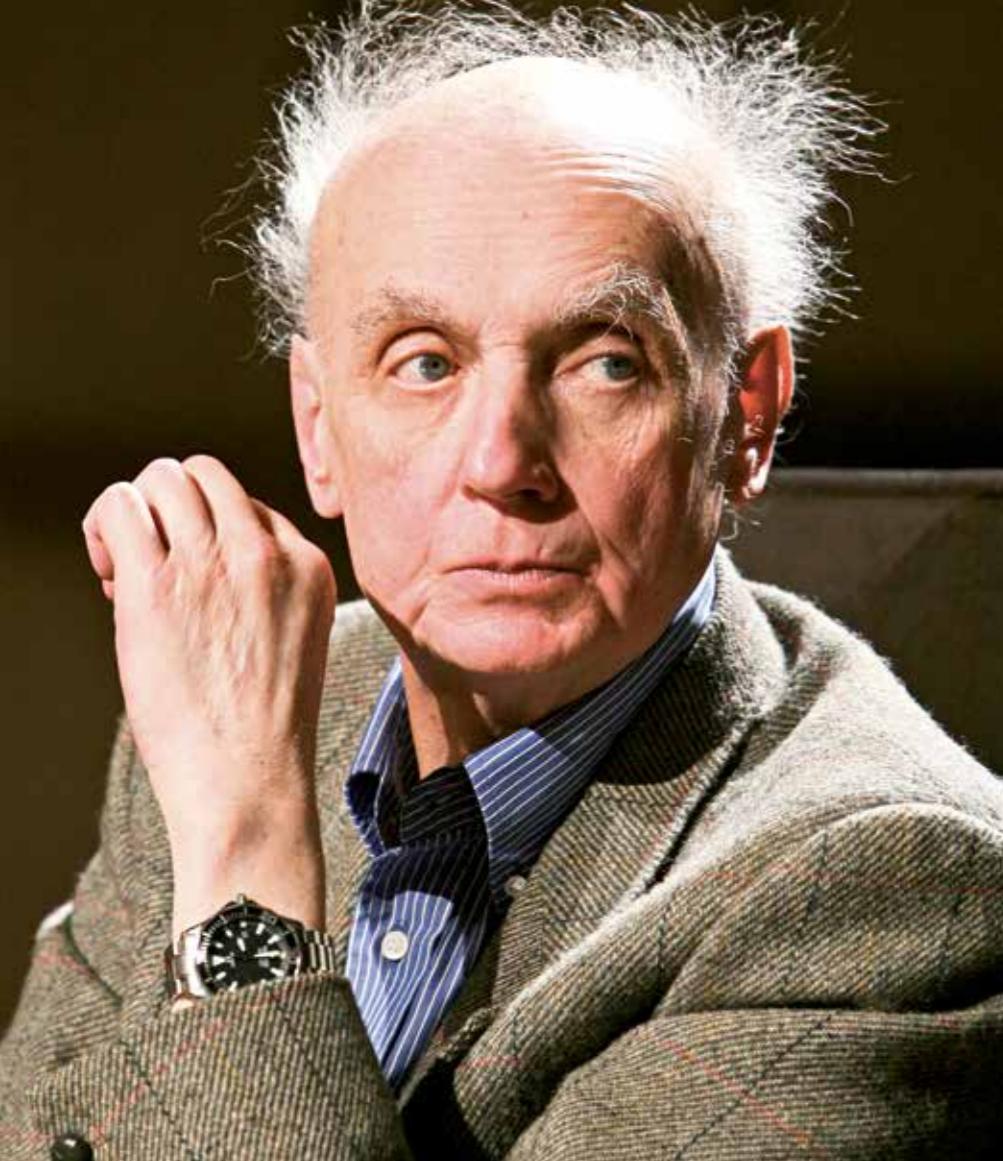
▼  
Opera Śląska – Bytom, fotografia: Przymasban



▼  
Rava Blues Festival,  
fotografia: L. Rak

▼  
PKZ – Dąbrowa Górnicza,  
fotografia: Zdzisława Górka Nieć

▶ Teatr Śląski,  
Moja Abba,  
fotografia: K.Lisiak



fotografia: Cezary Piwowski

## Wojciech Kilar

Skromny człowiek, który najbardziej lubił swój dom w Katowicach, przebywanie z bliskimi i kotem. Jest twórcą muzyki do 130 filmów, w tym „Draculi” Francisca Coppoli, „Pianisty” Romana Polańskiego, „Pana Tadeusza” Andrzeja Wajdy. Peter Jackson proponował mu stworzenie muzyki do „Władcy pierścienia”, a Brian de Palme do „Famme Fatal”. Jednak kompozytor z różnych powodów odmówił.



fotografia: Ryszard Hołubowicz

## Sławomir Idziak

Operator filmowy urodzony w Katowicach. Współpracował z wybitnymi reżyserami polskimi, m.in. Krzysztofem Zanussi, Andrzejem Wajdą, Krzysztofem Kieślowskim. W latach dziewięćdziesiątych zaczął pracować w Stanach Zjednoczonych. Jest autorem zdjęć, m.in. do filmu „Król Artur”, „Harry Potter i Zakon Feniksa”. W 2002 roku był nominowany do Oscara za zdjęcia do filmu „Helikopter w ogniu”.

## Krzystian Zimmerman

Jeden z najbardziej popularnych polskich pianistów. Urodził się w Zabrze, gdzie w wieku pięciu lat zaczął go uczyć gry na fortepianie ojciec. Później była szkoła muzyczna w Zabrze, Katowicach, a w 1975 roku wygrał Międzynarodowy Konkurs Pianistyczny im. Fryderyka Chopina. Wtedy też Artur Rubinstein zaprosił

go do Paryża. Specjalnie dla niego Witold Lutosławski skomponował „Koncert fortepianowy”. Krystiana Zimmermana występuje niezwykle rzadko, ale każdy jego koncert jest ogromnym wydarzeniem. Ostatnio pojawił się w Polsce na koncercie inauguracyjnym działalności nowej siedziby NOSPR w Katowicach.

## Karol Stryja

Innym wybitnym kompozytorem wywodzącym się ze Śląska był urodzony w Cieszynie Karol Stryja, który wiele lat mieszkał w Katowicach, a także w malowniczo położonej willi w Wiśle, która istnieje do dziś. To jeden z najwybitniejszych przedstawicieli muzyki klasycznej w regionie śląskim, wybitny dyrygent i pedagog. Był Inicjatorem Międzynarodowego Konkursu Dyrygenckiego im. Grzegorza Fitelberga w Katowicach. Prowadził jego wszystkie edycje, aż do śmierci. Zapoczątkował również Międzynarodowy Konkurs Skrzypcowy im. Carla Augusta Nielsena w Odense.

## Jacek Cygan

Jeden z najwybitniejszych współczesnych autorów tekstów urodził się w Sosnowcu. Wraz z Jerzym Filarem założył grupę „Nasza Basia Kochana”. Wraz z Elżbietą Adamiak napisał piosenkę „Rozmowa”, za którą otrzymał nagrodę Programu III Polskiego Radia. Napisał ponad 1000 tekstów piosenek. Wiele z nich stało się przebojami. Jest autorem tekstu do piosenki „To nie ja!”, która w wykonaniu Edyty Górniak zdobyła II nagrodę w Konkur-



fotografia: Adam Nurkiewicz

## Kazimierz Kutz

Urodził się w Szopienicach, zanim te zostały dołączone do Katowic. Jego śląski tryptyk: „Sól ziemi czarnej”, „Perła w koronie” i „Paciorki jednego różańca” uważane są za swego rodzaju opowieść mityczną. Osadzone w przeszłości ukazują historię małych, zmarginalizowanych społeczności. Kazimierz Kutz ma też na swoim koncie wiele innych filmów, jak „Upał”, „Straszny sen Dwidziusia Górkiewicza”, „Śmierć jak kromkę chleba” opartą na tragicznych wydarzeniach w kopalni „Wujek”, czy „Pułkownika Kwiatkowskiego”. Jest nazywany reżyserem śląskim, bo śląskość ma dla niego znaczenie, czemu dał wyraz w książce „Piąta strona świata”, która czekała się adaptacji teatralnej.

sie Eurowizji. Jest także autorem słów do Santo Subito – Cantobiografii Jana Pawła II.

## Janusz Gajos

Jeden z najwybitniejszych współczesnych aktorów polskich urodził się w Dąbrowie Górniczej, a przez wiele lat mieszkał w Będzinie, gdzie aktorstwa zaczął się uczyć w Teatrze Dzieci Zagłębia. Znany jest nie tylko z roli Janka w „Czterech pancernych i pies” czy z Kabaretu Olgi Lipińskiej, gdzie wcielił się w postać Tureckiego. Jego gra aktorska w takich filmach, jak „Żół-

ty szalik”, „Ucieczka z kina Wolność”, „Jasminum”, „Układ zamknięty” czy „Body/Ciało” pozwoliła na stworzenie postaci o przeróżnej charakterystyce psychologicznej, ale zawsze bardzo wiarygodnych.

## Ryszard Riedel

Ikona polskiego bluesa. Urodził się w Chorzowie. Mimo, że swoją naukę ukończył na 7 klasie i nigdy nie pobierał lekcji śpiewu stał się jednym z najbardziej charyzmatycznych wokalistów i wieloletnim frontmanem zespołu Dżem. Tworzył niezwykle szczere, autobiograficzne teksty. Nazywany też był ostatnim hippisem współczesnych czasów. Gromadzące tłumy koncerty często przeplatane były przerwami wynikającymi z używania narkotyków, które zdominowały jego życie. Zmarł w 1994 roku, ale jego piosenki, które obecnie śpiewa Maciej Balcar nadal gromadzą tłumy na koncertach Dżemu.

## Artur Rojek

Pochodzi z Mysłowic. Był wokalistą zespołów Myslovitz i Lenny Valentino. Stworzył i prowadzi jeden z największych festiwali w kraju - Off Festival. W 1992 roku założył zespół Myslovitz. Tworzył teksty i muzykę. Wielokrotnie nominowany do nagrody Fryderyka w kategoriach Wokalista, a także Autor i Kompozytor. W 2014 roku nagrał debiutancki album solowy pt. „Składam się z ciągłych powtórzeń”. Płyta otrzymała status platynowej, a rok później została nagrodzona Fryderykiem w kategorii album roku - pop.

## Urszula Dudziak

Urodziła się w Straconce, dziś dzielnicy Bielska Białej. Jej zainteresowanie jazzem zrodziło się pod wpływem utworów Elli Fitzgerald. Współpracowała z Krzysztofem Komedą, Edwardem Czernym i Michałem Urbanikiem. W latach siedemdziesiątych wyjechała do Stanów Zjednoczonych, gdzie rozwijała swoją karierę stając się jedną z najwybitniejszych wokalistek jazzowych na świecie. Występowała na scenie z Bobbym McFerrin, Herbie Hancockiem, Dizzy Gillespiem, Clarkiem Terry, Ronem Carterem, Gilem Evanssem, Stingiem czy Lionelem Hamptonem. Jej piosenka „Papaya” z roku 1976 stała się w 2007 hitem na Filipinach, w Azji i Ameryce Południowej. Dodano do niej charakterystyczny taniec. Papayę tańczy m.in. armia filipińska podczas przerwy w musztrze.



fotografia: Łódź of Four Cultures Festival 2012

# AMBASADORZY

Wojciech Kilar, Sławomir Idziak czy Krystian Zimmerman – to tylko niektóre nazwiska, które znane są na obu półkulach od Japonii po Stany Zjednoczone czy Brazylię. To elita światowych dóbr kultury, a jednocześnie osoby, które łączy jedna wspólna cecha: wszyscy pochodzą ze Śląska lub Zagłębia. Są ambasadorami naszego regionu.

Ktoś powiedział, że miejsce, w którym się urodziliśmy, nasza narodowość nie jest naszą zasługą. Po prostu jest, jak kolor włosów czy oczu. Jeżeli zatem odwrócimy sytuację, to właśnie to miejsce ma szczęście, że stąd pochodzą takie postaci, wybitni obywatele świata. Przedstawiamy zatem nasz subiektywny ranking TOP 10 postaci związanych z regionem śląskim i najbardziej znaczących w świecie muzyki, filmu i sztuki.



Zatem to już pewne. Nie później niż przed okresem, w którym pojawiają się w centrach handlowych kolędy i aniołki-akwizytorzy, zaliczę ciekący nos, obolałe gardło, ból głowy i gorączkę. Grypa jest nieodłącznym elementem obrazu polskich ulic jesienią. Co chwilę ktoś smarka i pokasłuje. Epidemia ma się świetnie. Zamiast już po pierwszych objawach zostać w domu i podjąć leczenie, a przede wszystkim nie zarażać innych, mężnie wypinamy pierś, podstawę szyi niosącej tą pełną poczucia zawodowego obowiązku głowę i... zarażamy wszystkich w pracy, po drodze do niej i wszędzie, gdzie się pojawimy. Kilka dni później, gdy objawy stają się uciążliwe, po konsultacji z lekarzem bądź bez niej, sięgamy po leki na grypę lub przeziębienie. To bez znaczenia jakie. Większość i tak składa się paracetamolu, którego działanie co najwyżej zmniejsza gorączkę i nieco uśmierza ból głowy. Idealnie ich działanie recenzuje powiedzenie, że leczone przeziębienie trwa siedem dni, a nieleczone tydzień.

### Rzucić wyzwanie

Polski rynek start up-ów przeżywa prawdziwy rozkwit. Wśród naj-

częściej polskich umysłów skorych do tworzenia prawdziwych innowacji i rewolucji chyba było kilka osób o podobnym do mojego postrzeganiu jesieni. Trochę w tym żartu, acz kto wie, może to był jeden z determinantów powołania do życia TherVira. TherVira to polski startup wyodrębniony z Międzynarodowego Instytutu Biologii Molekularnej i Komórkowej w Warszawie. Najlepszym dowodem na to, iż Katarzyna Kamińska, prezes TherVira jest na drodze do przełomu w leczeniu grypy, a praca jej zespołu to seria wybitnych osiągnięć jest przyznana 1m nagroda „Innovators Under 35”. Kapituła MIT Technology Review, czyli najstarszego magazynu technologicznego na świecie wydawanego przez Massachusetts Institute of Technology, który wybiera laureatów wśród najbardziej inspirujących innowatorów młodego pokolenia. Jak chcą nam pomóc jesienią?

### Wyjść poza schemat

Zagadka. Co powstanie po połączeniu gików biologiczno-medycznych i programistów? TheVira. Żarty na bok. Idea i model, w jakim start up rzucił wyzwanie grypie jest zupełnie rewolucyjny. Grupa młodych naukowców

opracowała specjalistyczne oprogramowanie w formie modelu komputerowego, dzięki któremu możliwe jest projektowanie leków nowej generacji. Celem jest przygotowanie leku, który wyeliminuje lekoodporność, będzie mógł leczyć grypę dowolnego szczepu w dowolnym jej stadium. Pierwsze testy na komórkach potwierdziły skuteczność terapii oraz jej bezpieczeństwo. Lek blokuje rozwój wirusa i jego namnażanie, czyli realizuje zadania nierealizowane przez obecnie dostępne medykamenty.

Co ważne, metoda modelowania komputerowego, czyli niejako wirtualnego projektowania leków pozwalająca na badanie ogromnych ilości kombinacji w czasie znacznie krótszym niż metodą tradycyjną jest na tyle uniwersalna, że w niedalekiej przyszłości może pomóc w skutecznym opracowaniu terapii zwalczających inne wirusy w tym Zika i Ebola. Pozostaje trzymać kciuki za polski startup. TheVira może za kilka lat zrewolucjonizować świat medycyny w obszarze projektowania leków i zwalczania epidemii wirusów.

Autor: Mariusz Kwaśniak

Reklama

# A PSIK!

## Na zdrowie

Jesień. Złota polska. Szybko przechodzi w szarą, której deszczowa i chłodna odśłona zniechęca do nadawania nazw. Pora, która większości z nas kojarzy się z obniżeniem nastroju i nową falą przeważnie obrażających nasz intelekt reklam leków na przeziębienie. I tak je kupimy, bo zapewne i tej jesieni przynajmniej część naszych domowników przyniesie wirusa z pracy lub szkoły.

fotografie: www.pixabay.com

## Laboratorium Analiz Chemicznych



- nowoczesny sprzęt do analizy chemicznej wód, gleby, odpadów;
- konsultacje naukowa przy wykonywanych badaniach;
- nowoczesne metody badawcze: ICP-OES, chromatografie jonowe oraz GF-AAS;
- prowadzenie badań odwertowych w terenie i pobór próbek do badań;
- szkolenie chemiczne w ramach projektu BIO-Szkolenia;
- realizujemy outsourcing badań laboratoryjnych.

www.REVITALAB.pl

+48 601 476 736 / +48 601 471 719

Katowice, ul. Żelazna 17 D



stworzona została cała gama urządzeń pod wspólną nazwą „Diamant Line”. Kolejny element oferty to ArchiGastro czyli profesjonalne planowanie, projektowanie i wyposażanie wnętrz w sprzęt dla branży mięsnej, HoReCa i spożywczej. Jest jeszcze sklep internetowy, a także multimedialny portal Weindich TV, pierwszy w kraju, w którym prezentowane są filmy instruktażowe dotyczące przemysłu mięsnego i spożywczego.

– *W naszej firmie pomysły rodzą się zawsze w czasie rozmów* – mówi Anna Kozdroń, szef działu marketingu – *w trakcie przysłowiowej burzy mózgów powstaje nowy koncept. U nas trudno wskazać ojca jednego, nowego rozwiązania. Od słowa do słowa, od pomysłu do pomysłu i powstaje coś nowego, czym warto zainteresować klientów.*

Tak właśnie powstało jedyne w regionie śląskim Centrum Kulinarne czyli profesjonalnie wyposażone



miejsce, gdzie pod okiem najlepszych szefów kuchni i ekspertów prowadzone są warsztaty z różnych kuchni świata. To 200 m<sup>2</sup> powierzchni zagospodarowanej sprzętem. Również w ten sposób zrodził się pomysł na organizację na terenie firmy Targów Technologii Przetwórstwa Spożywczego GASTROSILESIA.

– Prawdę mówiąc ogranicza nas tylko wyobraźnia – stwierdza Jerzy Weindich – dlatego udaje nam się kreować rozwiązania nietypowe i innowacyjne. Na terenie firmy prezentowana jest na przykład mobilna koncepcja gastronomiczna, która jest jednym z ostatnich nowatorskich pomysłów pracowników.

# PRZEPIS

## na sukces

Stary Chorzów. Zjazd w bocznej, niepozorną uliczkę. Po prawej stronie wyrasta nagle ogromny i nowoczesny obiekt, nad którym góruje napis: „Centrum Przemysłu Mięsnego i Gastronomii – od 1990 roku”. To firma „Weindich”.

## WSZYSTKO... ZNACZY KOMPLEKSOWO

Wewnątrz rzuca się w oczy ogromny rozmach. Dotyczy on nie tylko zagospodarowania przestrzeni, ale bardzo bogatej oferty dla ludzi związanych z branżą przetwórstwa mięsnego i HoReCa. Wzrok przyciąga specjalistyczne centrum handlowe. Tam każdy gastronom czy właściciel zakładu przetwórczego kupi wszystko: od skrobaczki do ziemniaków po piec konwektorowy lub pełną linię technologiczną do produkcji wędlin czy mięsa. Określenie „kompleksowo” jest w firmie „Weindich” elementem strategii, co widać na każdej płaszczyźnie działania.

## Marka Weindich

Jerzy Weindich, mistrz rzeźnik – wędliniarz jest przykładem człowieka, który wykorzystał transformację gospodarczą po 1989 roku. Już rok później otworzył firmę, której dynamika rozwoju nie słabnie od dwudziestu sześciu lat. Wzorując się początkowo na zachodnich rozwiązaniach dziś może być przykładem dla innych, ponieważ wraz z zespołem stworzył największe Centrum przemysłu mięsnego i gastronomii w środkowo – wschodniej Europie. Istotne jest, że firma Weindich to polskie, rodzinne przedsiębiorstwo o marce rozpoznawalnej nie tylko nad Wisłą i Odrą.

– *Każdy z nas ma wpływ na rozwój firmy* – mówi Mirosław Weindich, syn pana Jerzego – *Jesteśmy zespołem i efekty rozkładają się na pracę wszystkich. Nasza osiemdziesięcioosobowa załoga to fantastyczni ludzie, bez których nie funkcjonowalibyśmy tak sprawnie.*

W zarządzie spółki jest także Monika Weindich, córka właściciela firmy, która przyznaje, że po studiach postanowiła podjąć pracę w rodzinnej firmie tylko na chwilę.

– *Nie zdecydowałam się od razu.* – opowiada Monika Weindich – *Ojciec i brat byli świadomi, że biłam się z my-*

*ślami. Po kilku latach stwierdziłam, że to, co robię daje mi moc przyjemności, zadowolenia i satysfakcji. Mogę zawsze po przyjeździe z pracy do domu powiedzieć: to był ciekawy, fascynujący dzień, pełen dobrych emocji i doświadczeń.*

## Biznes swój widzę ogromny

Z powodzeniem może te słowa powiedzieć Jerzy Weindich i jego zespół. Centrum handlowe z wyposażeniem gastro i dla zakładów przetwórstwa mięsnego to był początek. Po nim powstał Serwis czynny całodobowo, bo przecież w tej branży awaria i dłuższy przestój urządzeń może mieć katastrofalne skutki. A skoro serwis, to także magazyn części zamiennych, chyba największy w tej części Europy. Istnieje też dział badawczo – rozwojowy, w którym projektowane są kompletne linie technologiczne. To właśnie tam

## ZDROWE ŻYWIENIE

– *Zajmując się nowoczesną gastronomią, chcemy pokazać, gdzie tkwią problemy żywieniowe naszego społeczeństwa* – podkreśla Jerzy Weindich. – *Na pewno nie rozwiążą ich modne trendy, promujące zagraniczną kuchnię. Rzecz w tym, by zacząć doceniać tę rodzimą, regionalną. I tu zaczyna się rola naszych wysoko wykwalifikowanych specjalistów z Centrum Kulinarnego – Szefów Kuchni i autorytetów kulinarnych, którzy w cyklu różnych pokazów i szkoleń wskazują na dobre polskie produkty i możliwości ich wykorzystania z zachowaniem wartości odżywczych. Promujemy produkty wytwarzane w Polsce oraz kuchnię smaczną, zdrową, a zarazem innowacyjną i urozmaiconą. Coraz więcej osób chce korzystać z takich propozycji. Od 26 lat działamy na rzecz przemysłu mięsnego i gastronomii.*



– *A przepis na sukces?* – dodaje szef firmy Weindich – *Wybierz ludzi, którzy gotowi są sprostać wyzwaniom i oddać się bez reszty temu, co robią. Dodaj sprawdzonych partnerów biznesowych. Do całej zawartości dołącz wysmięty serwis i obsługę. Połącz to wszystko w odpowiednich proporcjach z wiedzą i ze szczytą tradycji, a powstanie firma z branżowej czołówki.*

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

Autor: Mariusz Szczygielski







# TRZY

## najważniejsze dni dla biznesu

Ostatnie dni zapisów na Europejski Kongres Małych i Średnich Przedsiębiorstw w Katowicach

inauguracyjna debata z udziałem Wicepremiera Mateusza Morawieckiego, warsztaty potentatów technologicznych: Facebook i Google, 7 ścieżek tematycznych dotyczących m.in. innowacyjności w biznesie, prelekcje z autorytetami marketingu, sprzedaży czy HR, Targi Biznes Expo i szereg innych imprez towarzyszących. To tylko mały zwiastun Europejskiego Kongresu MŚP, który w dniach 10-12 października odbędzie się w Międzynarodowym Centrum Kultury. Udział w Kongresie jest bezpłatny, a rejestracja na stronie [www.ekmsp.pl](http://www.ekmsp.pl) zajmuje tylko kilka chwil.

### Wicepremier gościem honorowym Kongresu

Jaki jest plan na rzecz odpowiedzialnego rozwoju biznesu? Czy czeka nas przełom w polskiej gospodarce? Z tymi pytaniami zmierzy się Wicepremier, Minister Rozwoju Mateusz Morawiecki podczas debaty zorganizowanej pierwszego dnia VI Europejskiego Kongresu MŚP. Wśród zaproszonych ekspertów są także m.in.: Janusz Piechociński, Wiceprezes Rady Ministrów RP, Minister Gospodarki RP, Prezes Polskiego Stronnictwa Ludowego w latach 2012-2015 czy Janusz Steinhoff, Przewodniczący Rady Krajowej Izby Gospodarczej oraz Regionalnej Izby Gospodarczej w Katowicach.



**Organizator:** Regionalna Izba Gospodarcza w Katowicach

**Gospodarz:** Miasto Katowice

**Współgospodarze:** Wojewoda Śląski, Województwo Śląskie, Województwo Małopolskie, Metropolia Silesia

**Główny Partner Merytoryczny:** Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości

**Partnerzy Merytoryczni:** Krajowa Izba Gospodarcza, Polska Agencja Informatyki i Inwestycji Zagranicznych S.A.

## Jak prowadzić nowoczesny biznes?

Rady od światowych potentatów technologii

Technologie cyfrowe, rozwiązania IT, social media to narzędzia, bez których coraz trudniej dziś prowadzić nowoczesny biznes – bez względu na jego zasięg. Dlatego tegorocznej, szóstej już edycji Europejskiego Kongresu Małych i Średnich Przedsiębiorstw przyświecać będzie hasło „Trzy dni inspiracji dla innowacji”. Hasło to znajdzie odzwierciedlenie w programie wydarzenia, którego jednymi z najmocniejszych punktów będą prelekcje i warsztaty międzynarodowych potentatów w dziedzinie technologii: **Google** (warsztaty „Internetowe rewolucje”) i **Facebook** (program „Boost Your Business”).

## Najważniejsze tematy dla przedsiębiorczych

– Innowacyjność jest jednym z priorytetów Unii Europejskiej. Na projekty ba-

dawczo-rozwojowe i innowacje w Polsce w unijnym budżecie na lata 2014-2020 przewidziano 10 mld euro. Duża część tych środków przeznaczona jest dla firm. To ogromne wyzwania i szanse, o których będziemy debatować podczas Kongresu – tłumaczy **Tadeusz Donocik, prezes Regionalnej Izby Gospodarczej w Katowicach**, organizator Kongresu. Wśród najważniejszych tematów obok innowacji będą: współpraca międzynarodowa, kapitał dla rozwoju, prawo, edukacja dla sukcesu oraz współpraca biznesu z samorządem i nauką. W programie tegorocznego Kongresu znalazła się także 3. edycja Akademii Mody i Dizajnu – miejsce nauki i networkingu dla młodych twórców. To cykl spotkań, pokazów, warsztatów i prelekcji prowadzonych przez specjalistów branży modowej. Niezmiennie na VI Europejski Kongres MŚP składają się wydarzenia towarzyszące: **Targi Biznes Expo oraz program Samorząd, który wspiera MŚP**. Targi to przede wszystkim szansa na spotkania z autorytetami marketingu, sprzedaży oraz HR.

Wydarzenie odbywa się pod Wysokim Patronatem Parlamentu Europejskiego.



**VI EUROPEJSKI KONGRES**  
Małych i Średnich Przedsiębiorstw

**Największe w Europie spotkanie sektora MŚP**

10-12 PAŹDZIERNIKA 2016

**MIĘDZYNARODOWE CENTRUM KONGRESOWE W KATOWICACH**

UDZIAŁ BEZPŁATNY  
[www.ekmsp.eu](http://www.ekmsp.eu)

Organizator:  
**Regionalna Izba Gospodarcza w Katowicach**  
Gospodarz:  
**Miasto Katowice**





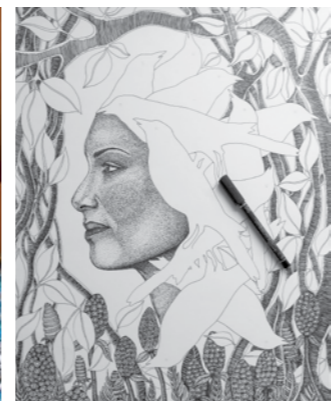
# SZTUKA UKRYTA

## w śląskich kamienicach

Wielu niezwykle uzdolnionych i ciekawych artystów naszego regionu, choć ma już za sobą szereg nagród i realizacji wystawowych, wciąż czeka na prawdziwe odkrycie. Jedną z takich osób jest Tyszanka – Aneta Mlaś, tworząca pod artystycznym pseudonimem Touanda, która za pomocą tuszu, cienkopisów i pisaków, tworzy ujmujące prace. Touanda została wybrana Talentem Lipca 2014, w konkursie organizowanym przez Qadrans Kultury oraz portal artystyczny talent.pl.

**Z doświadczenia wiem, że czasem ludzie dokonują wolę i zmieniają niemal wszystko w swoim życiu. Przez kilkanaście lat byłem związany z korporacją. Postawiłem jednak na niezależność i założyłem artystyczną drukarnię wielkoformatową. A jak to było w Twoim przypadku?**

Byłam nastolatką, gdy powstały pierwsze prace wykonane ołówkiem. Później doszły pastele suche i olejne. Na studiach zaczęłam kreślić projekty piórkiem lub rapidografem. Rapidograf nie był dla mnie narzędziem nowym. Moja mama pracowała w biurze projektów jako kreślarz techniczny. Często odwiedzałam ją przyglądając się jej pracy przy desce kreślarskiej. Czasem w domu również kreśliła projekty. Siadałam wtedy obok i przyglądałam się uważnie. I to był prawdziwy początek moich zainteresowań. Te chwile miały wpływ na wybór techniki, w której tworzę. Zestaw rapidografów, którymi mama pracowała, otrzymałam kilka lat temu w prezencie - to bardzo cenny podarunek.



**Paweł Markiewicz**, przez wiele lat związany zawodowo z sektorem bankowym gdzie zarządzał dużym departamentem w centrali jednego z największych banków. Certyfikowany coach ICC, Master NLP, entuzjasta zarządzania i komunikacji.

Kilka lat temu porzucił karierę korporacyjną zakładając Pracownię Druku Fotograficznego PMPrint. Obecnie zajmuje się wielkoformatowym drukiem artystycznym i fotograficznym klasy Fine-Art, biorąc udział m.in. w realizacji wystaw i niskonakładowej produkcji dzieł sztuki, fototapet artystycznych i fotobrazów, co pozwala mu obcować ze sztuką współczesną oraz wspierać młodych i utalentowanych artystów.

**Można powiedzieć, że Twoim pierwszym nauczycielem rysunku była mama... a skąd czerpiesz inspiracje, jak wybierasz motywy swoich prac?**

Inspirują mnie ludzkie twarze, szczególnie zarysy profilu. Analizuję je detal po detal i wybieram tę twarz, która do mnie przemawia i buduje w mojej głowie zarys rysunku, jego konstrukcję. Inspiruje mnie przyroda – szczególnie liście i ptaki. Te ostatnie często pojawiają się w moich pracach. Są dla mnie symbolem wolności, mądrości, intuicji i przeczucia. Ciekawią mnie procesy, które zachodzą między człowiekiem, a otaczającym go światem- jakie buduje relacje, jakie uczucia nim targają. To często staram się również ukazać w moich rysunkach.

**Widzę, że łączy nas pragnienie bycia wolnym i dążenie do tej osobistej wolności, ja dla niej zrezygnowałem z intratnej pracy w Banku, a Ty czerpiesz z niej paliwo do two-**

**zenia. Czy poza tym, masz jakieś swoje marzenia artystyczne?**

Bez marzeń nie byłoby rozwoju, mobilizacji i podnoszenia umiejętności. Chciałabym utrzymywać się z twórczości bez konieczności pracy na pełny etat. Marzę, aby słowo Touanda kojarzyło się ludziom od razu z moimi rysunkami. Cieszy mnie każda wiadomość, że ktoś zakupił moją pracę, że ubiera bluzkę z moją grafiką lub nosi wisiory z miniaturami moich rysunków - to dowód, że to, co robię, ma sens.

**Traktujesz swoją twórczość jako swoisty dialog ze światem... taki Twój prywatny język, którym opowiadasz ludziom swoją historię. Czy można to tak ująć?**

Tworzenie to sposób wyrażania swojego światopoglądu. To dla mnie pryzmat, przez który filtruję rzeczywistość, tę którą noszę w sobie i którą odbieram z zewnątrz. Każdy z nas potrzebuje czasem swego wentylu, który daje możliwość odreagowania – czasami tworzenie jest dla mnie takim właśnie wentylem, powiem więcej autoterapią.

**Twoje prace są niezwykle dopieszczone, bardzo precyzyjne, czyste i przemyślane. Mam wrażenie, że nie ma w nich nic przypadkowego. Jak przebiega taki proces tworzenia?**

Moje rysunki są bardzo pracochłonne. Przykładowo jeden rysunek formatu 50x70 cm to około 40-60 godzin rysowania non stop. Pracuję przy tym zawodowo, zatem przy moim grafiku tygodniowym taki rysunek powstaje w ciągu miesiąca czasem dwóch. Najwięcej czasu i uwagi zajmuje kropkowanie twarzy. Tusz i cienkopis kreślarski to media, których nie można „wygumować” lub zamalować, jak w przypadku farb – każda kropka lub kreska musi być precyzyjnie naniesiona na papier, aby twarz nabrała proporcji i głębi. Ten etap tworzenia lubię najbardziej, gdy z tych kropek wyłania się ludzka twarz, za którą kryją się emocje. Ornamentyka i dobór barw

to kolejny etap, który sprawia mi wiele radości.

**Z pewnością jest wielkim szczęściem posiadanie talentu i środka, którym w tak niebanalny sposób można wyrazić siebie. Ale to pewnie jedna strona medalu, a ta druga? Co jest najtrudniejszego w byciu artystą?**

Artyści to bardzo wrażliwe, często niezrozumiałe przez otoczenie osoby. Ta wrażliwość, a często nadwrażliwość z jednej strony pomaga, bo dzięki niej widzi i czuje się więcej i potem ma to odbicie w twórczości. W życiu codziennym nie zawsze łatwo jest ogarniać typowo przyziemne sprawy, gdy głowa pełna pomysłów i najchętniej człowiek spędzałby cały czas na rysowaniu. A tu trzeba iść do pracy od do, pilnować rachunków, papierologii itp. Mimo wszystko kocham rysować, kreować, komponować przestrzeń papieru. Nie zamieniłabym tego na nic innego.

**Bardzo dziękuje za rozmowę**



[www.pmpint.com.pl](http://www.pmpint.com.pl)

Autor: Paweł Markiewicz



# NIECH BLUES

będzie ze mną  
do końca

O karierze solowej, nowej płycie i twórczości rozmawiamy z Maciejem Balcarem, polskim muzykiem, kompozytorem i obecnym wokalistą zespołu Dżem.

**Na Twoim pierwszym krążku „Czarno” pojawiają się Bracia Golcowie, na „Live Trax 12” towarzyszył Ci zespół Nie-bo, płyta „Ogień i woda” to Twoja wizytówka, „Ruletka” łączy muzykę folkową, rockową i poezję śpiewaną. Jaka będzie nowa płyta Macieja Balcara?**

Wielu kojarzy mnie z Dżemem, w którym śpiewam od 16 lat, inni z tytułową rolą w Jesus Christ Superstar Teatru Rozrywki, w którym występuję od 17 lat. Solową twórczość, nie licząc „Czarno” z 1998 r., z czasów przeddżemowych, reaktywowałem 6 lat temu i mam na nią niewiele czasu. Większość kalendarza zajmują mi koncerty z Dżemem i jedynie w wolnych chwilach mogę się skoncentrować na działaniach solowych. Tradycją jest trasa koncertowa w okresie ferii zimowych. Co dwa lata planuję też nowe wydawnictwa muzyczne. Ostatnia solowa płyta „Ruletka” pojawiła się w 2015, więc następna przypadnie na

początek przyszłego roku. Staram się unikać szufladek gatunkowych, ale rozumiem ich znaczenie dla słuchacza. Sam czasami nim jestem. Faktycznie, lubię nutę folkową, dobrą gitarę rockową, okolice bluesa i to wszystko okraszone dobrym, mądrym tekstem, najlepiej poetyckim.

**Na Twoich płytach pojawiają się teksty Twojego przyjaciela Krzysztofa Feusette, Marka Grechuty, Cypriana Kamila Norwida. Jak wybierasz teksty do utworów?**

Przede wszystkim muszę się z tekstem zaprzyjaźnić, zidentyfikować. Muszę poczuć jego klimat i naszkicować muzykę, która wzmocniłaby jego przekaz. Niekoniecznie musi to być tekst osobisty, czasami fajnie jest „wejść w czyjeś buty”, jak w autorstwa Michała Zabłockiego „Bujam się”, gdzie opowiadam historię życia z punktu widzenia bezdomnego kłoszarda.

frazesy. Autorzy polskich tekstów pisanych do muzyki łapią się w tą pułapkę. A przecież nasz język jest przebogaty i wszystko da się zaśpiewać, co nieraz udowadniali najwięksi nasi artyści: Demarczyk, Grechuta, Niemen. Oni jednak również najczęściej zaczynali od tekstu.

**Z zawodu jesteś architektem, z zamiłowania muzykiem i aktorem. Wykonywanie którego zawodu sprawia Ci największą frajdę?**

Mam to niezwykle szczęście, że całe życie zajmuję się tym, co mnie najbardziej interesuje. W odpowiednich proporcjach jest to muzyka, teatr i film. Śladowo również architektura. Ktoś kiedyś powiedział mi, żebym robił w życiu to, co kocham, a nigdy nie będę musiał pracować. Nie do końca to prawda, ale przyznaję, praca jest o połowę lepsza.

**Na scenie występujesz już kilkanaście lat. Jakie były przełomowe momenty w Twojej karierze?**

Płytę „Czarno” wydałem w 1998 roku i zbiegło się to nieszczęśliwie z załamaniem rynku fonograficznego nie tylko w Polsce, ale i na świecie, związanego z powstaniem formatu mp3. Perspektywa kolejnej płyty solowej nie rysowała się zbyt optymistycznie, grałem dużo gościnnie, m.in. z zespołem Harlem. Przełomowe było podjęcie współpracy z Teatrem Rozrywki, a rok później, w roku 2001 wstąpienie w szeregi Dżemu. Po 10 latach przerwy w 2010 roku reaktywowałem się solo i znowu dużo nagrywam. 2010 to istotny moment także dlatego, że doczekałem się pierwszej córki, Mimi. Niby bez związku z karierą, ale zapewniam, że istnienie takiej Muzy, jak ta moja, jest w gruncie rzeczy kluczowe.

**Czy czujesz się skazany na bluesa? W swojej dotychczasowej twórczości stykałeś się z różnymi gatunkami muzycznymi, m.in. grałeś w kapeli trashmetalowej czy punk rockowej.**

Blues to jeden z najpiękniejszych gatunków muzycznych, a zarazem kod źródłowy do wielu innych. W piosenkach popowej, jeżeli jest ciekawa, zawsze znajdzie się jego pierwiastek. Z tej perspektywy patrząc, niech blues będzie ze mną do końca, niezależnie za jaki gatunek się chwyć.

**W 2002 roku użyczyłeś głosu głównemu bohaterowi filmu animowanego. Jesteś czasem Mustangiem z Dzikiej Doliny? Czym jest dla Ciebie wolność?**

Mustang to film szczególny, czasami nie mogę w to uwierzyć, że los zetknął mnie właśnie z tą produkcją. Muzykę napisał Brian Adams, więc praca nad dubbingiem była czystą przyjemnością, nie wspominając o samym przekazie zawartym w tej historii. Jest niesamowita, mądra i wzruszająca, w tak prosty i konkretny sposób opowiada o naszym podstawowym prawie - prawie do wolności. Oczywiście trzeba z niej korzystać mądrze.

**Jesteś zwolennikiem tworzenia muzyki do tekstu. Dlaczego nie odwrotnie? Która warstwa jest Twoim zdaniem ważniejsza?**

Muzyka musi współgrać z tekstem, te dwie rzeczy nie mogą być od siebie odklejone. Wniosek jest prosty: są równoważne i wzajemnie się uzupełniają. Można tworzyć muzykę do tekstu lub odwrotnie. Ja jednak wolę, kiedy tekst inspiruje mnie do napisania muzyki. Cieszę się, kiedy autor napisał dokładnie to, co chciałem, nie zważając na ilość sylab w słowie. Gdybym był Anglosasem, pewnie nie miałoby to dla mnie żadnego znaczenia, co powstaje najpierw. W języku angielskim występuje tak wiele słów jednosylabowych, że napisanie ciekawego tekstu jest ograniczone jedynie wyobraźnią autora. W języku polskim tych słów jest na tyle mało, że pewne zwroty są nagminnie używane w tekstach piosenek, co czyni z nich wyświechtane



Wolność jest dla mnie dokładnie tym, co tak pięknie opisał w tekście Marek Grechuta: „wolność to diament do oszlifowania, a zabłyśnie blaskiem nie do opisania”.



# PODWODNE cmentarzysko – Laguna Chuuk

Przez Amerykanów nazywane „Gibraltarem Pacyfiku”, położone w centralnej części Oceanu Spokojnego, około 1028 km na południowy wschód od Guam i około 5436 km na południowy zachód od Hawajów - wyspy należące do Laguny Chuuk pozornie, z lotu ptaka, nie różnią się niczym od innych archipelagów spotykanych w czasie oceanicznych wojaży. Ot, 11 wysp o szerokości 80 i długości 50 kilometrów. Ich całkowita powierzchnia, włączając wyspy zewnętrzne, wynosi około 128 km<sup>2</sup>. Jednak wydarzenia z 17 lutego 1944 roku na zawsze odmieniły los Chuuk...



W czasie II wojny światowej laguna pełniła funkcję naturalnego portu Japończyków. W drugiej połowie lutego 1944 roku, w trakcie lotniczo-morskiej akcji Hailstone (po angielsku „grad”), została doszczętnie zniszczona przez Amerykanów, chcących w ten sposób wziąć odwet za Pearl Harbor. W czasie dwudniowego ataku na Chuuk zatopiono nieprawdopodobną ilość okrętów. Wśród nich między innymi cztery niszczyciele (Oite, Fumizuki, Maikaze, Tachikaze), 32 statki transportowe o łącznym tonażu ok. 200 000 ton, trzy krążowniki (Agano, Naka, Katori), transportowce, jednostki pomocnicze oraz aż 275 samolotów...

Ale dość historii. Co roku podwodna nekropolia Chuuk przyciąga rzesze fanów wrakowego nurkowania. Co czyni to miejsce wyjątkowym? Zapytaliśmy eksperta, Piotra Pazolę – właściciela firmy PAZOLA Travel & Adventure, instruktora nurkowego i twórcę przewodnika Red Sea Underwater Guide w jednej osobie.



- Największą i wyjątkową atrakcją są zatopione tu wraki, które leżą bardzo blisko siebie. Do tej pory odkryto 41 statków oraz samolotów. Kto wie, co jeszcze kryje się w głębinach? – zastanawia się Piotr Pazola. – Na wrakach wciąż możemy podziwiać sprzęty i wyposażenie w nietkniętym stanie. Ponadto, upływ czasu sprawił, iż wraki przekształciły się w sztuczne rafy, doskonale widoczne pod wodą. Kameralność i wyjątkowy klimat tego miejsca, wciąż nietkniętego masową turystyką, sprawiają, że chętnie wracam tu wraz z grupami – dodaje instruktor.



Nie pozostaje więc nic innego, niż pakować się i ruszać w rozbudżającą wyobraźnię przygodę pod powierzchnią wielkiej wody...

**PAZOLA** – to firma zajmująca się od kilkunastu lat organizowaniem aktywnego wypoczynku. Jesteśmy jednym z największych operatorów podwodnej i nadwodnej zabawy. Jeśli chcą Państwo zaplanować z nami wakacje życia, zapraszamy do kontaktu pod numerami telefonów: **797 581 292** i **786 815 806** lub adresem e-mail **biuro@pazola.com**. Znajdą nas Państwo także w Internecie na stronie [www.pazola.com](http://www.pazola.com) oraz na Facebooku: <https://www.facebook.com/wwwPIOTRPAZOLAcom/>



# SZTUKA

## ukryta pod ziemią

Węgiel zamienił się w dzieło sztuki, pył w jasne światło, budynki z czerwonej cegły w szklane kubiki. Maszynownia w kawiarnię, magazyn odzieży w siedzibę Centrum Scenografii Polskiej. Nosila wiele imion: Ferdinand, Ferdinandgrube, KWK Katowice, miała 176 lat. Kopalnia Węgla Kamiennego Katowice została zamknięta w 1999 roku. Nie daje o sobie zapomnieć. Na jej terenie powstało Muzeum Śląskie, które również jest strażnikiem śląskiej tradycji.

**M**inimalistyczne, oświetlone kubiki zachwycają przechodniów. Boksy są wykonane w całości ze szkła. Riegel Riewe Architekten z Grazu – austriacka pracownia architektoniczna wykorzystała dzienne światło, aby poprzez szklaną konstrukcję budynki Muzeum Śląskiego przyjęły funkcję doświetlających wnętrza lamp. Kiedyś pod powierzchnią ziemi tworzyła się historia Ślązaków, dziś 14 metrów poniżej poziomu terenu wystawione są dzieła sztuki. Boxy o stalowym szkieletcie łączą to, co pod ziemią z tym, co na powierzchni. Nie przesłaniają poprzemysłowego krajobrazu, eksponują go. Projektanci Nowego Muzeum Śląskiego w sposób bezpośredni nawiązali do przeszłości tego miejsca i całego regionu lokując muzeum pod ziemią. Jest to bardzo atrakcyjny pomysł, który jednocześnie przepracowuje negatywny stereotyp Czarnego Śląska – w miejscu czarnym od węgla i naznaczonym ciężką i niebezpieczną pracą powstaje jasne, wypełnione sztuką i wartościami estetycznymi Muzeum – zaznacza Zofia Oslislo-Piekarska, projektantka i kulturoznawczyni ze Śląska.

Do Muzeum Śląskiego prowadzi wiele betonowych ścieżek otoczonych przez pola kwiatów. Nie sposób nie wspomnieć o innych instytucjach strefy kultury, które znajdują się w jego pobliżu – Międzynarodowym Centrum Kongresowym czy siedzibie NOSPR-u, które również tworzą krajobraz postindustrialnych terenów.

Wchodząc do środka Muzeum można zachwycić się jasnymi, minimalistycznymi przestrzeniami. Na jednej z kondygnacji znajduje się wystawa stała, która obejmuje Galerię sztuki polskiej od 1800 do 1945, Galerię sztuki polskiej po 1945 oraz ekspozycję ukazującą amatorską sztukę na Górnym Śląsku. Obrazy Jacka Malczewskiego, Stanisława Wyspiańskiego, Zdzisława Beksińskiego, Andrzeja Wróblewskiego i wielu innych najwybitniejszych twórców sztuki pol-

skiej zostały zaprezentowane na olbrzymiej przestrzeni wystawiennej, pozwalając oglądającym bez skrępowania podziwiać dzieła.

Dla mnie najbardziej interesujące są jednak wystawy czasowe. Sztuka współczesna porusza najaktualniejsze problemy, prowokuje do dyskusji, stąd jeśli Muzeum Śląskie pragnie stać się instytucją opiniotwórczą, a nie tylko destynacją wycieczek szkolnych, powinno takich aktualnych, problemowych projektów pokazywać jak najwięcej – dodaje Oslislo. Jedną z wystaw czasowych, którą obecnie można podziwiać w Muzeum Śląskim to „Obrazy światłem pisane” przedstawiająca kolekcję 200 obrazów malarstwa ikonowego.

W dawnym magazynie odzieży KWK Katowice przy ul. Dobrowolskiego została obecnie ulokowana wystawa „Śląska Rzecz”, przedstawiająca realizacje uczestników konkursu organizowanego przez Zamek Cieszyn. Jury przyznało nagrody młodym projektantom działającym na terenie Śląska w trzech kategoriach: produkt, grafika użytkowa oraz usługa. „Śląska Rzecz” to jedyny regionalny konkurs designu w Polsce, do tej pory brało w nim udział ponad 400 firm, instytucji i organizacji pozarządowych z 530 projektami. Beata Mońka z Zamku Cieszyn nie ukrywa zadowolenia z tego, że „Śląskie Rzeczy” są w tym roku zaprezentowane na terenie byłej kopalni KWK Katowice: Cieszymy się, że możemy je prezentować w Muzeum Śląskim – wyjątkowym miejscu, którego celem jest pokazywanie nie tylko historii naszego regionu, jego dorobku intelektualnego i artystycznego, lecz również śledzenie współczesnych dokonań. Muzeum nie raz brało też udział w konkursie „Śląska Rzecz”, jest jego laure-

atem i przykładem instytucji, która wdrożyła wiele projektów, które mogą służyć za wzór. Mowa nie tylko o systemie informacji, ale i rozwiązaniach na rzecz dostępności Muzeum dla osób z dysfunkcjami ruchu, wzroku lub słuchu, czy też muzealnych publikacjach.



Muzeum Śląskie pamięta ceglane budynki Ferdinandgrube, zardzewiałe wieże wyciągowe i 120 milionów ton wydobytego węgla. Wraz z nim przeobrażają się Katowice. Zaniedbane przestrzenie takie jak Rynek, Strefa Kultury, ul. 3 Maja, dworzec stały się dla mieszkańców atrakcyjnymi miejscami. Autorka książki „Nowi Ślązacy. Miasto. Design. Tożsamość.” dodaje – te wszystkie czynniki wpływają na zmianę wizerunku na zewnątrz, ale również dzięki nim miasto jest inaczej postrzegane przez mieszkańców regionu – nareszcie można być z niego dumnym, a taki lokalny patriotyzm prowokuje do pozytywnych działań.



### WYSTAWA

„Śląska Rzecz”, przedstawiająca realizacje uczestników konkursu organizowanego przez Zamek Cieszyn.





**KATARZYNA GRUDZIEN**

# SPRING THREAD

– piękno, które zawisło na nitkach!

Od zawsze kobiety chcą być piękne i jak najdłużej młode. Dzięki tym marzeniom coraz chętniej poddają się zabiegom medycyny estetycznej i chirurgii plastycznej.

Ale czy zawsze efekty tych zabiegów są takie, jak byśmy chciały? Czy na ulicach nie widzimy coraz częściej olbrzymich policzków, zbyt mocno uwydatnionych ust i zmienionych rysów twarzy? Czy istnieje zabieg, który zapewni nam młody, a zarazem naturalny wygląd?

Od 2 lat w swojej praktyce stosuję z wielkim powodzeniem nici Spring Thread. To innowacyjny, bezoperacyjny i skuteczny sposób na poprawę naszej urody. To zabieg likwidujący luźną i opadającą skórę na długo, bez ryzyka zerwania i absencji w życiu zawodowym oraz osobistym. To nici, które nie ulegają rozpuszczeniu.

Metoda Spring Thread zawdzięcza swoją skuteczność specyficznej budowie oraz nowoczesnemu materiałowi, z którego wykonane są nici. Ich bazą jest czysty polimer polietylenowy, nie zawierający w swoim składzie dodatków. Gwarantuje zwartą strukturę i kontrolę elastyczności. Materiał jest całkowicie przezroczysty, charakteryzuje się dużą wytrzymałością na rozciąganie.

Aby ułatwić układanie nici oraz poprawić ich mocowanie, długa i dwukierunkowa nić (15+15=30) wyposażona jest w okrągłe, liczne haczyki (24 na cm). Pozwalają uniknąć uszkodzenia tkanek i nie wywołują rozległych włóknień, o których tak dużo się mówi przy zastosowaniu nici rozpuszczalnych PDO, namiętnie stosowanych głównie przez sektor kosmetyczny. Te właściwości zapewniają Pacjentowi brak bodźców bólowych podczas implantacji czy bólu po zabiegu.

Kolejną zaletą nici jest trwałość i całkowita obojętność dla organizmu. Ten aspekt ma ogromne znaczenie w późniejszym okresie ich zastosowania. Zabieg implantacji nie wymaga specjalnego przygotowania, można go przeprowadzić u Pacjenta w każdym wieku. Okres rekonwalescencji pozabiegowej wynosi do 2 do 3 dni.



Elastyczne, plastyczne 24 zbieżne haczyki 3D na cm

## SPRING THREAD

Zastosowanie tej metody może dotyczyć twarzy oraz pozostałych części ciała, gwarantując odpowiednie podtrzymanie. Spring Thread stosuje się zarówno u kobiet, jak i mężczyzn.

Efekty zabiegu obserwować można w dwóch etapach: pierwszy następuje bezpośrednio po zabiegu, a drugi w okresie kilku miesięcy, kiedy odbudowuje się tkanka i podlega stopniowej rewitalizacji.

W mojej praktyce bardzo wielu Pacjentów zaufało tej metodzie i obecnie cieszą się naturalnymi efektami zabiegu.

### Dlaczego zdecydowali się na metodę Spring Thread?

- odbywa się bez znieczulenia ogólnego
- nie ma przeciwwskazań medycznych
- daje naturalne efekty
- jest świetnym rozwiązaniem zarówno dla kobiet jak i mężczyzn, w każdej grupie wiekowej
- okres rekonwalescencji jest krótki

### UKŁAD PROSTY

#### Efekt bezpośredni

Lifting poduszeczek tłuszczowej w okolicy oka  
Podciągnięcie „chomików”

#### Efekt pośredni

Odmłodzony wygląd  
Podtrzymanie szyi

#### Zastosowane produkty

3 nici FA na stronę. 1 opakowanie na 1 twarz

#### Zalety

Prosty i skuteczny zabieg w przypadku niewielkiego lub średniego opadania powiek

- zabieg jest bezpieczny
- znajduje zastosowanie na całym świecie.

### Dlaczego ja wybrałam tę metodę w swojej praktyce?

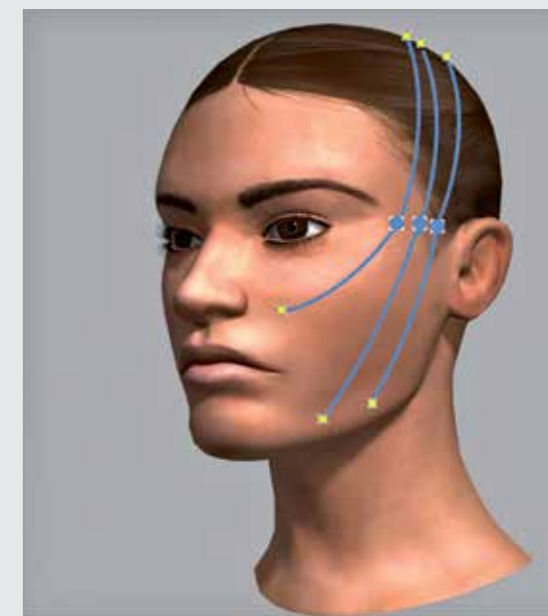
- zapewnia długotrwałe działanie
- jest niezawodna
- brak blizn i powikłań
- daje doskonałe, naturalne efekty
- cechuje ją duża satysfakcja Pacjentów.

Szpital LIFT MED wykonuje zabiegi operacyjne z zakresu m.in.:

- > chirurgii plastycznej
- > ortopedii
- > ginekologii zachowawczej i estetycznej
- > urologii
- > medycyny estetycznej

Pełną ofertę zabiegów znajdą Państwo na stronie [www.liftmed.pl](http://www.liftmed.pl)

## IMPLANTACJA




**lift med**

tel. 32 440 88 99  
ul. Cegelniana 14  
44-200 Rybnik  
[rejestracja@liftmed.pl](mailto:rejestracja@liftmed.pl)  
[www.liftmed.pl](http://www.liftmed.pl)



# JAKI BĘDZIE

## nowy repertuar Filharmonii Śląskiej?

Wywiad z prof. Mirosławem Błaszczukiem – Dyrektorem Filharmonii Śląskiej

Przygotowaliśmy bardzo konkretny i bogaty program na nowy sezon, który będzie trwał od września do czerwca. Repertuar rozpoczyna Nagorny Sextet z Dorotą Miśkiewicz w bloku jazzowym, wystąpi również Ewa Uryga i jej goście, Beata Przybytek, Krzysztof Herdzin, Adam Makowicz, Wiesław Pieregórka czy Włodzimierz Pawlik. W grudniu do naszej Filharmonii zawita Grzegorz Turnau. Skupiamy się na tym, by pokazać niesamowitych solistów, dyrygentów i znakomite propozycje repertuarowe, jeśli chodzi o wielką symfonię. Na inaugurację Śląskiej Orkiestry Kameralnej przyjedzie światowej sławy wiolonczelista Ivan Monighetti, a we wrześniu wraz z Orkiestrą Symfoniczną pojawi się laureat dwóch najbardziej prestiżowych konkursów pianistycznych Międzynarodowego Konkursu Muzycznego im. Piotra Czajkowskiego i Międzynarodowego Konkursu Pianistycznego im. Fryderyka Chopina – Lukas Geniusas z Litwy. Jeśli chodzi o solistów w lutym wystąpi genialna sopranistka Ewa Podleś w cudownym utworze Musorgskiego *Pieśni i tańce śmierci*. W nowym repertuarze widnieją również takie nazwiska jak Janusz Olejniczak czy Eugen Indjic, amerykański pianista, laureat Konkursu Chopinowskiego. Po raz pierwszy zaprezentuje się Amos Talmon, szef Izraelskiej Orkiestry Symfonicznej z Tel Awiwu, który zadyryguje *Stworzenie Świata* Josepha Haydna. Również szczególnie polecam absolutnego geniusza interpretacji muzyki baroku – Daniela Reussa.

**Repertuar Filharmonii jest bardzo zróżnicowany, kierują Państwo również swoją ofertę do tych najmłodszych i do seniorów?**

Poszliśmy o krok dalej, ponieważ mamy już audycje dla dzieci specjalnej troski i będziemy je rozszerzać. Te koncerty cieszą się niebywałą frekwencją. Patrząc na to, jak dzieci próbują reagować na żywą muzykę, wzruszenie miesza się z radością. Natomiast seniorzy mają możliwość wysłuchania w całości koncertów w godzinach rannych na piątkowych próbach generalnych. O nich też nie zapominamy.

**Co z młodymi ludźmi? Zauważył Pan wzrost zainteresowania kulturą wysoką wśród tego audytorium?**

Próbujemy łączyć różne dziedziny sztuki. Pokazaliśmy w zeszłym sezonie 7 koncertów, na których prezentowaliśmy muzykę z gier komputerowych w wykonaniu Orkiestry Symfonicznej. Szykujemy kolejną niespodziankę pod koniec stycznia. Utwór Dariusza Milhaud będzie odegrany przez Orkiestrę Symfoniczną w towarzystwie animacji wykonanej przez studentów z Uniwersytetu Cambridge. Robimy to w ramach projektu One, będzie to niebywała gratka dla tych, którzy zajmują się tym na co dzień, nawet amatorsko. Połączenie utworu współczesnego kompozytora z animacją jest wyjątkową atrakcją. Chcemy wykorzystać również smartfony, będziemy łączyć muzykę z różnego rodzaju aplikacjami. Na wiosnę przyszłego roku bądź wczesną jesienią odbędzie się finał tej inicjatywy, póki co jesteśmy w sferze przygotowań. Podejrzewam, że zabawa młodych ludzi przy okazji przyjscia do Filharmonii Śląskiej może im służyć i pokazać nowe oblicze tej instytucji.



# HUMOR

## pisany po śląsku

„Śląskość” definiowana była już na różne sposoby. Jednak mało kto zastanawiał się nad charakterystyczną mentalnością Ślązaków dotyczącą poczucie humoru. Z czego śmieją się mieszkańcy Śląska?

Nie pojawił się jeszcze na Śląsku ktoś taki jak ksiądz Tischner, który w ujmujący sposób potrafił wyeksponować główne nurty „filozofii góralskiej”, jednocześnie rozprawiając się z prostackim jej przedstawianiem w kawałach „o bacy”. – *Taki sposób myślenia ludzi z gór, przebijał już z Sabatów bają, z powieści Orkana i Tetmajera, wyrażają go teksty przyśpiewek, teraz już folkowo - rockowych. Ale to właśnie wspomniane kawały były najbardziej rozpoznawalnym sygnałem o inności ludzi z Tatr. Mimo, że w większości nie przedstawiają górali w najkorzystniejszym świetle, są przekonującym dowodem na ich odmienny niż „ceprowski” sposób odbierania rzeczywistości. Chyba też dlatego górale specjalnie nie mają pretensji do autorów tych dowcipów, przeważnie pochodzących z nizin* – tłumaczy Jan Hahn, Prezes Stowarzyszenia Przymierze Śląskie, autor publikacji dt. śląskiego humoru. Oprócz górali, jedyną tak powszechnie postrzeganą jako odmienną, grupą etniczną są Ślązacy. Ową odmienną tworzyło o wiele więcej uwarunkowań niż środowisko naturalne. Jednak pró-

ba przedstawienia chociażby zarysu „filozofii śląskiej” jest zadaniem karkołomnym. Warto jednak zastanowić się: Czy istnieje śląska odmiana humoru?

*Ważną cechą odróżniającą „śląski humor” od „humoru góralskiego” – jest ta, że autorami jego są mieszkańcy naszego regionu. Humor czasów autonomii śląskiej -Karlika z Kocyndra (Stanisława Ligonia) z jego Fronkiem, Zeflikiem i Francikiem, później „Radiowej Czelodki” -zrozumiały i przeznaczone wyłącznie dla Ślązaków – przeszedł do historii, a „Bery i bojki śląskie”, są*



*tej historii wielce znaczącym fragmentem. Po przemianach politycznych i społecznych w ostatnim półwieczu, hermetyczne dotąd pod względem obyczajowym i zawodowym śląskowska – adresat i jednocześnie nadawca, humoru śląskiego – chcąc nie chcąc uległy otwarciu na zewnątrz. Straciło na ostrości rozgraniczenie „my” – „oni” – dodaje Jan Hahn. Inną przyczyną tego stanu rzeczy jest niezwykła popularność w ostatnich latach śląskiego humoru. Teksty Lucjana Czernego, kabaretu „Rak”, a przede wszystkim działalność „Klubu Masztalskiego” rozbawiają całą Polskę. Nie doprowadziło to, co prawda, do masowego uczęszczania na kursy gwary śląskiej, niemniej zapoznało mieszkańców innych regionów kraju ze specyfiką tego humoru, nauczyło ich paru zwrotów, a przede wszystkim uświadomiło, że Ślązak oprócz innych przymiotów, posiada jeden niezmiernie cenny – poczucie humoru na wysokim poziomie.*

Obecnie „robią karierę” dowcipy rodem ze Śląska, zrozumiałe dla wszystkich Polaków. Ponieważ jest to jednak „śląski humor”, musi się wobec tego czymś wyróżniać od jego innych kategorii. Współczesnym reprezentantem przemycania tzw. śląskiego humoru jest wywodzący się z Rybnika a znany w całej Polsce Kabaret Młodych Panów. Młodzi Panowie w większości swoich skeczy posługują się językiem śląskim ogrywając je w Warszawie czy na nadmorskich festiwalach. Należy tylko mieć nadzieję, że obrazek śląskiego humoru nie ugnie się pod ciężarem aktualnie dosyć słabej kondycji środowiska polskiego kabaretu.

Ósmego dnia Pan Bóg rozdawał wszystkim narodom na Ziemi języki i dialekty. Wszystkim... Tylko dla Ślązaków zabrakło.

Wysłali oni delegację z prośbą, aby naprawił swój błąd.

Pan Bóg się zawstydził, pomyślał i odrzekł: – Jerrronie...

wybobcie chłopcy! Wszystko przez tyn pieroński bajzel. To w takim razie bydziecie godać tak jak jo...

# PIERWSZE ŚLĄSKIE

## Targi WIATR i WODA

Najpiękniejsze jachty, luksusowe łodzie motorowe, najszybsze skutery, nowoczesny sprzęt żeglarski i motorowodny. Wszystko to podziwiać będziemy na Pierwszych Śląskich Targach Sportów Wodnych i Rekreacji WIATR i WODA w Międzynarodowym Centrum Kongresowym w Katowicach.

Śląskie Targi WIATR i WODA to ogólnopolskie wydarzenie branży przemysłu jachtowego i szeroko rozumianego sektora sportu, rekreacji i wypoczynku na wodzie, które odbędzie się 4-6 listopada 2016 roku w Katowickim MCK.

Organizatorzy Targów WIATR i WODA dostrzegają ogromny potencjał Śląska, który jest jednym z najsilniejszych i najaktywniejszych okręgów żeglarskich w Polsce. Obecnie nasz region stał się prawdziwym zagłębiem amatorów sportów wodnych, których przybywa z każdym rokiem. Stale rozbudowuje się oferta szkoleniowa, a żeglarstwo w śląskich rodzinach staje się sportem wielopokoleniowym.

Podczas premierowej edycji Targów WIATR i WODA oprócz jachtów żaglowych i motorowych, ponto-

nów, RIBów, skuterów wodnych oraz innych jednostek pływających, na targach można będzie znaleźć także: akcesoria żeglarskie, silniki, sprzęt asekuracyjny, ratunkowy, instrumenty do nawigacji i elektronikę jachtową. Zaprezentowana zostanie szeroka gama odzieży żeglarskiej i sportowej oraz oferta polskich regionów turystycznych słynących ze sportów wodnych. Na targach promować się będą także wodne szlaki turystyczne, firmy czarterowe, akwenty żeglarskie,



mariny. Podczas Targów zwiedzający będą mogli nie tylko podziwiać sprzęt, ale również spotkać się ze znanymi żeglarzami, gwiazdami sportów wodnych i uczestniczyć w prezentacjach i dyskusjach na tematy ważne dla każdego wodniaka.

Targi WIATR i WODA w Katowicach kontynuować będą tradycję odbywającej się od blisko 30 lat warszawskiej edycji Targów, która jest największą i najstarszą w Polsce imprezą wystawienniczą branży sportów wodnych i rekreacji.

Imprezę organizują Yacht EXPO i Murator EXPO. Partnerem Targów został magazyn „Żagle”, a współgospodarzem imprezy jest Miasto Katowice. Sponsorem wydarzenia jest producent odzieży Henri Lloyd.



Więcej informacji:  
[www.wiatr iwoda.pl](http://www.wiatr iwoda.pl)



Jesteśmy na rynku od prawie 5 lat. W tym czasie wykonaliśmy już kilka tysięcy badań. Posiadamy najnowocześniejszy tomograf komputerowy Kodak C59300. Dzięki temu możemy wykonać zdjęcia pantomograficzne i tomograficzne głowy. Zapraszamy do współpracy lekarzy stomatologów i laryngologów.

### Szeroki zakres badań

17 x 13,5		<ul style="list-style-type: none"><li>• Ortodoncja</li><li>• Złożone przypadki wymagające obrazowania głowy</li><li>• Chirurgia ortodontyczna</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rekonstrukcje twarzy</li><li>• Zdjęcia pourazowe</li><li>• Obrazowanie zatok i dróg oddechowych</li></ul>
10 x 10		<ul style="list-style-type: none"><li>• Implantologia</li><li>• Przypadki jednoczesnego występowania kilku zębów zatrzymanych</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Inne przypadki wymagające obrazowania szczęki i żuchwy</li></ul>
17 x 6 - TMx2		<ul style="list-style-type: none"><li>• Obrazowanie obu stawów skroniowo-żuchwowego</li></ul>	
10 x 5		<ul style="list-style-type: none"><li>• Inne przypadki wymagające obrazowania jednego łuku zębowego</li></ul>	
8 x 6 - TMx1		<ul style="list-style-type: none"><li>• Obrazowanie pojedynczego stawu skroniowo-żuchwowego i ucha wewnętrznego</li></ul>	
8 x 6		<ul style="list-style-type: none"><li>• Implantologia</li><li>• Przypadki jednoczesnego występowania kilku zębów zatrzymanych</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Inne przypadki wymagające obrazowania szczęki i żuchwy</li></ul>
5 x 5		<ul style="list-style-type: none"><li>• Endodoncja</li><li>• Pojedyncze implanty</li></ul>	

### Korzyści dla lekarza:

- **Badanie nagrane jest na płytę CD** wraz z oprogramowaniem do przeglądania zdjęcia. Do płyty załączona jest instrukcja obsługi przeglądarki – program jest intuicyjny i prosty w obsłudze.
- **Zapis badań w formacie DICOM** pozwala na ich wykorzystanie przez inne programy takie jak **Simplant, NobelGuide i SureSmile**.
- **Elektroniczne archiwum badań** – kiedy płyta zostanie uszkodzona badanie możemy nagrać ponownie.
- **Cyfrowa tomografia stożkowa CBCT gwarantuje najlepszą jakość zdjęć**, a także możliwość dokonania rzeczywistych pomiarów w skali 1:1.

### Korzyści dla pacjenta:

- **Inteligentny System Kontroli Dawki** – dawka dobierana jest do postury i wagi pacjenta – niska dawka to większe bezpieczeństwo dla pacjenta.
- **Krótki czas badania** – kilkanaście sekund.
- Posiadamy własny parking i wygodną poczekalnię.
- Na badanie można umówić się tego samego dnia.
- Pracownia czynna jest od poniedziałku do piątku.

ul. Św. Jacka 14, 40 - 019 Katowice  
tel. 669 669 532  
e-mail: [kontakt@3dtomo.pl](mailto:kontakt@3dtomo.pl)  
[www.3dtomo.pl](http://www.3dtomo.pl)

**3Dtomo**  
PRACOWNIA TOMOGRAFII  
STOMATOLOGICZNEJ I LARYNGOLOGICZNEJ



rok założenia 1987

**MAKRONEX**  
**STONE** KAMIENIARSTWO  
BUDOWLANE



# KAMIEŃ W TWOIM WNĘTRZU



marmur · granit · piaskowiec

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

**MAKRONEX STONE Marek Klyta**  
ul. Jaworowa 1a  
41-404 Mysłowice (woj. śląskie)

tel. 32 318 23 35  
fax. 32 223 61 32  
tel. kom. 601 461 235  
makronex@makronex.eu