wprost
NR 25 (126) CENA 10 ZŁ (W TYM 8% VAT)
27.06 – 3.07 2022 ISSN 0209-1747

100 w. NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

PMPG POLSKIE MEDIA SA

eprasa.pl 88247e8817

NARODOWY BANK POLSKI

Banknot kolekcjonerski NBP upamiętniający Prezydenta RP prof. Lecha Kaczyńskiego

Najlepszym Banknotem Kolekcjonerskim

2021 roku

Lech Kaczyński.
Warto być Polakiem

Nagroda

RECONNAISSANCE HIGH SECURITY PRINTING™ EMEA

TALLINN 2022

nbp.pl/banknoty

eprasa.pl 88247e8817

Szymon Krawiec
@SzymonKrawiec

Lista 100 najbogatszych Polaków 2022

Spektakularne powroty i wielkie debiuty, obłędne wzrosty i dramatyczne spadki. Takiej listy 100 najbogatszych jeszcze nie było. Wśród wielu zmian jest ta najważniejsza – mamy nowego najbogatszego Polaka.

Zdjęcia na okładce: KKinal/Shutterstock, materiały prasowe, Polsat, ANNE-CHRISTINE POUJOULAT/AFP/East News, pospieszni.pl, Łukasz Dejnarowicz / FORUM, Albert Zawada/Agencja Wyborcza, Shutterstock

eprasa.pl 88247e8817

Na początek

Bogaci się bogacą, a biedni biednieją. Prawda stara jak świat, która akurat w przypadku tegorocznej listy 100 najbogatszych Polaków się nie sprawdziła. Pierwszy raz od dawien dawna setka najbogatszych ludzi w kraju wcale nie jest bogatsza, tylko biedniejsza. W zeszłym roku 100 bohaterów naszej listy zgromadziło majątek wyceniany na 191 mld zł. W tym roku w sumie zebrali o 3 mld zł mniej, bo 188 mld zł.

Różnica może i niewielka, ale pokazuje, że polską gospodarkę czeka mocne hamowanie.

> *Aż 30 przedsiębiorców z tegorocznej setki najbogatszych* **POMNIEJSZYŁO SWÓJ MAJĄTEK.** *Rekordziście stan posiadania stopniał o ponad 80 proc.,*

czyli dzisiaj ma zaledwie jedną piątą tego, co miał przed rokiem. Smutnych wiadomości jest więcej, bo z tytułem jednego ze stu najbogatszych pożegnało się aż 19 Polaków, którzy występowali w tym elitarnym gronie jeszcze w 2021 r.

eprasa.pl 88247e8817

Ale, żeby nie było tak dramatycznie, to jest też wiele pozytywnych niespodzianek, bo przecież miejsca po spadkowiczach zajęły nowe twarze.

Zmiany na podium

Najlepiej zacząć od początku, czyli od samego podium listy, bo tam wielkie przetasowania. Po dwóch latach dominacji najzamożniejszym Polakiem nie jest już Zygmunt Solorz, który królował na szczycie rankingu i w zeszłym, i w 2020 roku, a dzisiaj spadł na trzecie miejsce. Tytuł najbogatszego Polaka przejął od niego w tym roku Tomasz Biernacki, twórca sieci marketów Dino. Miliarder-widmo, który nie udziela wywiadów i nie pokazuje się publicznie, zadebiutował na liście 100 w 2017 roku. I wystarczyło mu 5 lat, żeby wspiąć się na sam jej szczyt. Tuż za nim, na drugim miejscu, wylądował Michał Sołowow. A potem rodzeństwo Kulczyków, którzy mimo tego, że po równo odziedziczyli majątek po zmarłym w 2015 roku ojcu, Janie Kulczyku, to pomnażają swoją schedę w różny sposób. Można powiedzieć, że skuteczniejsza jest w tym Dominika

eprasa.pl 88247e8817

Kulczyk, bo ma majątek o półtora miliarda złotych większy od swojego młodszego brata Sebastiana. Co jeszcze się zmieniło w setce?

Nowi najbogatsi

W tym roku w gronie debiutantów pojawiło się 9 nazwisk. Najwyżej z nich uplasował się Wiesław Wawrzyniak, pierwszy gorzelnik III RP. Twórca i największy udziałowiec grupy AWW, z majątkiem wycenianym na ponad 4 mld zł od razu wpadł do pierwszej dziesiątki najbogatszych ludzi w kraju. Na liście pojawili się również Jerzy Borucki i Andrzej Grabowski, założyciele Polmleku, gigantycznego producenta nabiału oraz soków spod marki Fortuna. Co cieszy jeszcze bardziej, to fakt, że w gronie 100 najbogatszych zadebiutowało również kilka pań. Jest Magdalena Mucha, która w Częstochowie prowadzi gigantyczną hurtownię ze sprzętem IT. Są Kamila Błażejewska oraz Magdalena Malaczyńska – dwie największe rywalki w branży pod potoczną nazwą „robienie paznokci”. Prowadzą potężne

eprasa.pl 88247e8817

firmy produkujące lakiery, żele, hybrydy i inne akcesoria do manicure.

Fortuna kołem się toczy

Tegoroczna lista to również czas powrotów. Głównie tych bohaterów, których biznes ucierpiał przez pandemię. Do grona najbogatszych ludzi w kraju powrócili przykładowo Mariusz Jańczuk i Leszek Szagdaj, czyli właściciele Itaki.

> *W czasie szalejącego COVID-19, serii obostrzeń i zamkniętych granic największe biuro podróży w Polsce*
> **NA WAKACJE ZA BARDZO NIE MIAŁO KOGO WYSYŁAĆ.**

A w zeszłym roku panowie sprzedali już wczasy za ponad 2 mld zł i ze straty w wysokości 50 mln zł za 2020 r., mieli już 110 mln zł zysku netto za 2021 r. Do grona powracających wpadł też Igor Klaja, współwłaściciel spółki OTCF. Pod tą nazwą kryje się znany

eprasa.pl 88247e8817

polski producent odzieży sportowej 4F. Tutaj schemat podobny – z powodu pozamykanych siłowni i galerii handlowych – Klaja nie miał ani gdzie, ani za bardzo komu ciuchów sprzedawać. Ale po stratach, tak jak i po pandemii, nie ma już u niego śladu.

Spadkowicze

Żeby ktoś na listę mógł wrócić albo na niej zadebiutować, to ktoś z grona najbogatszych musiał wypaść. Taka oczywista oczywistość. A wypadających bohaterów było w tym roku sporo. Części z nich w zestawieniu nie ma, głównie dlatego, że co roku próg wejścia do elitarnego grona 100 bezlitośnie rośnie. W 2021 r., żeby pojawić się na setnym, ostatnim miejscu zestawienia, trzeba było mieć przynajmniej 450 mln zł. Tyle przed rokiem zgromadził Jan Lubomirski-Lanckoroński – deweloper i kamienicznik z arystokratycznymi korzeniami, którego w tym roku w gronie 100 nie ma. Dzisiaj, żeby na listę wejść, trzeba mieć co najmniej 511 mln zł, czyli 13 proc. więcej niż przed rokiem. Tyle miał Roman Dariusz Kołakowski, właści-

eprasa.pl 88247e8817

ciel potężnej fabryki mebli DFM z Dobrego Miasta w woj. warmińsko-mazurskim.

I tak, z racji wędrującej w górę poprzeczki z zestawienia wypadł też znany koszykarz Marcin Gortat. Albo Piotr Krupa z firmy windykacyjnej Kruk, Dawid Zieliński z Columbusa od fotowoltaiki, Maciej Formanowicz od giełdowego producenta mebli Forte czy małżeństwo Soszyńskich od kosmetyków AA.

> *Na szczęście dla nich lista 100 najbogatszych nie jest ostatnią, którą „Wprost” opublikuje w tym roku. Zaraz po setce* **POKAŻEMY PRETENDENTÓW DO TYTUŁU** *jednego ze 100 najbogatszych.*

Potem ranking najzamożniejszych polskich rodzin. Jesienią ranking kobiet, a później już tych najmłodszych milionerów. Do czasu tych kolejnych publikacji fortuna może się jeszcze dla wielu odmienić.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

Credo: ***Tylko prawda jest ciekawa, piszemy o niej w p r o s t***

eprasa.pl 88247e8817

Nr 25 27 czerwca – 3 lipca 2022

Czytaj Wprost

Fot. ŁUKASZ CAPAR/Polska Press/East News

26

SCENARIUSZE DLA POLSKI

W XXI wieku – stuleciu globalizacji i permanentnej komunikacji – wojna odciska swoje piętno na krajach Europy Środkowo-Wschodniej, tak jak odciskała w poprzednich wiekach. I los Ukrainy zbiega się z losem Polski, a wojna wpływa na Polskę. I będzie wpływać.

KOLEJNE WYDANIE CYFROWEGO „WPROST" UKAŻE SIĘ W PIĄTEK O GODZ. 15. SZUKAJ NA WPROST.PL ORAZ WE WSZYSTKICH E-KIOSKACH ORAZ APLIKACJACH MOBILNYCH APP STORE I GOOGLE PLAY

eprasa.pl 88247e8817

15 **NIEDYSKRECJE PARLAMENTARNE**

KRAJ

40 **BEZ WŁASNEGO WĘGLA DA SIĘ ŻYĆ**

– Za embargo na import węgla z Rosji wszyscy zapłacimy: ceną węgla, ale też gazu i paliw płynnych – sytuację analizuje Janusz Steinhoff, były minister gospodarki.

56 **FUNDAMENTALNA ZMIANA REGUŁ GRY**

O kłopotach powodowanych przez nakładające się kampanie: parlamentarną i samorządową mówi dr hab. Adam Gendźwiłł, ekspert ds. polityki lokalnej i zachowań wyborczych z UW.

NAGRODY „WPROST”

74 **SIŁA KOBIET UHONOROWANA**

ShEO Awards 2022 wręczone! Redakcja „Wprost” uhonorowała najwybitniejsze przedstawicielki świata kultury, biznesu, sportu, nauki oraz działaczki społeczne. Nagroda Specjalna trafiła w ręce Ołeny Zełeńskiej.

Fot. Fot. 123RF, Piotr Woźniakiewicz

eprasa.pl 88247e8817

SPOŁECZEŃSTWO

106 **ZA PŁOTEM MAJĄ ROSJAN**
Tuż przy granicy Polski z obwodem Kaliningradzkim, we wsi Asuny, mieszkają Ukraińcy - Rosjan mają obok siebie. I nie są w dobrych nastrojach.

FELIETON

123 **ŁUKASZ ORBITOWSKI**

RANKING

142 **100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW**

ZAGRANICA

494 **PAŁAC BOURBON BLIŻEJ KREMLA**

Skrajne partie zdobyły francuski parlament. Polityka Paryża się zmieni, bo prawicowych i lewicowych radykałów łączy niechęć do UE i wielka miłość do Rosji.

499 **NEUTRALNI, ALE NIE BEZBRONNI**
Od ponad 220 lat na atak na Szwajcarię nikt się nie zdecydował. Nie tylko przez neutralny status kraju, ale też – a może przede wszystkim – jego doskonalone przez dekady przygotowanie do samoobrony.

Fot. KKinal/Shutterstock, materiały prasowe, Polsat, ANNE-CHRISTINE POUJOULAT/AFP/East News, pospieszni.pl, Łukasz Dejnarowicz / FORUM, Albert Zawada/Agencja Wyborcza, Shutterstock, POOL / Reuters / Forum

eprasa.pl 88247e8817

Czytaj Wprost

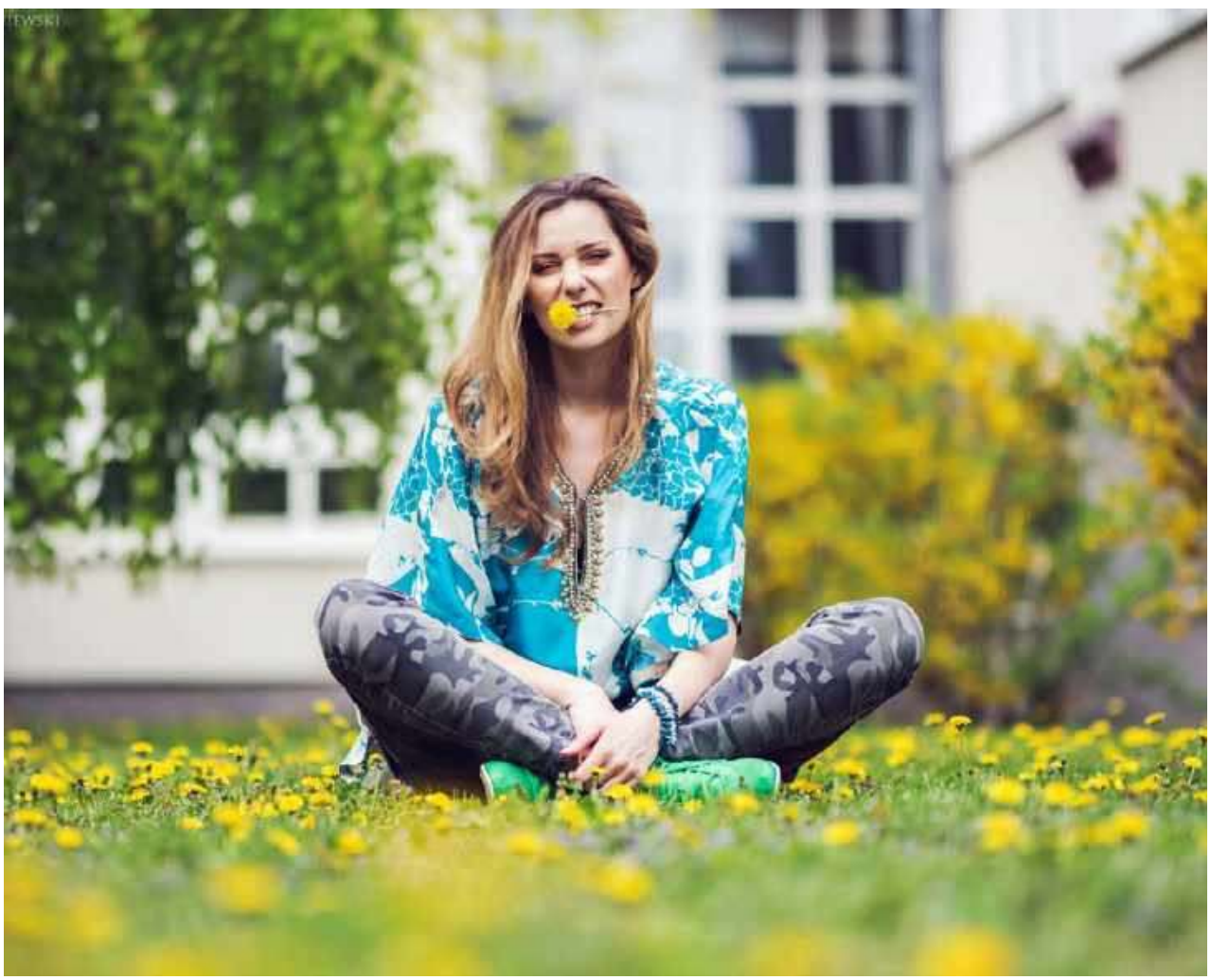
FELIETON

509 **GEN. WALDEMAR SKRZYPCZAK**

KULTURA

634 **MAŁOMIASTECZKOWA SKANDALISTKA**

Magda Skubisz, wokalistka, jest autorką kilku książek, które wywołały kontrowersje w jej rodzinnym Przemyślu. Pierwszej z nich Rady Miasta poświęciła sesję o negatywnym wpływie tej książki na młodzież. Bohaterka jej najnowszego utworu nie jest niewinną i bezbronną kobietką.



Fot. Archiwum Magdy Skubisz

eprasa.pl 88247e8817

To nieprawda, że...

Niedyskrecje parlamentarne

Fot. 123RF

eprasa.pl/0247e8817

To nieprawda, że...

Fot. 123RF

eprasa.pl 88247e8817

To nieprawda, że...

Joanna Miziołek
@JMiziolek

Eliza Olczyk

Dlaczego opozycja krytykowała PiS za nieobecność w Kijowie, gdy wizytę składali przywódcy Francji, Niemiec i Włoch? Czym martwi się Mateusz Morawiecki? Kim chciałby być Rafał Trzaskowski? **KTO W PO DZIAŁAŁA W BIAŁYCH RĘKAWICZKACH, A KTO Z KIJEM BEJSBOLOWYM?** *Dlaczego Marcin Kierwiński, sekretarz generalny PO, martwi się o swoją karierę?* **O TYM I INNYCH SPRAWACH PISZEMY W „NIEDYSKRECJACH PARLAMENTARNYCH”.**

Fot. Arek Markowicz

eprasa.pl 88247e8817

To nieprawda, że...

Prezydent Francji Emmanuel Macron, kanclerz Niemiec Olaf Scholz i premier Włoch Mario Draghi pojechali do Kijowa, a w Warszawie wybuchła jednodniowa burza. Politycy opozycji rzucili się krytykować PiS. Że wizyta przełomowa, a nikogo z polskich władz w Kijowie nie było. I że to podobno pokazuje jak mało liczy się Polska pod rządami PiS w Europie. W nieoficjalnych rozmowach politycy opozycji tłumaczyli jednak, że chodzi o pieniądze, a konkretnie o to, że jeżeli Polski nie było przy rozmowach w Kijowie, to może zostać „wyślizgana” z udziału w przyszłej odbudowie Ukrainy. – Tak jak w Iraku, gdzie ginęli polscy żołnierze, a kto inny zbił kasę – narzekał polityk opozycji. I dodał, że nie widzi żadnych sygnałów, że rząd rzeczywiście chce uczestniczyć w odbudowie Ukrainy. – Przedsiębiorcy nie dostali żadnych sygnałów, nie ma żadnych pomysłów np. powołania specjalnego funduszu. U Niemca takie przygotowania zostaną załatwione w ciągu tygodnia, nie mam co do tego wątpliwości – ocenił. Następnego

eprasa.pl 88247e8817

dnia okazało się, że wizyta wcale przełomowa nie była, a do ewentualnej odbudowy Ukrainy jeszcze daleka droga.

Mateusz Morawiecki musi cały czas udowadniać, że jest bardziej PiS-owski niż sam PiS. Takie poczucie mają politycy opozycji po ostatnim wystąpieniu premiera w parlamencie. – To jest znamienne, że Morawiecki ciągle wyskakuje na mównicę. Być może zdaje sobie sprawę, że jeżeli nie będzie aktywny, to mu się wszystko wymknie spod kontroli, bo prezes Jarosław Kaczyński zacznie słuchać kogoś innego – mówi poseł opozycji. Rzeczywiście, nawet w długi weekend doszło do przepychanki słownej między Morawieckim a Zbigniewem Ziobro. Premier na zjeździe klubów „Gazety Polskiej” powiedział, że nie zamierza umierać za reformę sprawiedliwości, a minister sprawiedliwości odpalił, że wraz z odejściem Beaty Szydło skończyło się zielone światło dla zmian w sądownictwie. I oskarżył premiera o politykę ustępstw. – Ustępstwa rodzą tylko wilczy apetyt

eprasa.pl 88247e8817

UE – stwierdził Ziobro. I jak tu Kaczyński ma odejść z rządu, skoro jego kluczowi politycy cięgle publicznie się kłócą?

W ubiegłym tygodniu Donald Tusk spotkał się z konserwatystami Koalicji Obywatelskiej w Łopusznej. Rozmawiano o wartościach, o tym, jak powinny być kształtowane stosunki państwo-Kościół. Prelekcję miał m.in. ks. Kazimierz Sowa, sympatyzujący z PO. Zgodnie z relacją naszego rozmówcy, obecnego na spotkaniu, duchowny przedstawiał zebranym, jak ukształtowane są relacje państwo-Kościół w innych krajach, informował, że w wielu państwach są konkordaty, że nawet w zlaicyzowanych Czechach nauka religii jest finansowana z budżetu państwa. Jak to się ma do lewicowych postulatów, które Tusk zgłaszał tydzień wcześniej czyli aborcja na życzenie do 12. tygodnia ciąży, ustawa o związkach partnerskich, rozdział Kościoła od państwa? Naszego rozmówcy niezbyt wzrusza ta rozbieżność. – Przecież wiadomo, że

eprasa.pl 88247e8817

Donald raz mówi tak, a raz inaczej – kwituje polityk KO.

Od miesięcy śledzimy, jak Rafał Trzaskowski, prezydent Warszawy i wiceprzewodniczący PO układa sobie stosunki z szefem partii Donaldem Tuskiem. Według naszego rozmówcy z PO, Trzaskowski nie jest wojownikiem. – On woli z Tuskiem handlować – słyszymy od polityka z otoczenia Donalda Tuska. Co takiego chce wynegocjować prezydent Warszawy? – Stanowisko. Słyszałem, że Trzaskowski chce zostać unijnym komisarzem. A po wyborach, jeśli zmieni się władza, to Donald Tusk jako premier będzie decydował, kogo tam wysłać ze strony Polski – mówi polityk z otoczenia szefa PO.

Ten sam rozmówca twierdzi, że Rafał Trzaskowski trochę spuścił z tonu po swojej słownej wpadce w audycji radiowej, w której określił się mianem „dupiarza”. – Taki był ładny, amerykański, a wyszedł z niego wieśniak – śmieje się polityk Plat-

eprasa.pl 88247e8817

formy. Pytany czy przewodniczący Platformy Obywatelskiej nie obawia się, że Campus Polska Przyszłości Rafała Trzaskowskiego, na którym będzie wiele znanych nazwisk, jak na przykład Garri Kasparow, stanie się medialnie większym wydarzeniem niż „Meet Up” organizowane przez Donalda Tuska, odpowiada z niewzruszoną pewnością: – TVN24 będzie relacjonował Campus tylko wtedy, kiedy Tusk na niego przyjedzie.

Sam Donald Tusk nie chce podobno iść na otwarte starcie z Rafałem Trzaskowskim, choć zdaniem naszych rozmówców z PO, namawia go do tego sekretarz generalny partii Marcin Kierwiński. – Marcin narzeka, że Donald Tusk jest za mało stanowczy wobec Rafała. Chciałby ostrych działań „antyrafałowych” – mówi nasz informator. I dodaje, że lider PO „działa w białych rękawiczkach, a Kierwiński z kijem bejsbolowym”. Nasz rozmówca jest zdania, że Tusk potrafi działać bardzo zręcznie, także usypiając czujność przeciwnika.

eprasa.pl 88247e8817

To nieprawda, że...

Marcin Kierwiński ma być podobno niezadowolony z roli, jaką pełni przy Donaldzie Tusku. – Bardzo źle mówi o Pawle Grasiu, przez lata bliskim współpracowniku szefa PO. Spodziewał się odgrywać przy Donaldzie Tusku poważniejszą rolę, a tymczasem pierwszym po Bogu ciągle jest Graś. Kierwiński boi się, że straci stanowisko sekretarza generalnego na rzecz Grasia, a Tusk poleci mu zajmować się Warszawą (Marcin Kierwiński jest szefem warszawskich struktur PO – red.). Nasz rozmówca dodaje, że Graś wcale się nie pali, żeby zostać sekretarzem generalnym PO. – W ogóle w otoczeniu szefa PO jest coraz więcej konfliktów, bo Kierwiński ma też złe relacje z Igorem Ostachowiczem, którego Tusk bardzo ceni – kwituje.

Aleksander Kwaśniewski ma w tym tygodniu pojechać do Kijowa. Były prezydent w rozmowie z „Wprost” potwierdza swój wyjazd. Kwaśniewski odegrał kluczową rolę w pokojowym przebiegu

eprasa.pl 88247e8817

pomarańczowej rewolucji na Ukrainie w 2004 roku, ciągle ma na Ukrainie dobre notowania i pewnie zostanie tam ciepło przyjęty.

Mamy jeszcze anegdotę związaną z wyjazdem do Kijowa. Kiedy Mateusz Morawiecki i Jarosław Kaczyński jechali do Borodzianki, po drodze zauważyli polską ciężarówkę z napisem „Poland first to help”. Premier zaczął się śmiać, że Michał Dworczyk, który organizował wyjazd, przedobrzył. A szef kancelarii miał się zarzekać, że nie kazał ustawić polskiego samochodu z pomocą na drodze, którą będą jechać polscy oficjele.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

Nekrolog

W dniu 16 czerwca 2022 roku odeszła

Bożenna Kastory-Grzędzielska

Urodziła się 11 września 1938 roku w Warszawie, uczęszczała do żeńskiego liceum im. Marii Skłodowskiej-Curie na Saskiej Kępie, ukończyła studnia na Wydziale Geografii Uniwersytetu Warszawskiego.

Dziennikarka, popularyzatorka nauki. Jak nikt inny potrafiła w łatwy sposób opowiadać o rzeczach trudnych do zrozumienia. Wiele lat spędziła w Polskim Radiu, skąd wyrzucona w czasie stanu wojennego, przeszła do Życia Warszawy. Później pracowała wiele lat we Wprost, a następnie w Newsweek’u.

Kochana Mama, Żona, Babcia i Prababcia

Rodzina

eprasa.pl 88247e8817

SCENARIUSZE DLA POLSKI

Fot. ŁUKASZ CAPAR/Polska Press/East News

<< SPIS TREŚCI NASTĘPNY ARTYKUŁ >

eprasa.pl

EFEKT TOŁSTOJA, DRUGI AFGANISTAN, A MOŻE FEDERACJA POLSKI I UKRAINY? *Jak konflikt nad Dnieprem przełoży się na sytuację nad Wisłą?*

Tekst: **Agaton Koziński**

Dwa cytaty na początek. Pierwszy: „Wierzę, że naród ukraiński wytęży wszystkie swe siły, aby z pomocą Rzeczpospolitej Polskiej wywalczyć wolność własną i zapewnić żyznej ziemi swojej ojczyzny szczęście i dobrobyt”. A oto drugi: „Ukraiński honor i polska duma. Ukraińska śmiałość w walce i polska szczerość w pomocy. To nasza i wasza wielkość”.

Pierwszy wypowiedział Józef Piłsudski w 1920 r., drugi Wołodymyr Zełenski w maju tego roku. Piękne potwierdzenie słynnego powiedzenia Marka Twaina o tym, że historia się nie powtarza, ale się rymuje –

eprasa.pl 88247e8817

bo choć oba dzieli 102 lata, to brzmią niemalże bliźniaczo.

Powyższa zbitka wypowiedzi Piłsudskiego i Zełenskiego potwierdza prawdziwość jeszcze jednego cytatu. „Geografia to przeznaczenie” – te słowa przypisuje się Napoleonowi, a los Ukrainy i Polski, które przez większość swoich dziejów muszą zmagać się rosyjskimi zapędami imperialnymi, najlepiej dowodzi ich ponadczasowości. Bo nawet w XXI wieku – stuleciu pędzącej globalizacji, permanentnej komunikacji i lotów kosmicznych – wojna odciska swoje piętno na krajach Europy Środkowo-Wschodniej, tak jak odciskała w poprzednich wiekach. Pod tym względem nic się nie zmienia. 24 lutego przypomniał o tym z całą tego bezwzględnością.

I nie zmienia się inna prawidłowość: że los Ukrainy zbiega się z losem Polski.

W tym przypadka geografia jest naszym wspólnym przeznaczeniem, to ona sprawia, że bieg spraw w naszych państwach jest bardzo często linearny. Dokładnie tak samo jest w przypadku obecnego kon-

eprasa.pl 88247e8817

fliktu. Nie wiemy, jak on się zakończy – ale wiemy, że bez względu na to, jaki będzie finał wojny na Ukrainie, będzie on miał przemożny, bezpośredni wpływ na Polskę. Jaki dokładnie? Poniżej lista pięciu możliwych scenariuszy rozwoju sytuacji.

Scenariusz 1: Warszawa po Kijowie

Przywołany przed chwilą cytat z Piłsudskiego został wygłoszony jeszcze przed wyprawą kijowską, gdy wojsko polskie (razem z armią Ukraińskiej Republiki Ludowej) odbiło na początku maja 1920 r. Kijów z rąk bolszewików. Ale ten sukces okazał się zaledwie epizodem. Już miesiąc później Sowieci zmusili Polaków do opuszczenia miasta nad Dnieprem. A kolejne dwa miesiące później Armia Czerwona szykowała się do ataku na Warszawę.

Sekwencja zdarzeń o tyle istotna, bo cały czas nie można wykluczyć jej powtórki w czasie obecnego konfliktu. Rosja w ostatnich tygodniach skupiła się na walkach w Donbasie, ale nie zmieniła swoich celów wojennych.

eprasa.pl 88247e8817

– Cele Putina wykraczają poza Ukrainę – podkreślał niedawno Jens Stoltenberg, sekretarz generalny NATO.

Jednocześnie Kreml w swojej komunikacji regularnie podważa status naszego państwa. Dmitrij Miedwiediew, Sergiej Ławrow czy Dmitrij Pieskow od początku wojny nieustannie atakują retorycznie Polskę. I nie należy tego traktować tylko jako erystyki, kreowania syndromu oblężonej twierdzy na użytek rosyjskiej opinii publicznej.

> *Rosjanie od początku tego roku pokazali, że* **ICH SŁOWA TRZEBA TRAKTOWAĆ JAK NAJBARDZIEJ DOSŁOWNIE.** *Skoro więc mówią o Polsce, to znaczy, że widzą nas w gronie potencjalnych celów*

po pokonaniu Ukrainy.

Polskie władze zdają się być tego świadome, o czym świadczyć może choćby właśnie co ogłoszony program rozbudowy sił zbrojnych. Według niego

eprasa.pl 88247e8817

mają powstać dwie nowe dywizje, dodatkowo polskie wojsko wejdzie w posiadanie sześciu baterii Patriot i 500 wyrzutni systemu HIMARS. Całość ma być finansowana z budżetu MON, który wkrótce osiągnie poziom 3 proc. PKB.

Docelowo w wojsko ma służyć 300 tys. żołnierzy. I tylko jeden szczegół: ten stan mamy osiągnąć dopiero w 2035 r. Jeśli nie uda się zatrzymać Rosjan na linii Dniepru, to ta data może się okazać zbyt odległa.

Scenariusz 2: Efekt Tołstoja

Nie wiadomo, ile potrwa wojna na Ukrainie. Ale można spróbować to oszacować. Zrobił to szwedzki ośrodek Uppsala Conflict Data Program, opierając się na historycznych danych.

Według obliczeń, po 1946 r. 26 proc. konfliktów o podobnym profilu do wojny na Ukrainie kończyło się w ciągu 30 dni od chwili rozpoczęcia (przeciętnie trwały osiem dni). Kolejne 25 proc. trwały nie dłużej niż rok. Ale jeśli nie udawało się ich zakończyć

eprasa.pl 88247e8817

w ciągu 12 miesięcy, to zwykle przeciągały się na co najmniej 10 lat.

Zwłaszcza ostatnia opcja dla Ukrainy byłaby koszmarem – bo już teraz kraj jest w dużej części zrujnowany, dłuższy konflikt pewnie by całkowicie go wyjałowił. Oddzielna sprawa, że gdyby wojna przeciągnęła się na kilka lat, to zmieniłaby się jej intensywność. Prof. Joseph Nye, znany amerykański politolog, przewiduje, że konflikt osiągnąłby „efekt Tołstoja”, nawiązując w ten sposób do tytułu jego książki „Wojna i pokój”.

> *Jak taka sytuacja przełożyłaby się na Polskę? Na pewno* **POSTAWIŁABY NASZ KRAJ W STAN CIĄGŁEJ GOTOWOŚCI.** *Wymagałby ręcznego zarządzania kolejnymi problemami*

– takimi choćby jak inflacja, rosnące ceny benzyny, braki w zaopatrzeniu, kolejne fali migracyjne. Przeciągający się konflikt generowałby napięcia czysto

eprasa.pl 88247e8817

polityczne. Miałby też pozytywne strony dla gospodarki – w końcu przebywający u nas ukraińscy uchodźcy przykładaliby się do wytwarzania polskiego PKB. Ale generalnie utrzymujące się przez lata poczucie tymczasowości połączone z wojennym napięciem bardzo mocno rozchwiałoby sytuacją. Trudno byłoby temu zaradzić. Pozostałoby jedynie doskonalenie się w trudnej sztuce zaciskania zębów.

Scenariusz 3: UE za ziemię

Ten scenariusz przewija się najczęściej w dyskusjach o tym, jaki pomysł na wojnę na Ukrainie mają kraje „starej Europy”: Francja, Niemcy, Włochy. Najczęściej mówi o nim Emmanuel Macron – choćby wtedy, gdy zaznacza, że „nie możemy upokarzać Rosji”, czy gdy podkreśla, że Zełenski „będzie musiał negocjować z Rosją”. Najdokładniej ubrał go w słowa Henry Kissinger, który podczas forum w Davos niemal wprost powiedział, że Ukraina będzie musiała oddać Rosji kawałek swojego terytorium, by doprowadzić do porozumienia pokojowego.

eprasa.pl 88247e8817

Nie należy się spodziewać, by szybko ruszyły jakiekolwiek rozmowy między Kijowem i Moskwą. Wojna jest cały czas na stosunkowo wczesnym etapie, obie strony cały czas mają podstawy, by widzieć szanse na korzystny dla siebie w niej przełom. Nie zmienia to faktu, że w końcu do negocjacji dojdzie. Na jakich zasadach?

> *Czuć presję ze strony krajów europejskich, by zastosować* **ROZWIĄZANIE PROPONOWANE PRZEZ KISSINGERA.** *Nie można wykluczyć, że gotowość do tego typu ustępstw zostałaby Ukrainie osłodzona*

perspektywą członkostwa w UE (włoski premier Mario Draghi głośno powtarza, że Kijów powinien szybko dołączyć do Unii).

Ukraina wszelkiego rodzaju ustępstwa w stylu „pokój za ziemię” odrzuca. Gdy Kissinger rzucił swoją sugestię, Zełenski zareplikował, mówiąc, że

eprasa.pl 88247e8817

były sekretarz stanu USA korzysta z kalendarza z 1938 r. Bo też tego typu rozwiązanie trudno nazwać nawet „zgniłym kompromisem”.

Prowizoryczne rozwiązania bywają czasami skuteczne, ale ten kompromis prawie na pewno by nie był – dałby co najwyżej taką przerwę, jakiej byliśmy świadkami po aneksji Krymu. Z perspektywy Polski sytuacja jest tym groźniejsza, że widmo wojny za wschodnią granicą byłoby ciągle bardzo realne. Jednocześnie zaangażowanie UE w tego typu pośrednictwo w rozmowach, skutkowałoby poważnym osłabieniem całej Unii w przypadku fiaska.

Źle przygotowany rozejm jest groźniejszy dla architektury bezpieczeństwa Europy niż obecna wojna.

Scenariusz 4: **Federacja Polska-Ukraina**

Tu jesteśmy najbliżej political fiction, ale mimo to warto nad tym scenariuszem chwilę się pochylić. Co by się stało, gdyby Ukraina odniosła w tej wojnie suk-

eprasa.pl 88247e8817

ces? W geopolitycznej układance najbardziej naturalnym ruchem byłaby dla Kijowa współpraca z Berlinem. „Brak sprzecznych interesów między Ukrainą a Rzeszą Niemiecką” – pisał jeszcze w 1937 r. Adolf Bocheński w swojej klasycznej pracy „Między Niemcami a Rosją”, wskazując na bliskość obu krajów oraz brak wspólnej granicy, który jeszcze mocniej ułatwiłby współpracę.

Uwagi Bocheńskiego są aktualne także dziś. Tyle że sojusz Berlina i Kijowa wydaje się obecnie właśnie niemożliwy – wszystko dlatego, że Niemcy kompletnie pokpili sprawę. Brak zdecydowania Olafa Scholza odnośnie stopnia pomocy dla Ukrainy, ciągłe zwodzenie w sprawie dostaw sprzętu wojskowego sprawiły, że zaufanie Ukraińców do Niemców spadło do absolutnego minimum.

Natomiast w oczach Ukraińców bardzo mocno zyskali Polacy.

Gdyby udało się odeprzeć agresję Rosjan, bliska współpraca naszych państw byłaby najbardziej oczywistym rozwiązaniem – bo ta wojna wyraźnie poka-

eprasa.pl 88247e8817

zuje, że w regionie Europy Środkowo-Wschodniej nasze kraje jadą na tym samym wózku.

Jak daleko posunięta byłaby ta współpraca?

> *Bocheński w swojej książce* **SNUŁ KONCEPCJĘ FEDERACJI** *jako naturalnej formuły zbliżania się do siebie Polski i Ukrainy. Myśl o tym powraca także dzisiaj*

– choćby w słowach Zełenskiego, mówiącego, że „razem jest nas 90 milionów, razem możemy wszystko”. Bliska polityczna współpraca Warszawy i Kijowa mogłaby nadać inną dynamikę relacjom europejskim, stać się formą przeciwwagi dla Berlina i Paryża. Gdyby tak się stało, byłby to nieoczekiwany „efekt uboczny” obecnej wojny – ale też w dużej mierze sprowokowany przez Niemcy i Francję, które nie umieją jednoznacznie, z pełnym zaangażowaniem wesprzeć Ukrainy przeciwko Rosji.

eprasa.pl 88247e8817

Scenariusz piąty: Drugi Afganistan

„My, Ukraińcy, kochamy Europę, Europa kocha Rosję, podczas gdy Rosja nienawidzi i nas, i Europę” – pisał jeszcze przed wojną ukraiński pisarz Jurij Andruchowycz.

W tym zdaniu najważniejsze są czasowniki. Każdy z nich nie służy przedstawieniu rzeczywistości politycznej, tylko opisuje emocje. Taka też jest wojna na Ukrainie – Rosja zaczęła ją z powodów geopolitycznych, ale także (a może przede wszystkim) emocjonalnych. I zarządzanie emocjami jest jednym z kluczowych elementów w tym konflikcie.

Właśnie z tego powodu należy się spodziewać, że wojna na Ukrainie potrwa długo, być może nawet bardzo długo. Z różną intensywnością („efekt Tołstoja”) będzie się ciągnąć latami. Trochę podobnie jak wojna w Afganistanie, którą Związek Radziecki rozpoczął w 1979 r. Miał wtedy odnieść szybki triumf – ale ostatecznie po 10 latach musiał się wycofać przegrany. To była bardzo kosztowana

eprasa.pl 88247e8817

porażka, gdyż okazała się początkiem końca całego ZSRR.

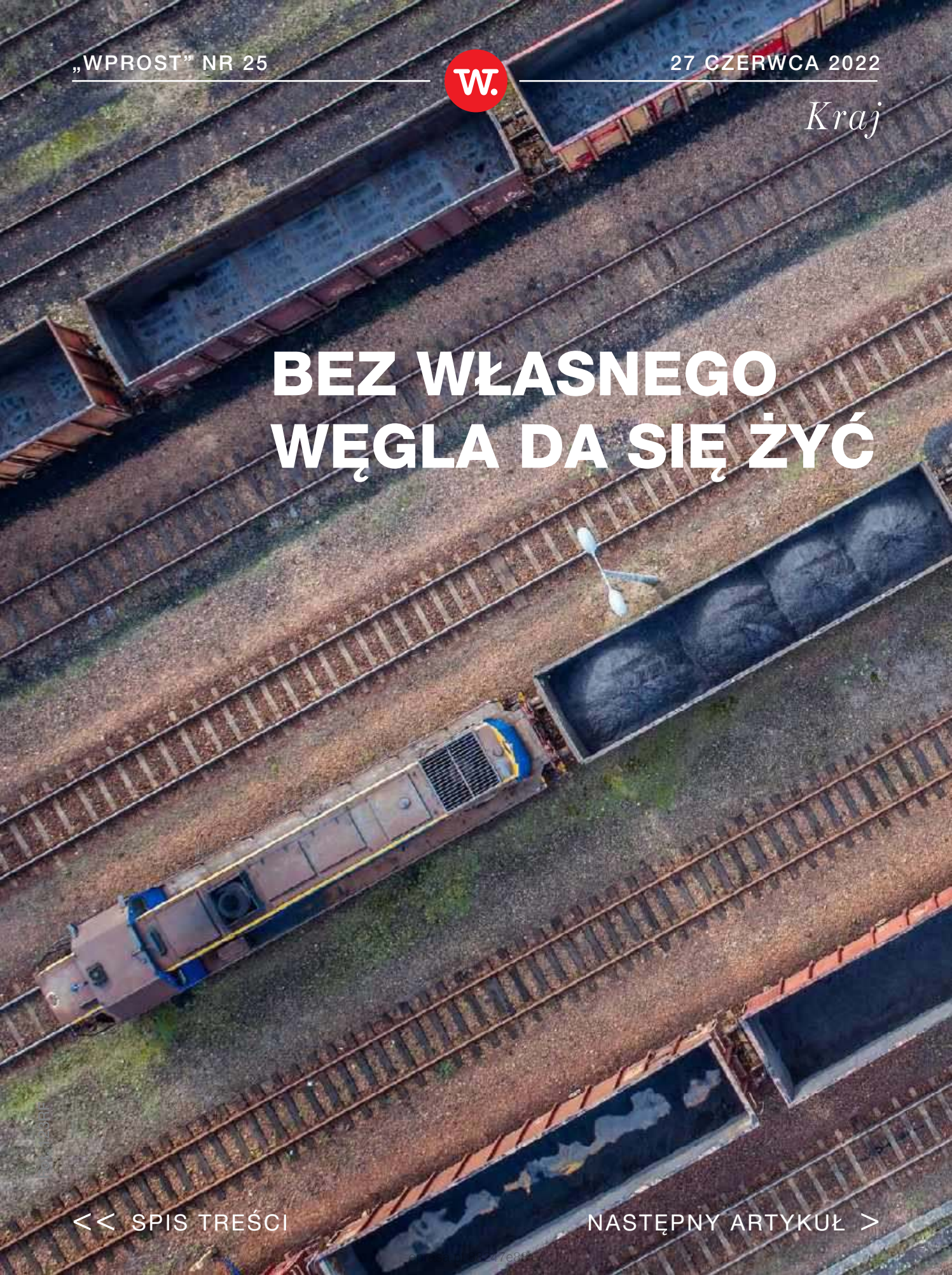
Wojna ukraińska może okazać się drugim Afganistanem – w tym sensie, że stanie się ona początkiem końca Rosji w obecnym kształcie. Ale jeśli do tego dojdzie, to na pewno nie w najbliższym czasie. To kwestia miesięcy, być może lat. Jak z emocjami – gdy raz wybuchną, trzeba wiele czasu, by ostygły lub zostały wyparte przez inne uczucia.

Dlatego dla Polski tak ważna w tym konflikcie jest strategiczna cierpliwość. Dziś najbardziej efektywnym rozwiązaniem wydaje się ciągłe wspieranie Ukrainy, dawanie jej oparcia w sposób stały i konsekwentny. Ważne, by ten stan mobilizacji utrzymać, ze świadomością, że może to potrwać jeszcze długo. Można próbować na skróty – ale prawie na pewno da to taki efekt jak porozumienia mińskie po aneksji Krymu. „Szaleństwem jest robić wciąż to samo i oczekiwać różnych rezultatów” – mówił Albert Einstein. Ta reguła dotyczy również relacji Zachodu z Rosją.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

BEZ WŁASNEGO WĘGLA DA SIĘ ŻYĆ



<< SPIS TREŚCI NASTĘPNY ARTYKUŁ >

– Za embargo na import węgla z Rosji wszyscy zapłacimy: ceną węgla, ale też gazu i paliw płynnych. Inaczej być nie może, skoro **CENA WĘGLA POSZYBOWAŁA DO NIEBOTYCZNYCH POZIOMÓW – PONAD 340 DOLARÓW ZA TONĘ**. *W latach 1998-2001 wynosiła poniżej 40 dolarów za tonę – mówi w rozmowie z „Wprost”* **JANUSZ STEINHOFF, WICEPREMIER, MINISTER GOSPODARKI W RZĄDZIE JERZEGO BUZKA**, *twórca reformy górnictwa.*

Rozmawiała **Eliza Olczyk**

Co się stało z polskim węglem? Tak pan skutecznie zreformował polskie górnictwo w czasach rządów Jerzego Buzka, że już nie ma węgla w Polsce?

Oczywiście, że jest. Ale o tym, czy kopalnie się zamyka, czy nie, decyduje ekonomia. Trudno sobie wyobrazić, żeby w kraju Unii Europejskiej, która zakazuje pomocy publicznej dla przedsiębiorstw,

eprasa.pl 88247e8817

utrzymywać nierentowane kopalnie. Obecny rząd przyjął program likwidacji polskiego górnictwa do 2050 roku i na tej podstawie udziela pomocy publicznej tej branży. I uważam, że słusznie, bo jeżeli przyjrzymy się ilości publicznych środków, które kierowa-

Fot. MICHAŁ CHWIEDUK / Newspix.pl

Janusz Steinhoff

- polityk, absolwent Wydz. Górniczego Politechniki Śląskiej, ma tytuł naukowy doktora. Był m.in. wykładowcą PŚ, prezesem Wyższego Urzędu Górniczego (1990-94). Działacz opozycji w PRL. Poseł na Sejm 1989-93 i 1997-2001. W latach 1997-2001 był ministrem gospodarki, a także wiceprezesem Rady Ministrów w rządzie Jerzego Buzka.

eprasa.pl 88247e8817

liśmy do górnictwa w formie różnych dotacji lub pieniędzy na restrukturyzację, to się okaże, że górnictwo latami pochłonęło ogromne sumy z budżetu. Z raportu NIK, sporządzonego jeszcze za czasów, gdy prezesem Izby był Krzysztof Kwiatkowski opublikowanego w 2017 roku wynikało, że do górnictwa w latach 2007-2015, czyli za rządów PO, dopłacono z publicznych pieniędzy więcej, niż wynosiły wpływy z tej branży w formie wszystkich podatków, opłat za korzystanie ze środowiska, ze złóż itd.

A za rządów PiS nie dopłacano do górnictwa?

Cały czas dopłacamy. W czasach rządu Buzka, gdy ja się tym zajmowałem, wydawaliśmy na restrukturyzację górnictwa ok. 1.5 mld zł rocznie. Trzeba mieć świadomość, że utrzymywanie polskich kopalń w wielu przypadkach trwale nierentownych jest całkowicie nieuzasadnione z ekonomicznego punktu widzenia. Rzecz w tym, że w tej chwili Unia Europejska ma inny problem niż nierentowne kopalnie, a jest nim embargo na rosyjski węgiel.

Niedobrze, że zostało nałożone?

eprasa.pl 88247e8817

Z punktu widzenia etyczno-moralnego i politycznego podjęcie tej decyzji było konieczne. Tyle że rosyjski węgiel przestał być dostępny dla Europy. Nasz rząd mamił opinię publiczną opowieściami, iż to embargo nie uderzy nas po kieszeni i to jest jego główny błąd.

> *Za to embargo bowiem, wprowadzone decyzją krajów członkowskich UE* **WSZYSCY ZAPŁACIMY - CENĄ WĘGLA,** *ale też gazu i paliw płynnych. Inaczej być nie może,*

skoro cena węgla poszybowała do niebotycznych poziomów – ponad 340 dolarów za tonę. To są ostatnie notowania. W latach 1998-2001 ta cena wynosiła poniżej 40 dolarów za tonę, co nota bene czyniło eksport polskiego węgla całkowicie nieopłacalnym.

To są ekstremalnie różne kwoty.

Oczywiście. Dlatego wtedy musieliśmy kopalnie szybko likwidować, bo ujemna akumulacja na każdej

eprasa.pl 88247e8817

tonie węgla wynosiła w 1998 roku średnio minus 23 zł. Gdy oddawaliśmy władzę, również przy bardzo niskich cenach węgla, ta akumulacja wynosiła już plus 8 zł na tonie, co oznacza, że zlikwidowaliśmy deficytowość branży. Udało się to osiągnąć poprzez redukcję zatrudnienia o 100 tys. ludzi i likwidację częściową lub całkowitą 23 kopalń. Podkreślenia wymaga fakt, iż trudną z punktu widzenia społecznego operację zmniejszenia zatrudnienia, przeprowadzono w oparciu o opracowany wspólnie z górniczą „Solidarnością” program socjalny.

Później był okres lepszej koniunktury. Górnictwo złapało oddech, ale powinno się było wówczas restrukturyzować, czego niestety nie zrobiono, i znowu niektóre kopalnie stały się nierentowne. Kolejne rządy powinny były mierzyć się z tym problemem. Niestety, poziom populizmu w polskiej polityce narasta.

Wielokrotnie mówiłem o tym publicznie, odnosząc się do wypowiedzi premiera Donalda Tuska, który zapewniał, że nie będzie likwidował kopalń

eprasa.pl 88247e8817

i premier Beaty Szydło, utrzymującej, że węgiel będzie kołem zamachowym polskiej gospodarki oraz prezydenta Andrzeja Dudy, opowiadającego, iż mamy węgla na 200 lat. I nie pozwoli, jak to ujął, zamordować polskiego górnictwa. Wszystko to komentowałem negatywnie, dowodząc, że jest to skrajna nieodpowiedzialność polityków wypowiadających te opinie do związkowców, w atmosferze balu na Titanicu. Obecny więc stan polskiego górnictwa jest – niestety – konsekwencją populizmu i dominacji socjotechniki nad odpowiedzialnością za państwo współczesnej klasy politycznej.

Jesteśmy w nieciekawej sytuacji. Węgla brakuje, ceny poszybowały i w konsekwencji rząd proponuje dotacje dla ludzi, którzy ogrzewają węglem swoje domy. Czy to jest dobry pomysł?

Myślę, że rząd musi coś zrobić. Gdyby konsekwencje wzrostu cen pozostawić bez interwencji, to z punktu widzenia społecznego byłoby to absolutnie nie do przyjęcia. Odbiorcy indywidualni, którzy ogrzewają swoje domy gazem mają taryfę preferen-

eprasa.pl 88247e8817

cyjną, określaną przez Urząd Regulacji Energetyki, zatem korzystają z pewnej ochrony. Nie widzę powodów, by w podobny sposób nie wspomagać ludzi ogrzewających mieszkania węglem. Bo

> *jeżeli ktoś zamiast 1000 zł ma płacić 3000 zł za tonę węgla to istnieje prawdopodobieństwo, że nie będzie go na to stać.* **ZACZNIE PALIĆ W PIECU ODPADAMI,** *zanieczyszczając środowisko*

albo będzie siedział w zimnym domu. Pomoc zdecydowanie jest potrzebna. Podobnie należy podejść do wsparcia odbiorców ciepła sieciowego, tak znaczny wzrost cen węgla i gazu spowoduje wzrost kosztów ogrzewania mieszkań.

Ale czy propozycja rządu jest odpowiednia?

Na to pytanie nie umiem odpowiedzieć. Wiem, że rząd zamierza przeznaczyć na program zakupu węgla po preferencyjnych cenach ok. 3 mld zł. Czy to wystarczy? Myślę, że nie. Założona przez rząd kwota

eprasa.pl 88247e8817

dopłaty do tzw. ceny gwarantowanej na poziomie 996 zł za tonę jest moim zdaniem, biorąc pod uwagę aktualne ceny węgla na rynku europejskim (ARA), nierealistyczna. Rząd zakłada dopłaty do 3 ton węgla na gospodarstwo domowe. W czasach, gdy sam ogrzewałem dom węglem, 30 lat temu, spalałem w zimie ok. 7 ton węgla, ale budynek był nieocieplony, a zimy srogie. Teraz to zużycie jest zdecydowanie mniejsze, bo zrobiliśmy postępy w zakresie termomodernizacji. Mam nadzieję, że rząd to wszystko policzył. Ciekaw jestem tylko, w jaki sposób zamierza wesprzeć trudny logistycznie proces dostawy do Polski te brakujące 8 milionów ton węgla.

Podobno już w tej sprawie zaczęto działania.

Sprowadzenie 12 milionów ton węgla z zagranicy to nie jest prosta sprawa. Rząd na razie chce to robić przez spółki skarbu państwa, a moim zdaniem powinien zrobić wszystko, żeby włączyć w to prywatne przedsiębiorstwa.

Słyszałem optymistyczne wypowiedzi premiera Mateusza Morawieckiego, że już załatwił węgiel

eprasa.pl 88247e8817

z Australii, że odbył już z premierem tego kraju rozmowę na temat jego importu. Węgiel można kupić na rynkach światowych, tylko trzeba zorganizować przywóz, trzeba mieć jakiś pomysł, jak go rozładować w portach, których przepustowość obliczona jest na 8 mln ton. Ponadto ten węgiel trzeba posortować w porcie wydzielając z niego odpowiednie klasy ziarnowe dla węgli opałowych.

To co teraz trzeba zrobi?

Przede wszystkim trzeba powiedzieć ludziom, że sytuacja jest nadzwyczajna, że rząd robi wszystko, by ten węgiel sprowadzić, ale o powodzeniu tego procesu zadecyduje wiele czynników. Czyli mniej hurra optymizmu, a więcej realizmu. Jedno jest pewne – cena węgla szybko nie spadnie. W tym roku, przed zimą na pewno się tego nie doczekamy. Podobnie jest z innymi surowcami energetycznymi. Ceny gazu też poszybowały, bo Rosjanie, którzy zaspokajali 30 proc. europejskiego popytu na gaz grają brutalnie. Wystarczyło, że pojawił się problem na Nord Stream 1, spadły przepływy przez ten gazociąg i natychmiast

eprasa.pl 88247e8817

cena gazu na rynku w Amsterdamie skoczyła w górę o 30 proc. Trzeba się liczyć z tym, że niektóre nośniki energii będziemy musieli czasowo reglamentować, czy też wprowadzać ograniczenia ich zużycia. Pamiętać należy, iż odbiorcy komunalni są chronieni nie tylko niższą taryfą, ale i dostępnością do gazu. Jeżeli trzeba będzie przykręcić kurek, to w pierwszym rzędzie dotknie to odbiorców przemysłowych. Ale wszystkie nośniki energii drożeją jak szalone. Widziałem, że litr benzyny kosztuje już ponad 8 zł.

Dlaczego jest tak drogo?

Również się nad tym zastanawiam. Ceny ropy na poziomie 120 dolarów za baryłkę mieliśmy już w 2008 roku.

Chyba nawet sięgały 140 dolarów za baryłkę.

Tak jest. A cena benzyny na stacji była na poziomie 5-6 zł.

To skąd dziś te 8 zł za litr benzyny?

Uważam, że ta cena wynika z bardzo dużych marż, jakie narzucają dwie rafinerie Orlen i Lotos, które wkrótce będą w jednym ręku. Choć ciągle mam

eprasa.pl 88247e8817

nadzieję, że do tego nie dojdzie. To jest wyjątkowo szkodliwa dla polskiej gospodarki decyzja. Mogli ją podjąć tylko ludzie, którzy nie wiedzą, jak funkcjonuje gospodarka rynkowa.

Że jej podstawą jest konkurencja, której ochrona jest obowiązkiem rządu i powołanego w tym celu Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów. Pomysł, żeby połączyć Lotos z Orlenem i stworzyć firmę, która będzie miała ponad 90 proc. hurtowego rynku benzyn w Polsce i ponad 70 proc. rynku oleju napędowego jest kuriozalny.

Bo to byłby monopol?

Oczywiście. Ciągle o tym piszę i mówię, że nie cieszą mnie bardzo dobre wyniki prezesa Orlenu Daniela Obajtka ani przedsiębiorstw energetycznych, bo te zyski są osiągane w warunkach dominującej albo wręcz monopolistycznej pozycji na rynku. Zatem są szkodliwe, bo obniżają konkurencyjność innych działów gospodarki. A wysoka cena benzyny wynika m.in. z tego, że

eprasa.pl 88247e8817

w wyniku nieodpowiedzialnie prowadzonej w ostatnich latach **POLITYKI MAKROEKONOMICZNEJ,** *złotówka znacznie się osłabiła w stosunku do dolara, a to ma wpływ na cenę paliwa*

na stacjach benzynowych. Można też domniemywać, iż konkurencja na naszym rynku jest ułomna, bo Lotosem i Orlenem zarządza towarzyska koteria wywodząca się z urzędu gminy w Pcimiu (jedną firmą zarządza Daniel Obajtek, a drugą Zofia Paryła, w przeszłości wójt i jego księgowa z Pcimia).

Sam zaangażowałem się w kontestowanie decyzji o połączeniu Lotosu z Orlenem, bo z punktu widzenia gospodarki to jest wręcz sabotaż. Nie wierzę w ten potężny koncern, który powstanie w wyniku przejmowania podmiotów na polskim rynku.

Potęgę Orlenu budowali: Konrad Jaskóła, Zbigniew Wróbel, Igor Chalupec i inni poprzedni prezesi, zwiększając potencjał przedsiębiorstwa zagranicz-

eprasa.pl 88247e8817

nymi inwestycjami. Potencjał Lotosu stworzył Paweł Olechnowicz, skutecznie przeprowadzając wielki program inwestycyjny który w efekcie zwiększył przerób rafinerii gdańskiej do 10 mln ton rocznie, a stosowana w rafinerii technologia plasuje ją w ścisłej czołówce najnowocześniejszych rafinerii na świecie. W przyszłości zapłacimy za planowaną fuzję słoną cenę w postaci wielkich marż, które będzie dyktował Orlen połączony z Lotosem i PGNiG.

Wróćmy do górnictwa. Co z nim będzie?

No właśnie, przy obecnych cenach węgla polskie kopalnie odzyskały rentowność. Mogą złapać oddech, ale mam nadzieję że tym razem ten czas zostanie racjonalnie wykorzystany. Bo w perspektywie 15-20 lat zmierzch węgla w energetyce europejskiej jest nieuchronny. Poza Polską i Czechami nie ma już kopalni głębinowych w Europie, ze względu na trudne warunki geologiczne i związane z tym wysokie koszta wydobycia. W innych krajach węgiel kamienny jest wydobywany metodą odkrywkową. Koszty są nieporównanie mniejsze. Dlatego Europa przestawiła się na

eprasa.pl 88247e8817

import. Import rosyjskiego węgla do Europy to ok. 50 mln ton węgla rocznie, z czego Niemcy importują ok. 32 mln ton. W obliczu embarga Polska jest w lepszej sytuacji mając własne kopalnie, ale wydobycie wynosi 60 mln ton węgla, a import ok. 12 mln ton w tym ok. 8 mln ton pochodzi z Federacji Rosyjskiej.

Co będzie w zimie?

Mam nadzieję, że odbiorcy komunalni będą chronieni. Ale przed nami są kolejne wyzwania – Unia Europejska chce odejść od pieców gazowych. Po 2035 roku montowanie nowych kotłów gazowych będzie zakazane. Przed nami konieczność przeprowadzenia wielkiej akcji zamiany tych kotłów na pompy ciepła czy też ciepło sieciowe. Jest to proces długotrwały i kosztowny.

Niewątpliwie czeka nas więc wielka rewolucja. Dlatego mówienie o tym, że nadchodzi czas renesansu węgla, że Polska węglem stoi, że musimy dotować kopalnie i mieć swój węgiel, nie oglądając się na koszty wydobycia jest bez sensu. Nie mamy własnej ropy i dajemy sobie radę.

eprasa.pl 88247e8817

Bez własnego węgla też przeżyjemy?

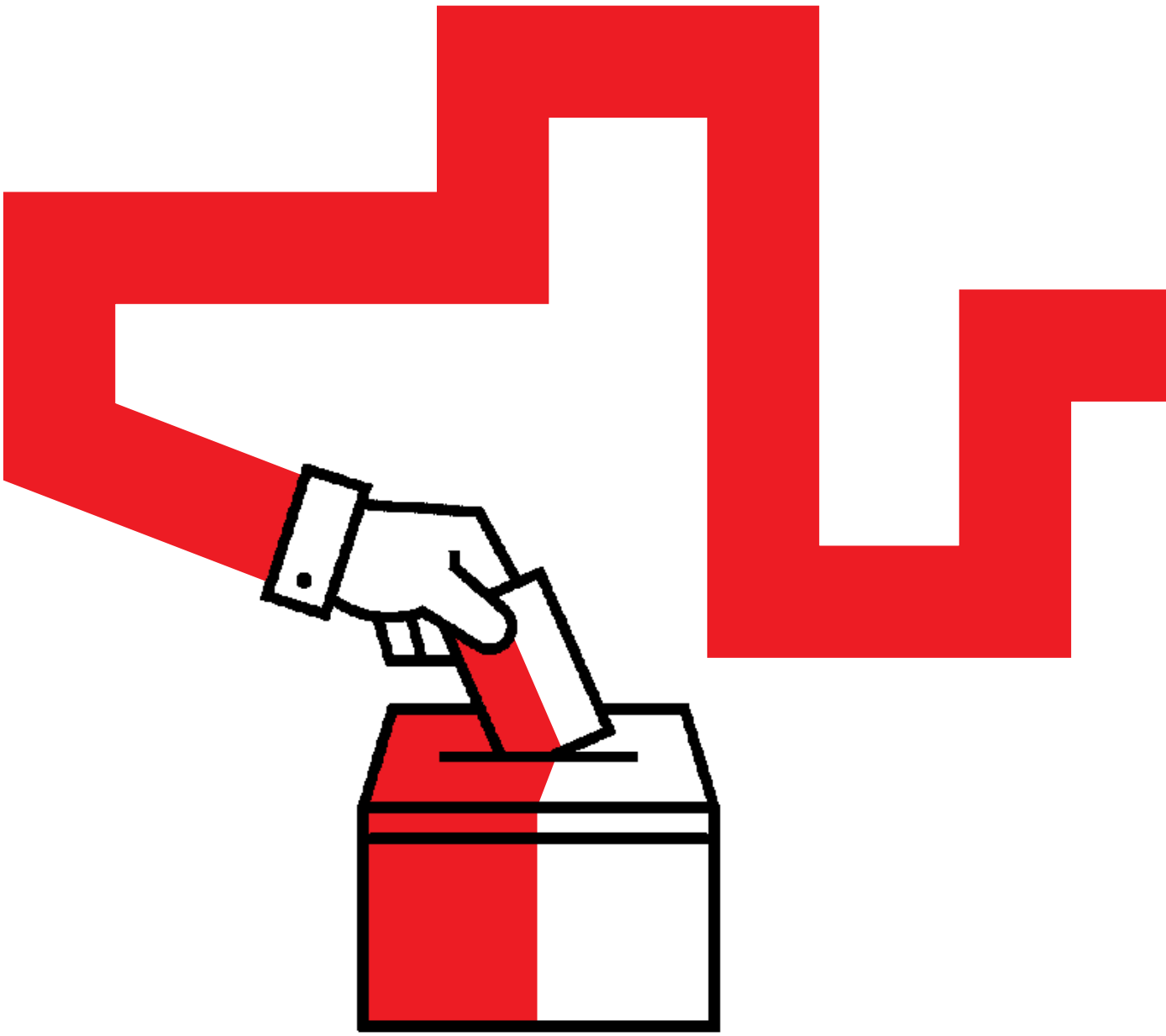
Oczywiście. Bezpieczeństwo energetyczne nie polega tylko na własnych zasobach, lecz na rozumnej dywersyfikacji dostaw.

Tak jak mamy możliwości dostaw gazu z różnych kierunków, dysponując gazoportem, transgranicznymi połączeniami na południu i zachodzie, a teraz jeszcze Baltic Pipe, tak samo musimy zadbać o dostawy węgla. Są kraje, które w ogóle nie mają własnych surowców energetycznych i funkcjonują. Ale są też takie, które mają zasoby i nie potrafią tego bezpieczeństwa sobie zapewnić.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

FUNDAMENTALNA ZMIANA REGUŁ GRY



KKinal/Shutterstock

eprasa.pl 88247e8817

Biorąc pod uwagę to, jak **PIS W OSTATNIM CZASIE ROZREGULOWAŁO PRZEPISY DOTYCZĄCE FINANSOWANIA KAMPANII WYBORCZYCH**, *to nakładające się kampanie: parlamentarna i samorządowa oraz nieprzejrzystość zapisów kodeksu wyborczego co do finansowania kampanii, mogłyby działać raczej na korzyść partii rządzącej – mówi w rozmowie z „Wprost”* **DR HAB. ADAM GENDŹWIŁŁ**, *politolog, socjolog oraz ekspert ds. polityki lokalnej i zachowań wyborczych z Uniwersytetu Warszawskiego.*

Rozmawiała **Aleksandra Gieracka**

W związku z nałożeniem się na siebie w przyszłym roku dwóch kampanii Prawo i Sprawiedliwość przymierza się do przesunięcia terminu wyborów samorządowych na wiosnę 2024 r. Czy to jest konieczne?

Odbywające się w bardzo krótkim odstępie wybory samorządowe i parlamentarne są z pewnością pro-

eprasa.pl 88247e8817

blemem. Przede wszystkim organizacyjnym dla Państwowej Komisji Wyborczej i całej administracji odpowiedzialnej za przebieg tego procesu – za rejestrację kandydatów, szkolenie komisji wyborczych, przeprowadzenie głosowania w ok. 25 tys. obwodów.

Adam Gendźwiłł

– absolwent kierunków geografia i socjologia UW, dr hab. socjologii, pracownik Wydziału Geografii i Studiów Regionalnych UW. W latach 2018-2022 członek rady naukowej Centrum Badań Ilościowych nad Polityką UJ. Autor wielu prac naukowych.

eprasa.pl 88247e8817

Zwłaszcza wybory samorządowe, w których startuje 200 tys. kandydatów, są olbrzymim i skomplikowanym logistycznie przedsięwzięciem.

Przeprowadzenie dwóch wyborów jednocześnie jest kłopotliwe, czy nierealne?

Z tego, co mówią przedstawiciele PKW, to nie jest absolutnie niemożliwe. Ale im bardziej napięte terminy, tym większe ryzyko błędów. Mieliśmy już złe doświadczenia z wyborami samorządowymi w 2014 r. Gdyby znowu coś poszło nie tak, mogłoby to podważyć dodatkowo zaufanie do procesu wyborczego. Drugi, zupełnie osobny aspekt, to jest kwestia dynamiki kampanii wyborczej, tzn. nakładania się na siebie kampanii parlamentarnej i samorządowej. Tego do tej pory w Polsce nie było. W ostatnich cyklach wybory parlamentarne i samorządowe były od siebie oddalone o co najmniej rok.

PiS ma problem na własne życzenie. O tym, że dojdzie do kumulacji terminów było już wiadomo, gdy partia rządząca wydłużała kadencje samorządom z czterech do pięciu lat.

eprasa.pl 88247e8817

Te rzeczy były oczywiste i można było je przewidzieć. Eksperci ostrzegali, że wydłużenie kadencji rozreguluje nam cykle wyborcze, i że do nałożenia się terminów wyborów dojdzie po raz pierwszy już w 2023 r., a potem będzie się cyklicznie wydarzać, o ile te organy będą miały pełne kadencje. Nie wiem, co zakładali sobie tworzący wówczas to prawo, ale ten problem należało rozwiązać już wtedy, a nie zajmować się nim teraz, w bardzo krótkim okresie przed wyborami. W przypadku prawa wyborczego, czyli reguł, w ramach których wybieramy sprawujących władzę, powinniśmy być maksymalnie przejrzyści i stabilni. Ci, którzy te reguły zmieniają, powinni to robić bardzo ostrożnie, najlepiej z bardzo dużym wyprzedzeniem, tak żeby uniknąć posądzenia o wprowadzanie modyfikacji dla interesu swojego ugrupowania. To jest bardzo delikatna materia.

Teraz politycy PiS jako główny argument za przesunięciem wyborów lokalnych podnoszą, że mogą pojawić się trudności przy rozliczeniu dwóch nakładających się kampanii.

eprasa.pl 88247e8817

Zgadzam się, to jest potencjalne ryzyko. Na argument dotyczący finansowania dwóch kampanii wyborczych wiele osób już też wcześniej zwracało uwagę.

Na czym polega problem?

Przepisy mówią odrębnie o limitach wydatków na kampanię parlamentarną i samorządową. Dużych partii będą dotyczyć oba limity, będą mogły wydawać więcej.

> *Wybory w 2023 r. byłyby bardzo blisko siebie, więc* **NIE BĘDZIE ŁATWO ODDZIELIĆ DWÓCH KAMPANII.** *Łatwo sobie wyobrazić kandydatów, którzy są zgłoszeni i w jednych, i w drugich wyborach;*

ubiegają się zarówno o urzędy radnych czy wójtów, burmistrzów, prezydentów, a jednocześnie posłów czy senatorów. Przecież de facto będą prowadzić jedną kampanię wyborczą. Większe limity wydatków pozwolą im wydawać więcej na promowanie siebie.

eprasa.pl 88247e8817

To rodzi mnóstwo wątpliwości, jak rozliczyć te wydatki.

Nie oszukujmy się, w przypadku partii politycznych przekaz idący w kampanii wyborczej jest ogólnym przekazem wzmacniającym ofertę partii, ma skłonić wyborców żeby poszli i zagłosowali na kandydatów danego ugrupowania. To nie jest przekaz unikalny do wyborów samorządowych. W tym sensie nakładanie się terminów jest fundamentalną zmianą reguł gry.

Są też regulacje dotyczące ciszy wyborczej. Czy kampania ma zostać przerwana w momencie, gdy jedne wybory się odbędą, a drugie jeszcze nie? Tego do tej pory w Polsce nie ćwiczyliśmy.

Szanse lokalnych komitetów na zdobycie mandatów mogłyby przez to się zmniejszyć?

Polskie samorządy są w stosunkowo niewielkim stopniu zdominowane przez partie polityczne. To się właściwie nie zmieniało w ostatnich latach. Jest dużo ugrupowań lokalnych, które albo w ogóle nie są związane z partiami ogólnokrajowymi, albo są z nimi związane dosyć luźno.

eprasa.pl 88247e8817

Można przewidywać, że one byłyby pod znacznie większą presją w trakcie kampanii, która koncentrowałaby się bardziej niż zwykle wokół spraw ogólnokrajowych i jeszcze zwiększała nacisk, żeby każdy samorządowiec opowiedział się za rządem lub za opozycją.

Natomiast z drugiej strony trzeba pamiętać, że kampania samorządowa zawsze też mobilizuje wyborców przywiązanych do swoich lokalnych społeczności. Można sobie wyobrazić, że część samorządowców mogłaby wykorzystać tę okazję do wyeksponowania konfliktu między rządem a samorządami o różne istotne kwestie. I to najpewniej byłoby niekorzystne dla partii rządzącej. Możliwych wzorców oddziaływania jest bardzo dużo. Biorąc pod uwagę te argumenty i to, jak w Polsce wygląda polityka samorządowa, dobrze byłoby te kampanie od siebie w jakiś sposób oddzielać.

Zapewne część z samorządowców będzie kandydować też do parlamentu. Wydaje się, że taki podwójny

eprasa.pl 88247e8817

kandydat miałby spory problem z prowadzeniem dwóch kampanii i wyjaśnieniem swoim wyborcom, o co mu właściwie chodzi.

Z pewnością to generuje bardzo mętną sytuację, zarówno z perspektywy kandydata, jak i wyborcy. Z perspektywy kandydata generuje niepewność co do tego, gdzie może liczyć na mandat i gdzie powinien skoncentrować swoją kampanię.

> *Z perspektywy wyborcy* **TO POWAŻNĄ WĄTPLIWOŚĆ,** *czy osoba, na którą zamierza głosować na pewno obejmie urząd, o który się ubiega.*

Może się bowiem okazać, że to, jaki urząd obejmie, nie będzie wcale zależało od głosu wyborcy, tylko od decyzji samego polityka. Taka dezorientacja nikomu nie sprzyja. Wybory mają być jak najbardziej przejrzyste.

Do tej pory samorządowcy dość często zapełniali miejsca na listach wyborczych do parlamentu.

eprasa.pl 88247e8817

W różnych partiach różnie się to układa, ale znaczący odsetek kandydatów wystawianych na listach do Sejmu to są samorządowcy. Z analiz prof. Jarosława Flisa z UJ wynika, że w 2019 r. to zjawisko było nawet bardziej widoczne niż w 2015 r.

Wśród kandydatów czterech największych partii 27 proc. było urzędującymi radnymi samorządowymi, mniej więcej jedna trzecia kandydowała we wcześniejszych wyborach samorządowych bez powodzenia.

Wielu samorządowców jest na listach do Sejmu, żeby przede wszystkim mobilizować swoje lokalne społeczności do głosowania na daną listę. Nie wiemy, czy nałożenie się dwóch kampanii, a więc też wysiłku, jaki trzeba włożyć w promowanie siebie, wpłynie jakoś na ich motywację, czy skłoni na przykład jednych do startu podwójnego a innych do tego, żeby skupić się na jednej kampanii. Nikt tego dokładnie nie badał.

Opozycja uważa, że te kwestie organizacyjne to jest tylko zasłona dymna, a PiS ma interes polityczny w przesunięciu wyborów samorządowych.

eprasa.pl 88247e8817

Reguły wyborów, w tym ich termin, są zawsze kwestią polityczną. Można powiedzieć, że to sam rdzeń polityki, bo wybory decydują o tym, kto będzie sprawować władzę. Natomiast byłbym ostrożny ze spekulacjami o interesach tej czy innej partii. Nie znam żadnych przekonujących dowodów, które by jednoznacznie pokazywały, że któryś z wariantów ułożenia terminu wyborów jest jakoś wyraźnie korzystniejszy dla którejś z partii. Oczywiście, mówi się, że PiS ma zwykle słabe wyniki w wyborach samorządowych, bo przegrywa w dużych miastach. A skoro wybory samorządowe poprzedzałyby wybory parlamentarne, to byłby sygnał, że PiS słabnie i zaczyna przegrywać. Ale są też inne argumenty.

Biorąc pod uwagę to, jak PiS w ostatnim czasie rozregulowało przepisy dotyczące finansowania kampanii wyborczych, to powiedziałbym, że nakładające się kampanie i nieprzejrzystość zapisów kodeksu wyborczego co do finansowania kampanii mogłyby działać raczej na korzyść partii rządzącej.

eprasa.pl 88247e8817

PiS dysponuje przecież nie tylko swoim własnym potencjałem organizacyjnym, ale również przychylnie nastawionymi zarządami spółek skarbu państwa, które mogą wspierać kandydatów obozu rządowego, czy mediami publicznymi.

Jaka jest rzeczywista pozycja PiS w samorządach?

PiS jest partią bardzo wyraźnie wzmacniającą swoją pozycję w samorządach. Nie ma sukcesów w największych miastach, ale jak się popatrzy na wybory z 2018 r., widać, że kandydaci PiS, bądź nieformalnie z nim związani, startowali w wielu gminach.

> *Biorąc pod uwagę liczbę gmin czy liczbę kandydatów, PiS było najbardziej* **ROZPOWSZECHNIONĄ W SAMORZĄDACH LOKALNYCH PARTIĄ** *spośród tych ogólnokrajowych.*

Bój koncentrował się jednak na największych miastach, gdzie wygrali prezydenci związani z opozycją.

eprasa.pl 88247e8817

Prezydenci dużych miast są postaciami polityki ogólnokrajowej, są obecni w mediach. Kampania samorządowa z ich udziałem mogłaby się ogniskować wokół kwestii niewygodnych dla PiS, to znaczy tego, w jaki sposób rząd w ostatnich latach systematycznie ograniczał autonomię i stabilność finansową samorządów. Od lipca na przykład będziemy mieć kolejną zmianę w systemie podatkowym, która odbije się na dochodach jednostek samorządu terytorialnego bez zaplanowanych rekompensat. Natomiast równolegle mamy kolejne programy uznaniowo rozdające samorządom dotacje na inwestycje. To połączenie ograniczania dochodów i ustanawiania programów rządowych jest metodą uzależniania samorządów od rządu.

Niezależnie od tego, czy samorządowcy sympatyzują z tą czy z inną partią, wielu z nich zauważa, że samorządność została w Polsce ograniczona w ostatnich latach.

Prezydenci największych miast, chociażby zrzeszeni w stowarzyszeniu „Tak! Dla Polski”, nie kryją swo-

eprasa.pl 88247e8817

ich ambicji politycznych. Nałożenie się terminu wyborów mogłoby wpłynąć na ich plany?

To jest trudne do oszacowania, bo są to osobiste decyzje samorządowców, a z tego co wiem, żadne oficjalne deklaracje startu jeszcze nie padły. Natomiast jeśli chodzi o zaangażowanie polityczne, wielu samorządowców zauważyło, że w sytuacji, w której pozycja samorządu jest realnie zagrożona, to jest im bardzo trudno utrzymywać „szlachetną izolację” od polityki ogólnokrajowej. Wielu z nich mówi, że nie chce się angażować w konflikt partyjny, ale musi zająć stanowisko, bo to bardzo mocno zaczęło wpływać na ich pole manewru i na perspektywy rozwoju ich społeczności. To jest chociażby kwestia Rządowego Funduszu Inicjatyw Lokalnych, czy teraz Programu Inwestycji Strategicznych.

Gdyby te kampanie odbywały się jednak równolegle, to jak powinien wyglądać kalendarz, żeby zminimalizować zagrożenia?

eprasa.pl 88247e8817

Gdyby myśleć o postępowaniu w ramach tego, co jest możliwe w tym kalendarzu, bez zmiany obowiązującego prawa, to

> *jest 12 różnych wariantów ułożenia terminów wyborów. Prezydent wskazuje termin wyborów parlamentarnych, a premier samorządowych.* **POWINNI TE DECYZJE ZE SOBĄ SKONSULTOWAĆ.**

Kampanie i tak będą się na siebie w jakimś stopniu nakładać, ale należałoby te terminy od siebie maksymalnie rozsunąć. Wtedy odstęp między pierwszą turą wyborów samorządowych a wyborami parlamentarnymi to mogłoby być nawet sześć tygodni. Między drugą turą a wyborami parlamentarnymi – cztery tygodnie.

Z kolei jeśli wybory lokalne odbywałyby się wiosną 2024 r. to nałożą się na wybory do Parlamentu Europejskiego. Mniejsze zło?

Każde nakładanie się kampanii i całego procesu organizacji wyborów będzie generować problemy.

eprasa.pl 88247e8817

Wybory europejskie są w jakimś sensie podobne do wyborów parlamentarnych, bo są zdominowane przez ogólnokrajowe partie. Oczywiście są rozpatrywane jako trochę mniej ważne przez wyborców i w tym sensie mobilizacja nie jest taka duża. Są zresztą w Unii kraje, w których wybory do PE odbywają się w tym samym czasie co wybory lokalne, np. ostatnio w niektórych landach niemieckich, czy w Irlandii.

Czego można spodziewać się po kampanii samorządowej? Szykuje się rewolucja jeśli chodzi o układ sił?

Wolę nie spekulować bo dane, którymi dysponujemy, są dosyć skąpe. W badaniach sondażowych mamy tendencję do koncentrowania się na polityce ogólnokrajowej. Jak mówi się o samorządach, to często tylko o największych miastach. Zawsze przypominam, że to jest prawie 2,5 tys. gmin, ponad 300 powiatów, województwa – każda z tych jednostek to jest odrębna arena z trochę innym układem sił, w którym grają rolę nie tylko partyjne sympatie, ale też identyfikacje terytorialne i indywidualne cechy polityków. Bardzo trudno tutaj o prognozowanie.

eprasa.pl 88247e8817

Co może odegrać szczególne znaczenie w kampanii?

Myślę, że niebagatelne znaczenie dla kampanii samorządowej i być może dla jej ostatecznego rezultatu będzie miało to, w jaki sposób wpłyną na decyzje wyborców rządowe programy inwestycyjne.

Dzisiaj już wiemy, i jest to dosyć dobrze udokumentowane, że sposób dystrybucji funduszy rządowych na inwestycje samorządowe był skrzywiony w sposób polityczny. Te programy powodowały dystrybucję środków znacząco przechyloną na korzyść gmin rządzonych przez polityków związanych z PiS. Natomiast czy to wpłynie na ich popularność i wzmocnienie ich pozycji, czy też wpłynie na większe rozczarowanie w gminach, które nie dostały tych funduszy, tego nie wiemy. Nierówna dystrybucja środków generuje wygranych i przegranych. To, czy wdzięczność wygranych zrównoważy niezadowolenie przegranych, jest kwestią otwartą.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

wprost | LAT 40

CYFROWA SUBSKRYPCJA WPROST

- **CO TYDZIEŃ WPROST DO POBRANIA**
- **ARTYKUŁY PREMIUM NA WPROST.PL**
- **NAJKORZYSTNIEJSZA CENOWO OFERTA**

POZNAJ SZCZEGÓŁY >

eprasa.pl 88247e8817

Laureatki na Gali ShEO 2022

Fot. Piotr Woźniakiewicz

SIŁA KOBIET UHONOROWANA

PARTNERZY

Barbie BISPOL CLOCHEE Cup&You FOREO SWEDEN
Kave Home Laboratorium Dobrego Nastroju NOBILIA nobonobo® POLSKI HOLDING HOTELOWY
PZU PSO porozmawiajmy szczerze o otyłości Mecenas kampanii novo nordisk® RENAISSANCE® WARSAW AIRPORT HOTEL Villeroy & Boch 1748

eprasa.pl 88247e8817

ShEO to uhonorowanie kobiecej siły. **STATUETKI DOSTAŁY LIDERKI W RÓŻNYCH DZIEDZINACH.** *Nagrodzono m.in. Agnieszkę Hyży, Iwonę Dudę czy prof. Iwonę Hus.*

Tekst: **Aleksandra Krawczyk**

We wtorkowy wieczór, 21 czerwca, „Wprost” po raz kolejny uhonorował kobiety, które w swojej dziedzinie są liderkami. Gala ShEO odbyła się w Renaissance Warsaw Airport Hotel, należącym do Polskiego Holdingu Hotelowego. Otrzymanie nagrody ShEO to podsumowanie osiągnięć naszych zwyciężczyń. W tym roku przyznaliśmy 17 statuetek.

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Katarzyna Gintrowska – prezes zarządu PMPG Polskie Media

eprasa.pl 88247e8817

Sheo Awards uhonorowano najwybitniejsze przedstawicielki świata kultury, biznesu, sportu, nauki oraz działaczki społeczne. Dodatkowo w tym roku kapituła konkursu postanowiła wręczyć Nagrodę Specjalną, by wyróżnić kobiety, które szczególnie w czasie toczącej się w Ukrainie wojny swoją postawą zademonstrowały, jak ważna jest wolność i demokracja. W imieniu nagrodzonej Ołeny Zełenskiej z rąk Katarzyny Gintrowskiej, prezes zarządu PMPG Polskie Media S.A., wyróżnienie odebrał chargé d’affaires Ambasady Ukrainy w Polsce, Oleh Kuts. Pierwsza Dama w specjalnym nagraniu podziękowała za nagrodę, zwracając uwagę na rolę kobiet w owładniętej wojną Ukrainie.

– Niech będzie to nagroda dla naszych lekarek i pielęgniarek – powiedziała – takich jak Switlana Klemenko, która nie opuszczała swojego szpitala przez 40 dni, pomagając mieszkańcom rodzinnego miasta Iwankowa. To nagroda dla matek. Dla wszystkich 48 tysięcy Ukrainek, które rodziły w tych wojennych miesiącach. W schronach, piwnicach szpitali

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Katarzyna Gintrowska, prezes zarządu PMPG Polskie Media, i Oleh Kuts, chargé d’affaires Ambasady Ukrainy w Polsce

eprasa.pl 88247e8817

lub w domu bez światła i wody. Dla mam, które chroniły swoje dzieci kosztem własnego życia. Jak mama 5-letniego Michaiła z Mikołajewa, która osłoniła go własnym ciałem podczas ostrzału.

> *To nagroda dla wojskowych, dla naszych* **KOBIET-OCHOTNICZEK.** *To nagroda dla naszych wolontariuszek, które pod ostrzałem, własnym transportem wywoziły i wywożą ludzi spod ognia i z niebezpiecznych stref.*

Dla dziennikarek, które zginęły, pokazując światu prawdę o rosyjskiej agresji na Ukrainie. Jak Oleksandra Kuwszynowa, która robiła reportaże z okupowanej Kijowszczyzny.

To nagroda dla naszych kobiet pod okupacją, których imion nie mogę wymienić, bo ich życie ciągle jest zagrożone przez najeźdźców. Również dla trzech milionów kobiet, które wyjechały za granicę ratując dzieci, zostawiając pracę, dom i zwykłe życie. Które

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Olena Zełenska, Pierwsza Dama Ukrainy

eprasa.pl 88247e8817

teraz muszą zaczynać wszystko od początku. To nagroda dla dziewcząt, które wojna oddzieliła od matek. Takich jak 4-letnia Alisa z Mariupola. Jej matka została zabrana z pojazdu ewakuacyjnego i wzięta w niewolę przez Rosjan – wyliczała w poruszającym nagraniu. (Wystąpienie Pierwszej Damy Ukrainy przetłumaczyła Anastazja Oleksijenko). Na koniec

> *Ołena Zełenska podkreśliła, że* **SIŁA KOBIET** *„stanie się integralną i ważną częścią w odbudowie Ukrainy”.*

Tę wiarę podzieliło gremium przyznające Nagrody ShEO, wyróżniając kobiety odważne i zaangażowane w różnego rodzaju działalność dla wspólnego dobra.

W rozmowie z redakcją „Wprost” zaznaczyła to jedna z gwiazd uczestniczących w gali, Monika Richardson, która wręczyła nagrodę w kategorii Kreatywna w start-upie. – Tegoroczna gala ShEO upłynęła pod znakiem Ukrainy i tego, co tam się dzieje.

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Natalia Panczenko z inicjatywy społecznej Euromajdan-Warszawa i Karolina Baca-Pogorzelska, „Wprost”

eprasa.pl 88247e8817

Nie tylko ze względu na nagrodę dla Pierwszej Damy Ołeny Zełenskiej, ale także z powodu wszystkich odważnych kobiet, które pomagają instytucjonalnie, ale też prywatnie – powiedziała nam.

Aktywistką roku jednogłośnie została okrzyknięta Natalia Panczenko z inicjatywy społecznej Euromajdan-Warszawa. Po rosyjskim ataku na Ukrainę stała się jednym z głosów Ukraińców w Polsce, choć przecież już wcześniej angażowała się w budowanie mostu między Polakami a Ukraińcami.

> *Wolontariuszka Roku Joanna Niewczas, koordynatorka punktu pomocy na Torwarze, najlepiej wie, że początki działań wolontariuszy stołecznego punktu pomocy uchodźcom na Torwarze* **BYŁY TRUDNE.**

To na ochotnikach spoczywała ogromna odpowiedzialność, a ona nie poddała się, łącząc pomoc ze swoim codziennym życiem.

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Mariusz Rusin, Paulina Socha-Jakubowska z „Wprost”, wolontariuszka Roku Joanna Niewczas, Karolina Baca-Pogorzelska, „Wprost”, i Natalia Panczenko

eprasa.pl 88247e8817

Statuetka Lider Medycyny powędrowała do prof. dr hab. n. med. Iwony Hus – osoby niezwykle zaangażowanej w codzienną walkę o zdrowie pacjentów, jak również o dostęp dla nich do najlepszych i najskuteczniejszych terapii. Jest niekwestionowanym autorytetem i ekspertem w swojej dziedzinie.

> *Liderką Ruchu Społecznego została Elżbieta Kozik, prezes Polskie Amazonki Ruch Społeczny. Dzięki niej Polskie Amazonki stały się liderkami i obrończyniami praw* **WSZYSTKICH OSÓB CHORYCH ONKOLOGICZNIE.**

Nagrodę w kategorii Liderka Organizacji Pacjentek otrzymała Anna Kupiecka, prezes Fundacji OnkoCafe – Razem Lepiej. Wręczyła ją Małgorzata Rozenek-Majdan.

– Jako prezes fundacji, która zajmuje się problematyką leczenia niepłodności, niezwykle doceniam i jestem wdzięczna takim osobom jak laure-

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Prof. dr hab. n. med. Iwona Hus i Katarzyna Pinkosz z „Wprost”

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Elżbieta Kozik, prezes Polskie Amazonki Ruch Społeczny, i Anna Zejdler

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Anna Kupiecka, prezes Fundacji OnkoCafe – Razem Lepiej, i Małgorzata Rozenek-Majdan

eprasa.pl 88247e8817

atka nagrody Liderka Organizacji Pacjentek. Podziwiam osoby, które nagle zaskakiwane są strasznymi diagnozami i potrafią w tego typu organizacjach odnaleźć pocieszenie – powiedziała „Wprost”.

Agnieszka Liszkowska-Hała otrzymała statuetkę jako Działaczka Społeczna w kategorii zdrowie. Zwyciężczyni jest **AMBASADORKĄ KAMPANII** *„Porozmawiajmy szczerze o otyłości”.*

Daje w niej 100 proc. siebie, by szerzyć wiedzę na temat otyłości jako choroby, którą można i należy leczyć.

Liderem Biznesu jednogłośnie została okrzyknięta **IWONA DUDA,** *prezes zarządu PKO Banku Polskiego. Z rynkiem finansowym jest związana od ponad 20 lat.*

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Agnieszka Liszkowska-Hała (z prawej), Mariusz Rusin, Paulina Socha-Jakubowska, „Wprost”

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Iwona Duda, prezes zarządu PKO Banku Polskiego, Paulina Socha-Jakubowska, „Wprost”, (z lewej) i Mariusz Rusin

eprasa.pl 88247e8817

– W zarządach spółek niewiele kobiet piastuje te najwyższe stanowiska. Do niedawna byłam jedyną prezeską banku komercyjnego, w tej chwili jest nas dwie, czyli troszkę się to zmienia, ale to też pokazuje, jak jeszcze wiele jest przed nami, jak trzeba przebijać ten szklany sufit po to, żeby kobiet było coraz więcej w zarządach – powiedziała.

> *Najbardziej kreatywna w start-upie okazała się Agnieszka Hyży. Mimo że jest prezenterką telewizyjną od 15 lat, postanowiła* **SPRÓBOWAĆ SWOICH SIŁ W BIZNESIE.** *I udało się jej osiągnąć ogromny sukces.*

Jest pomysłodawczynią platformy Wedding Show, ale też dyrektorką kreatywną największego portalu ślubnego w Europie, czyli wedding.pl. Jest CEO & Director of Public Relations How2, pierwszej w Polsce platformy z interaktywnymi ebook’ami. Dla różnych marek wraz ze swoim teamem AH! Story two-

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Agnieszka Hyży i Monika Richardson

eprasa.pl 88247e8817

rzy strategie i plany marketingowe oraz komunikacyjne.

– Bardzo chciałabym i życzę sobie tego, żeby moja córka żyła w takim świecie, że będzie miała poczucie, że ona ma prawo i biznes, i wszelkie rozwojowe możliwości są dla niej dostępne – powiedziała redakcji „Wprost”.

Mistrzynią sportu nie mógł zostać nikt inny jak Iga Świątek. Wygrana w finale wielkoszlemowego turnieju French Open dała jej 35. zwycięstwo z rzędu. Tym samym 21-letnia Polka wyrównała rekord Venus Williams, którego nikt nie mógł osiągnąć od 22 lat.

Statuetkę w kategorii Gwiazda mediów i opinii otrzymała Barbara Włodarczyk, dokumentalistka, scenarzystka, a przede wszystkim reporterka z krwi i kości. Nie boi się krytykować Putina w centrum Moskwy ani Miedwiediewa w jego rodzinnym Mansurowie pod Kurskiem. Dzisiaj nie ma drugiej kobiety w polskich mediach, która z tak wielką wiedzą i uczciwością potrafi opowiadać o tym, co dzieje się za naszą wschodnią granicą.

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Iga Świątek (na ekranie), Tomasz Świątek (tata Igi, z prawej), Agnieszka Szczepańska, „Wprost” (z prawej), Paulina Socha-Jakubowska, „Wprost”, i Mariusz Rusin

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Barbara Włodarczyk i Agnieszka Szczepańska, „Wprost”

eprasa.pl 88247e8817

Kapituła konkursu przyznała też dwie nagrody związane z kulturą.

Statuetkę Promotorki kultury otrzymała Kayah. Doceniono nie tylko jej karierę, ale także **WKŁAD W POLSKI PRZEMYSŁ MUZYCZNY.**

Bez niej nie byłoby pierwszej w Polsce firmy w branży muzycznej pracującej w modelu 360 stopni, czyli zajmującej się artystami na wszystkich poziomach ich działalności.

Ikoną kultury jednogłośnie została okrzyknięta Urszula Dudziak. **KRÓLOWA POLSKIEGO JAZZU,** *ale i prawdziwa królowa życia. Gwiazda światowego formatu i nasza duma narodowa.*

Nie zabrakło też nagród związanych ze społeczeństwem.

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Eliza Olczyk z „Wprost” i Kayah

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Urszula Dudziak i Eliza Olczyk, „Wprost”

eprasa.pl 88247e8817

Lokalna bohaterka – Agata Kozyr, prezes zarządu Fundacji Lęborskie Hospicjum Stacjonarne. To dzięki niej w marcu ubiegłego roku w Pogorzelicach ruszyła budowa pierwszego w powiecie lęborskim hospicjum stacjonarnego. Jak lwica walczyła o to, by zebrać środki potrzebne do budowy placówki, a tym samym – do zapewnienia ciężko chorym właściwej opieki.

Działaczka na rzecz ekologii – Zofia Zochniak, tworzy butiki cyrkularne, których głównym zadaniem jest budowanie wartości ubrań z drugiego obiegu, przy jednoczesnym dbaniu o to, by Polska przestała być tekstylnym śmietnikiem Europy. W 2017 roku współtworzyła portal UbraniaDoOddania.pl, dzięki któremu niepotrzebne ubrania zamieniane są na darowizny finansowe, które trafiają do NGO’sów.

W 2017 roku współtworzyła portal UbraniaDoOddania.pl, dzięki któremu niepotrzebne ubrania zamieniane są na **DAROWIZNY FINANSOWE,** *które trafiają do NGO’sów*

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Agata Kozyr, prezes zarządu Fundacji Lęborskie Hospicjum Stacjonarne, i Joanna Miziołek, „Wprost”

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Zofia Zochniak i Joanna Miziołek, „Wprost”

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Anna Czub, dyrektor generalna firmy Galerie Venis, i Agnieszka Jabłońska, wiceprezes PMPG Polskie Media

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Woźniakiewicz

Janina Bąk, autorka bloga Janina Daily, i Julia Kuczyńska (Maffashion)

eprasa.pl 88247e8817

Ikona Designu – Anna Czub, jest liderką, innowatorką i dyrektor generalną firmy Galerie Venis, która od 25 lat wiedzie prym w świecie aranżacji wnętrz.

– Najbardziej w swojej pracy lubię to, że za każdym razem mogę stworzyć coś nowego. I to jest coś niesamowitego przy tworzeniu wnętrza, że właściwie możemy pokierować to wnętrze w każdym kierunku – zdradziła „Wprost”.

Influencerka Roku jednogłośnie została okrzyknięta Janina Bąk. Zwyciężczyni w tej kategorii jest autorką bloga Janina Daily. Jest statystyczką i uczy ludzi, że z badaniami naukowymi można i należy się zaprzyjaźnić. Sama siebie nazywa „wirtuozem statystyki i metodologii badań”, a „swoją” statystykę wykorzystuje do tego, by mówić o najważniejszych społecznych kwestiach.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

ZA PŁOTEM MAJĄ ROSJAN

Rodzinę Piotra przesiedlono w czasie akcji „Wisła” do Asun, dziś przy granicy z Rosją.

Fot. Piotr Barejka

W Asunach mieszkają Ukraińcy, którzy Rosjan mają tuż za swoimi domami. Gdy w Kaliningradzie spadają bomby na poligonach, u nich trzęsą się szyby w oknach. **DAWNIEJ JEŹDZILI ZA GRANICĘ PO TAŃSZĄ BENZYNĘ, ALE DZISIAJ MÓWIĄ, ŻE NA ROSJAN MAJĄ WIDŁY.** *– Polska to nasza ojczyzna, a ruskiego nie chcę widzieć na swoim podwórku – odgraża się Michał.*

Tekst: **Piotr Barejka**

Czwarta strona świata w Asunach nie istnieje. Ze wsi można pojechać na południe, w stronę Kętrzyna i dalej do Mrągowa. Można na zachód, w stronę Bartoszyc. Gdy pojedzie się na wschód, dotrzeć można do Węgorzewa. Drogi nie ma na północ, gdzie za drutem kolczastym, stalową siatką i szlabanami zaczyna się obwód kalinin-

eprasa.pl 88247e8817

gradzki. Piotr, Zenek i Michał mają do Rosji osiemset metrów w linii prostej. Od ostatniego we wsi domu jest ledwie pięćset.

– Jak Ruscy u siebie na poligonach walą, to u nas szyby w oknach się trzęsą. Raz tak strzelali, że wszystko dudniło. Mówili potem, że morskie działa odpalili – opowiada Piotr. – Jak weszli na Ukrainę, to bałem się, że zaraz zza tych krzaków też wylezą.

> *– U nas* **NA GRANICY KAŻDY POWINIEN MIEĆ BROŃ** *– stwierdza Zenek. – Ja mam widły dwójki, to pięciu załatwię zanim do mnie przyjdą – wtrąca się Michał.*

– Pamiętacie, jak po swojej stronie wszystko przy drogach wyczyścili? – pyta Piotr. – Nigdy niczego tam nie ruszali, a jednego dnia wszystkie krzaki wycięli, żeby był przejazd.

– Może już wtedy planowali na Polskę napaść – mówi Zenek.

eprasa.pl 88247e8817

W Asunach stoi kilkanaście domów, w których dzisiaj mieszkają niemal sami Ukraińcy. Najstarszym mieszkańcem jest Zenek, który jeszcze pamięta, jak na Mazury dojechał w bydlęcym wagonie. Dwa tygodnie spał w sianie, zanim trafił do poniemieckiego domu, w którym nie było ani drzwi, ani okien. Piotr i Michał to drugie pokolenie, wychowane już na mazurskim odludziu, które po wojnie stało się ukraińską wsią.

Bez jedzenia, wody, okien i drzwi

Michał i Zenek kończą doić krowy, zaganiają jeszcze kury do kurnika, bo ostatnio w okolicy grasuje lis. Na ich obejściu wciąż stoi poniemiecki dom, naprzeciwko poniemiecka stodoła. Zachowała się nawet poniemiecka rura, którą Niemiec ciągnął wodę do stajni. Piotr stwierdza, że nie trzeba oglądać przedwojennych zdjęć, bo Asuny wciąż wyglądają tak, jak za Niemców. Dobudowano tylko most, nie przetrwał pałac najbogatszego gospodarza, a jeden dom spłonął. Poza tym nawet droga jest

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Barejka

Dzwonnica w Asunach

eprasa.pl

w tym samym miejscu, stoi też dawna karczma i kościół.

– Jechaliśmy tutaj dwa tygodnie – wspomina Zenek, opadając na ławeczkę przed stodołą.

> *Zenek miał dziesięć lat, gdy jego rodzina musiała wynieść się z Lubaczowa.* **BYŁ 1947 ROK.** *Wylicza, że na Podkarpaciu zostawili dwie stodoły, dwie obory i chałupę.*

Nie byle jaką, bo krytą blachą. Do tego sto uli, pięćdziesiąt kaczek i dwadzieścia cztery morgi pola. W podróż w nieznane mogli wziąć tylko tyle, ile zdołali unieść. I jednego konia.

– W sianie spałem, człowiek się pod wagonem musiał załatwiać – opowiada Zenek. – Przynajmniej maszynistę mieliśmy dobrego, bo jak widział stertę siana lub słomy, to się zatrzymywał. Ludzie brali to siano, bo czymś musieli wyżywić krowy i konie.

eprasa.pl 88247e8817

Pociąg dojechał do Kętrzyna, gdzie Zenek spędził z rodzicami kolejny tydzień. Spał pod gołym niebem, wspomina, że codziennie dostawali wiaderko zupy od starostwa. W tym samym czasie do Kętrzyna trafiła też rodzina Piotra. Część wyniosła się z Ulhówka, wsi niedaleko Tomaszowa Lubelskiego, część z Berendowic pod Przemyślem. Zajechali najpierw do Korsz, później do Kętrzyna, a potem furmankami do Bobrowa. Dopiero stamtąd trafili do jednego z domów w Asunach. Tak zostali sąsiadami Zenka.

– Wszystko było tutaj zarośnięte. Stała jeszcze jedna stodoła, ale spalona była – Zenek omiata ręką podwórko. – Nie mieliśmy czego jeść, głodowaliśmy. Zboże trzeba było ręcznie na żarnach mleć, żeby zjeść trochę pierogów. Wodę nosiliśmy dwa kilometry, bo studni nie było. Dopiero później koło chałupy swoją wykopaliśmy. Amerykanie dawali nam w darach mąkę kukurydzianą, z której nawet nie dało się chleba upiec. Krok po kroku, rok po roku, zaczęliśmy siać zboże. Po latach doszliśmy do własnego gospodarstwa.

eprasa.pl 88247e8817

U siebie, ale od domu daleko

Zenek i wszyscy Ukraińcy, którzy musieli zamieszkać w Asunach, byli przekonani, że zostaną tu tylko na chwilę. Myśleli, że spędzą na Mazurach najbliższe tygodnie, może miesiące. Ale ówczesne Ministerstwo Ziem Odzyskanych zdecydowało, że nie mogą wrócić w rodzinne strony, później władze uwłaszczyły ich na poniemieckich gospodarstwach. Największym skupiskiem Ukraińców było wtedy województwo olsztyńskie, do którego należały Asuny. Komunistyczne władze przesiedliły łącznie ponad 140 tysięcy Ukraińców, Bojków i Łemków. Akcja „Wisła” była uzasadniana walką z bandami UPA.

Początkowo władze potrafiły karać za używanie ukraińskiego języka. Zdarzało się, że Ukraińcy byli aresztowani nawet za drobne przestępstwa. Dopiero z czasem, gdy przyszła polityczna odwilż, Ukraińcy zaczęli urządzać swoje małe ojczyzny w Asunach, okolicznych wsiach i miasteczkach. Piotr wspomina,

eprasa.pl 88247e8817

że jego dziadek jeździł z sąsiadami do samego Wyszyńskiego. Prosili prymasa, żeby pozwolił zamienić zabytkowy kościółek, do którego i tak nikt nie chodził na msze, w cerkiew. – W końcu im się udało. Nawet Wyszyński tutaj przyjechał, u nas w domu jadł obiad, który babcia mu gotowała – mówi z dumą Piotr.

> *Od tamtego dnia w Asunach modlono się po ukraińsku,* **PÓŹNIEJ DZIECI UKRAIŃSKIEGO UCZYŁY SIĘ NIE TYLKO W DOMACH,** *ale też w szkołach.*

Z czasem dawna przedwojenna karczma nie była już po prostu wiejską świetlicą, tylko nazwano ją Ośrodkiem Kultury Ukraińskiej.

Do wsi zjeżdżały ukraińskie zespoły, a mieszkańcy wyjeżdżali na ukraińskie festiwale. Asuny obchodziły też urodziny Tarasa Szewczenki, zaczęto organizować Festyn Ludowy. – To wciąż trochę tak, jakbyśmy byli na emigracji. Tu się urodziłem, tu żyję i będę

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Barejka

Dawna szkoła w Asunach

mieszkał, jestem obywatelem polski, ale sercem ukraińskim – tłumaczy Piotr.

– Początkowo było u nas kilku Polaków, ale wyjechali do swoich. Nikt ich stąd nie wyganiał. Nikt tu z nożami do siebie nie skakał – zapewnia. – Tylko czasami pracowali u nas najemnicy, którzy melioracje kopali. Jak się robiło ukraińskie zabawy, to trochę szumieli. Wiadomo, młoda i gorąca krew, to się trochę pobili. Ale później Polacy się z Ukraińcami pomieszali, pożenili, obchodzili święta po dwa razy. Moja siostra też za Polaka wyszła.

– Oj różnie było z Polakami – wzdycha Zenek. – Bywali wrogo nastawieni, wojsko nas prześladowało. My przecież cały czas byliśmy podejrzani – ucina.

Niemcy do wsi wracali

Był czas, gdy do wsi rzadko zaglądali Polacy, ale przyjeżdżali Niemcy, którzy zostawili swoje domy w Asunach. Piotr wspomina, że do jego domu Niemka przyjechała dwa razy. Gdy rozejrzała się za pierwszym razem, od razu zauważyła, że kuchnia kaflowa jest

eprasa.pl 88247e8817

wciąż ta sama, nawet posadzka była niezmieniona i wychodek został w tym samym miejscu. Opowiadała, że była córką rolników, miała czternaście lat, gdy wyjechała z tego gospodarstwa. – Cieszyła się, że wróciła do lat młodości. Cieszyła się, że była u siebie – wspomina Piotr.

> *Niemiec przyjeżdżał też do pana Rackiego, nauczyciela, który mieszkał w dawnej szkole. Okazało się, że* **BYŁ SYNEM DYREKTORA NIEMIECKIEJ SZKOŁY,** *która działała w Asunach.*

We wsi opowiada się historię, jak raz zapytał, czy może wejść na dzwonnicę, żeby coś sprawdzić. Mieszkańcy dzwonnicę otworzyli, ale poszli za nim. – Czego ty tam szukasz? Złota? – dopytywali. – Coś innego schowałem – usłyszeli w odpowiedzi. Niemiec włożył rękę za jedną z drewnianych belek, ale niczego nie znalazł. Potem się przyznał, że schował tam pistolet.

eprasa.pl 88247e8817

Z kolei do Zenka przyjeżdżał Franz, syn gospodarza, który w Niemczech został sędzią. Zenek opowiada, że znaleźli w chacie dokumenty, że jego dziadek był w SS. Ale Franz nie chciał w to wierzyć. – Jak tu przyjechał pierwszy razem, to tylko mówił: „ga, ga, ga”. Ja nie wiedziałem, o co mu chodzi. W końcu się okazało, że on tutaj gołębnik miał, o gołębie mu chodziło – wspomina Zenek. – Przyjeżdżał do nas parę lat. Wódkę przywoził, razem żeśmy pili, ogniska robiliśmy. Rówieśnikami prawie byliśmy, ale zmarł niedawno.

We wsi opowiada się tylko jedną historię o kimś, kto po przesiedleniu wrócił do siebie. Zostawił w rodzinnej wsi dziewczynę, udało mu się z Asun uciec, żeby ją poślubić. Zenek wrócił do siebie, do Lubaczowa, dopiero po latach. – Mój dom i wszystkie budynki jeszcze tam stoją – opowiada. – Przyjechałem raz popatrzeć, ale tamci się bali, że im mogę to wszystko zabrać. Tylko dawni znajomi, z którymi byłem zżyty, mnie przyjęli. Ci przyjezdni, co siedzieli na moim gospodarstwie, tylko się pytali,

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Piotr Barejka

Ośrodek Kultury Ukraińskiej w Asunach

eprasa.pl 88247e8817

czego tam szukam. Nawet nie wierzyli, że jestem stamtąd.

Ukraińskość na końcu świata

Dzisiaj Zenek, Michał i Piotr na Niemców klną. Za to, że Ukraińcom dali przestarzałe hełmy, a broni wcale nie chcieli dawać. Klną też na Francuzów. Za to, że z Putinem robią interesy. I oczywiście na Rosjan, choć kiedyś wszyscy do nich jeździli. – Nam się chciało tańszej benzyny i papierosów, im się chciało dolarów – mówi Piotr. – Ale teraz ich nienawidzę. Nienawidzę ich, odkąd wleźli na Ukrainę i palili głupa, że to jakieś zielone ludziki. Wtedy czasami jeszcze po benzynę jeździłem, ale słowa po rusku na granicy nie powiedziałem. Tylko po ukraińsku albo polsku.

O tym, że Rosjanie najechali w lutym na Ukrainę, Piotr dowiedział się od córki. Wsiadł jak co rano do samochodu, żeby odwieźć ją na autobus, bo do wsi żaden nie dojeżdża. Nie sprawdzał wiadomości. – Córka coś w telefonie patrzy i mówi, że najechali

eprasa.pl 88247e8817

na Ukrainę. Ja się pytam, że kto, co, jak?! A ona, że Ruscy wjechali – ciągnie Piotr.

– Byłem sparaliżowany. Bałem się, nie wiedziałem, co dalej będzie. Bałem się, co będzie tutaj z nami. Półtora miesiąca robota mi się nie kleiła.

Kolejne tygodnie Piotr spędził przed telewizorem. Śledził doniesienia o tym, jak Rosjanie podchodzą pod Kijów, o konwoju rosyjskich wojsk, który rozciągał się na kilometry. O bombach, które spadały w całej Ukrainie. I o tym, że

> *tuż obok nich Rosjanie organizują kolejne wojskowe manewry. – W Kętrzynie* **LUDZIE MÓWILI, ŻE PRZECIEŻ JESTEŚMY W NATO** *i w Unii Europejskiej, więc nic nam nie grozi – kręci głową.*

– Ja im mówiłem, że do nich mają trzydzieści kilometrów, to chociaż zdążą do samochodu wsiąść. My byśmy nie dali rady.

eprasa.pl 88247e8817

– Jak się będzie Polska trzymała z Ukrainą, to kacapa zwyciężymy – stwierdza Michał.

– Taki znajomy, co po miód przyjeżdża, mówił mi, że patrzył na chałupę w Hiszpanii. Tak się rozglądał, żeby w razie czego mieć, gdzie uciekać. Ja się go pytam, czy by to wszystko zostawił? Jak zaczną tak wszyscy myśleć, to co będzie? Polska to nasza ojczyzna, a ruskiego nie chcę widzieć na swoim podwórku. Kiedyś przyjeżdżał jeden z Gdańska po mleko, ale jakby teraz przyjechał, to bym mu w samochodzie szyby powybijał i gnojówką napoił.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

Łukasz Orbitowski

Zdjęcie z bobem w windzie

Właściwie nie wiem jak to się zaczęło, te fotografie z bobem. Po prostu bardzo lubię bób i z myślą o nim wyglądam późnej wiosny. To smak dzieciństwa. Wiele lat temu, dla hecy, cyknąłem selfie w windzie mojego bloku, dając początek nowej tradycji. Odtąd, co roku

Fot. Lukasz Krajewski / Agencja Wyborcza.pl

eprasa.pl 88247e8817

wrzucam mniej więcej taką samą fotkę na swoje społecznościówki: ja, odbity w lustrze windy, z workiem bobu na wyciągniętej dłoni.

Doświadczenie wyszło ciekawie przynajmniej na dwóch poziomach.

> *Żadne inne treści, jakie umieszczam w internecie z uporem godnym lepszej sprawy nie cieszą się taką popularnością, jak ów nieszczęsny bób.* **LUDZIE PISZĄ NAWET, ŻE CZEKALI NA TO ZDJĘCIE.**

Napisałem mnóstwo książek, wymyślam prymitywne żarty i plotę androny na różne, w mojej opinii istotne sprawy, niedługo zrobię szpagat z głową w dół, a jednak, przede wszystkim, jestem facetem z bobem w windzie.

W tym roku zdarzyło się coś jeszcze.

Ludzie zaczęli pytać, ile zapłaciłem za ten bób, informowali ile kosztuje u nich, dziwili się, że w ogóle sobie go kupiłem, a nawet nazywali krezusem. Padła

eprasa.pl 88247e8817

nawet myśl o moim wysokim statusie materialnym. Ponoć doskonale mi się powodzi. Zapłaciłem 25 zł za kilogram bobu. Zjedliśmy go na kolację wraz z całą rodziną.

Najpierw pomyślałem, że ludzie sobie ze mnie drwią, potem zawstydziłem się na myśl o swoim odklejeniu od świata. Łatwo zapomnieć o własnych przywilejach, zwłaszcza jeśli sam je wyrwałem temu ponuremu światu. Ale fakty są takie, że dziś inflacja dobiła niemal do 14 proc., zaś ceny owoców i warzyw skoczyły najmocniej.

Przebija je, jeśli wierzyć danym, głównie drób, do niedawna podstawa polskiego stołu – podłe mięso, na które ludzie mogli sobie pozwolić.

Do niedawna wydawało mi się, że symbolem powodzenia materialnego jest na przykład złoty zegarek, wypasiona fura, dwupoziomowe mieszkanie w centrum dużego miasta albo wakacje na Malediwach. Bogaci ludzie jedli steki i ośmiorniczki. Nieoczekiwanie, wyznacznikiem tego samego powodzenia stała się sezonowa roślina strączkowa, co jest

eprasa.pl 88247e8817

przerażające i absurdalne jednocześnie, bo każdy przecież powinien móc kupić sobie bób.

> *Tymczasem tak nie jest, a ja robiąc sobie idiotyczne zdjęcie* **SAM WYSZEDŁEM, NIECHCĄCY, NA ARO-GANCKIEGO DURNIA.** *Obnosiłem się z bogactwem.*

Do tego mam windę w bloku. Nie każdy doświadcza aż takiego szczęścia.

Nie każdego też stać na każde jedzenie. Można powiedzieć – tak świat urządzono. Lub, mówiąc precyzyjniej, myśmy sami tak świat urządzili. Zdarza mi się spotykać ludzi, którzy nigdy nie jedli awokado albo krewetek, bo były za drogie.

Bób nigdy nie był posiłkiem ekskluzywnym, aż do teraz. Następne w kolejce są pomidory. Te malinowe chodzą u mnie w warzywniaku po piątce za sztukę.

Tymczasem będzie tylko gorzej ze względu na inflację, wojnę i nadwątlone łańcuchy dostaw,

eprasa.pl 88247e8817

a przede wszystkim zmiany klimatyczne. Wysuszanie gleby przekłada się na wyższe koszta uprawy roślin. Będziemy mieli mniej żarcia, ale za to droższe. Dotyczy to nie tylko egzotycznych warzyw i owoców, lecz także tych produkowanych lokalnie. Polska powoli wysycha. A zdjęcie z bobem w windzie pozostanie tylko wspomnieniem.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

Zmieniamy życie pacjentów dzięki nauce™

W czasie zagrożenia zdrowia, kiedy mamy wyzwania na skalę światową, dzięki współpracy z wieloma partnerami:

opracowujemy nowe leki
udoskonalamy sposób ich dystrybucji
nieprzerwanie dostarczamy leki pacjentom na całym świecie

Bristol Myers Squibb™

Dowiedz się więcej na **bms.com**

ONCPL2011661-01,12.2020

eprasa.pl 88247e8817

POLSKA W SZWAJCARII

Fot. Materiały prasowe

Współgospodarzem Domu Polskiego w Davos od 2019 roku jest Bank Pekao S.A.

eprasa.pl 88247e8817

Forum Ekonomiczne w Davos. **DWA DNI DYSKUSJI NA TEMATY DLA ŚWIATA NAJWAŻNIEJSZE, NAJBARDZIEJ AKTUALNE**. *Co można zrobić, jak wiele przedyskutować spraw w tak krótkim czasie? Okazuje się że bardzo wiele. Szczególnie istotne dla naszego kraju i naszej części Europy dyskusje odbyły się w Domu Polskim. Swoistej ambasadzie naszego kraju w Davos.*

Tekst: **Olga Kowalska**

Dom Polski (Polish House) już od trzech lat co roku (z przerwą w 2021 z powodu pandemii – Forum w trybie zdalnym) pojawia się w samym centrum Davos. Dom to miejsce spotkań i debat na temat wyzwań gospodarczych i społecznych, stojących przed Polską i naszą częścią Europy. Współgospodarzem od 2019 roku tego przyczółku Polski w Szwajcarii jest Bank Pekao S.A. Wnioski z tegorocznych debat?

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

Leszek Skiba, prezes zarządu Banku Pekao S.A.

eprasa.pl 88247e8817

Polska coraz ważniejsza dla inwestorów

To szalenie ważna wiadomość dla rodzimego biznesu i wniosek z debaty inaugurującej cykl merytorycznych spotkań w ramach Domu Polskiego a poświęconej miejscu Europy Środkowo-Wschodniej na globalnej mapie łańcuchów wartości i centrów kompetencji.

– Mieliśmy okazję porozmawiać o tym, jak ważna jest środkowa Europa, polska gospodarka dla inwestorów, nie tylko zagranicznych, ale i polskich firm, które aktywnie uczestniczą w globalnej walce o swoją pozycję. W czasach popandemicznych, szczególnie w kontekście wojny w Ukrainie, już teraz widać, że wiele firm szuka partnerów handlowych w naszej części kontynentu. Dostarczanie towarów z Azji zajmuje czas, oznacza też ryzyko, że towar nie zawsze dopłynie. Sieci dostaw się rwą i w tym kontekście Europa Środkowa zyskuje, zyskują polscy przedsiębiorcy, czyli nasi klienci – tłumaczył prezes Banku Pekao S.A. Leszek Skiba, podsumowując debatę, podczas której uczestnicy zgodnie wskazywali, że

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

Jerzy Kwieciński, wiceprezes zarządu Banku Pekao S.A.

eprasa.pl 88247e8817

w ostatnim czasie w związku z pandemią, a następnie wojną w Ukrainie, nastąpiła bardzo widoczna zmiana w myśleniu o międzynarodowym handlu, produkcji, a także kierunkach dostaw surowców. To zmiana, która jest dla naszego kraju szansą, ale i wyzwaniem, bo mowa o rozdaniu, w którym Polska i inne kraje z Europy Środkowej mają do odegrania bardzo ważną rolę. Szansa na inwestycje? Oczywiście.

Gośćmi debaty Pekao byli przedstawiciele największych polskich i światowych firm m.in. IBM, Google i Honeywell. We wszystkich wypowiedziach mocno wybrzmiały dwie kwestie. Po pierwsze: w Polsce można znaleźć osoby o znakomitych kompetencjach i międzynarodowe korporacje doskonale o tym wiedzą. Po drugie, właśnie z tego powodu wiele firm poszukuje możliwości, by w naszym kraju otworzyć m.in. swoje centra kompetencyjne.

Nowa perspektywa OZE

Tegoroczne Forum Ekonomiczne w Davos odbywało się pod hasłem „Historia w punkcie zwrotnym – poli-

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

Paweł Strączyński, wiceprezes zarządu Banku Pekao S.A.

eprasa.pl 88247e8817

tyka rządów i strategie biznesowe". Jak podkreślali sami organizatorzy, żyjemy w czasach „największych od trzech dekad napięć ekonomicznych i geopolitycznych", w czasach, gdy wiele z pytań, które zadawaliśmy sobie rok, dwa lata temu, dziś widzimy w nowym świetle.

Przykład? Zielona transformacja. Konieczność inwestowania w odnawialne źródła energii (OZE). To temat, któremu poświęcono w Davos wiele uwagi już w latach ubiegłych. W tym roku powrócił w kontekście m.in. agresji Rosji na Ukrainę i stosowanego przez agresora szantażu energetycznego. Ten wątek podkreślał podczas debaty nt. roli instytucji finansowych w transformacji energetycznej **„DEFINING THE ROLE OF FINANCIAL INSTITUTIONS IN ENERGY TRANSITION"** wiceprezes Banku Pekao Jerzy Kwieciński, mówiąc m.in o konieczności dywersyfikacji źródeł energii i transformacji energetycznej Polski, która została postawiona przed nowymi wyzwaniami. Prezes Kwieciński wskazywał, że o ile do lutego bieżącego roku tempo transformacji oraz wykorzy-

eprasa.pl 88247e8817

stanie pośrednich (czyli niskoemisyjnych) źródeł energii (np. gazu) mogły być przedmiotem dyskusji, to inwazja Rosji na Ukrainę uświadomiła wszystkim graczom rynkowym, że

> *inwestowanie w OZE stanowi element budowania* **BEZPIECZEŃSTWA I SUWERENNOŚCI** *nie tylko Polski, ale i całego regionu.*

– W Pekao dostrzegamy potencjał branży energii odnawialnej, perspektywy jej dynamicznego wzrostu i atrakcyjność dla inwestorów. Dlatego chcemy wziąć aktywny udział w finansowaniu transformacji energetycznej w Polsce. Firmy zaangażowane już w ten proces oraz planujące kolejne kluczowe inwestycje w tym zakresie, mają w nas swojego sprzymierzeńca. W naszej strategii do roku 2024 zadeklarowaliśmy wzrost udziału zielonego finansowania, obejmującego m.in. farmy wiatrowe, instalacje fotowoltaiczne, niskoemisyjny transport czy ekologiczne budownic-

eprasa.pl 88247e8817

two, do ponad 4 proc. portfela bilansowego banku – zapewniał w czasie debaty Kwieciński.

Wiceprezes Banku Pekao Paweł Strączyński w czasie debaty: „Dywersyfikacja energetyczna w Europie: w jaki sposób alternatywne źródła i kierunki dostaw oraz czyste technologie mogą wzmocnić bezpieczeństwo energetyczne" – **„EUROPEAN ENERGY DIVERSIFICATION: HOW ALTERNATIVE SOURCES, ROUTES, AND CLEAN TECHNOLOGIES CAN BOLSTER ENERGY SECURITY"** podkreślał wyzwania stojące przez polskim sektorem energetycznym, wskazując, że potrzebne są przede wszystkim inwestycje i to na dużą skalę. Kwota? W ocenie Strączyńskiego mowa o sumach rzędu od 1,3 do 1,7 biliona złotych.

– W tej kwocie zawierają się inwestycje zarówno w infrastrukturę energetyczną, budowę nowych źródeł energii, ale również w sieci dystrybucyjne, zarówno prądu, jak i gazu, a następnie – również wodoru. Powinna powstać infrastruktura związana z transportem i przetwórstwem paliw oraz magazynowaniem energii – tłumaczył, podkreślając, że de facto

eprasa.pl 88247e8817

nie ma od tego rodzaju inwestycji odwrotu. Powód jest prosty. Nikt nie jest dziś gotowy do inwestowania w stare technologie, bo nie wpisują się one w światowe projekty energetyczne.

Technologiczne nowinki

Światowe Forum Ekonomiczne w Davos gromadzi najważniejszych przywódców politycznych, przedstawicieli rządów, prezesów największych firm, szefów organizacji pożytku publicznego, intelektualistów i naukowców. To papierek lakmusowy współczesnego świata. Uczestnicy poruszają kwestie dotyczące kluczowych wyzwań ekonomicznych oraz społecznych, ważnych z punktu widzenia światowej gospodarki i całej ludzkości. W sumie corocznie w Forum uczestniczy ok. 3000 reprezentantów pochodzących ze 110 krajów, ale Davos to znacznie więcej niż oficjalne spotkania i debaty. Tu równie ważne jest to, co dzieje się w kuluarach, gdzie jest okazja do rozmów z obecnymi oraz potencjalnymi klientami i kontrahentami oraz promocji reprezen-

eprasa.pl 88247e8817

towanych przez siebie instytucji. O czym mówiono w kuluarach Domu Polskiego?

– W wielu rozmowach nasi partnerzy biznesowi dopytywali, dlaczego to właśnie w Polsce innowacyjne rozwiązania w dziedzinie bankowości i płatności cieszą się znacznie większym zainteresowaniem niż w wielu bogatszych państwach Europy czy Ameryki Północnej. Doświadczenie pandemii nie wyjaśnia wszystkiego – wszak miało ono charakter globalny.

> *Polacy po prostu* **KOCHAJĄ TECHNOLOGICZNE NOWINKI,** *uwielbiają eksperymentować i akceptują innowacje, zwłaszcza, gdy umiemy ich zapewnić, że są nie tylko wygodne, ale też bezpieczne.*

W Banku Pekao do 2024 roku planujemy przenieść doradztwo inwestycyjne, wealth management i instrumenty rynku kapitałowego do kanałów zdalnych. Oczekujemy ponad 80-proc. wzrostu sprzeda-

eprasa.pl 88247e8817

ży funduszy inwestycyjnych w kanałach zdalnych. Wciąż poszukujemy takich rozwiązań, które wspomogą doradcę i klienta w budowaniu relacji – często również na odległość, jednak nie będą ich zastępować – zdradza Jarosław Fuchs, wiceprezes Banku Pekao, nadzorujący Pion Bankowości Prywatnej i Produktów Inwestycyjnych.

– Mam nadzieję, że spotkania w Davos będą dobrą okazją, aby przybliżyć zagranicznym firmom, inwestorom i liderom Polskę, jako miejsce interesujące pod kątem inwestycji i współpracy handlowej – mówił przed rozpoczęciem Forum w Davos prezes Banku Pekao Leszek Skiba. Czy to się udało? Jak zapewniają przedstawiciele Banku po powrocie ze Szwajcarii, nie tylko debaty w Domu Polskim, ale także spotkania, były niezwykle owocne.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

100 W.

NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

PARTNER STRATEGICZNY

Bank Pekao

PARTNERZY

SEIKO
PRECISION FOR VISION

SUPREME

Tarasola®

DOMIKON
DOMY | KONSTRUKCJE

ASENSO
more than sauna

Igor Łukasik CAPITAL

eprasa.pl 88247e8817

FUNDACJA TYGODNIKA WPROST

NAJBOGATSI DLA NAUKI

PARTNEREM PROGRAMU

TVN BANKING WPROST

100 W. O NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Program „Najbogatsi dla nauki" jest realizowany dzięki wsparciu donatorów z Listy 100 najbogatszych Polaków tygodnika „Wprost"

W morzu potrzeb nauka i wiedza są tymi, które zaspokaja się w dalszej kolejności. Tym cenniejsze jest dla nas wsparcie i tym bardziej bezcenni ludzie, którzy tę potrzebę rozumieją.

ZAANGAŻUJ SIĘ W POMOC DLA PODOPIECZNYCH FUNDACJI!

WWW.FUNDACJAWPROST.PL

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Miejsce na liście, imię i nazwisko		Majątek (w mln zł)	Różnica wartości majątku r/r	Awans/ spadek
1	**Tomasz Biernacki**	15300	13,33%	+1
2	**Michał Sołowow**	11000	-4,35%	+1
3	**Zygmunt Solorz**	10000	-26,47%	-2
4	**Dominika Kulczyk**	8500	4,94%	bez zmian
5	**Sebastian Kulczyk**	7000	-2,78%	bez zmian
6	**Jerzy Starak**	6000	5,26%	+1
7	**Łukasz Nosek**	5000	bez zmian	+1
7	**Zbigniew i Mateusz Juroszkowie**	5000	bez zmian	-4
9	**Paweł Marchewka**	4200	5,00%	+3
10	**Wiesław Wawrzyniak** z rodziną	4100	DEBIUT	DEBIUT
11	**Małgorzata i Maciej Adamkiewiczowie** z rodziną	4000	5,26%	+3
12	**Tomasz Gudzowaty**	3300	3,13%	+4
13	**Zbigniew Jakubas**	2800	-28,21%	-1
13	**Dariusz Miłek**	2800	-26,32%	-1
15	**Leszek Gierszewski**	2700	3,85%	+2
16	**Antoni Ptak**	2600	44,44%	+8
17	**Arkadiusz Muś**	2400	26,32%	+6
18	**Zbigniew Niemczycki**	2200	bez zmian	+1
18	**Zbigniew Komorowski**	2200	4,76%	+2
18	**Rafał Brzoska**	2200	-51,11%	-8
21	**Andrzej Wiśniowski**	2100	31,25%	+7
22	**Przemysław Gacek**	2000	139,52%	+45

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Miejsce na liście, imię i nazwisko		Majątek (w mln zł)	Różnica wartości majątku r/r	Awans/ spadek
23	**Grażyna Kulczyk**	1900	5,56%	+1
24	**Bogdan i Elżbieta Kaczmarkowie**	1800	-14,29%	-4
24	**Andrzej i Zyta Olszewscy**	1800	5,88%	+2
26	**Henryk Stokłosa**	1700	6,25%	+2
26	**Grzegorz Ćwik**	1700	32,81%	+20
26	**Sebastian Ćwik**	1700	32,81%	+20
26	**Marcin Ćwik**	1700	32,81%	+20
30	**Tomasz Domogała**	1600	24,03%	+14
30	**Roman i Grażyna Karkosikowie**	1600	72,97%	+26
30	**Jakub Zabłocki**	1600	19,40%	+4
33	**Krzysztof Pawiński**	1500	8,70%	+5
33	**Jerzy Kasperczyk**	1500	8,70%	+5
33	**Sławomir Rusinek**	1500	8,70%	+5
33	**Zdzisław Stuglik**	1500	8,70%	+5
33	**Józef Szczur**	1500	8,70%	+5
33	**Maciej Oleksowicz**	1500	7,14%	-3
39	**Jacek Furman**	1400	59,45%	+22
39	**Wojciech Furman**	1400	59,45%	+22
39	**Tomasz Furman**	1400	59,45%	+22
42	**Krzysztof i Solange Olszewscy**	1350	bez zmian	-9
43	**Jarosław Pawluk**	1300	POWRÓT	POWRÓT
43	**Rodzina Koral**	1300	POWRÓT	POWRÓT
43	**Grzegorz Grzelak**	1300	-23,53%	-17

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Miejsce na liście	imię i nazwisko	Majątek (w mln zł)	Różnica wartości majątku r/r	Awans/ spadek
43	**Adam Bachleda-Curuś** z rodziną	1300	66,88%	+27
47	**Marcin Iwiński**	1200	-50,00%	-29
47	**Leszek Boruch**	1200	9,09%	+2
47	**Krzysztof Suski**	1200	14,20%	+4
50	**Teresa Mokrysz**	1100	10,00%	+2
50	**Bogdan Więcek**	1100	58,73%	+29
50	**Adam i Jerzy Krzanowscy**	1100	62,72%	+31
53	**Zenon Ziaja**	1000	75,44%	+38
53	**Wiesław Likus**	1000	14,29%	+11
53	**Piotr Szulczewski**	1000	-84,13%	-47
53	**Michał Kiciński**	1000	-50,00%	-31
53	**Robert Kamiński**	1000	POWRÓT	POWRÓT
58	**Andrzej Walczak**	966	-25,69%	-20
59	**Jerzy Borucki**	964	DEBIUT	DEBIUT
60	**Krzysztof Witkowski**	960	DEBIUT	DEBIUT
61	**Urszula Siecińska**	933	31,59%	+16
62	**Mariusz Jańczuk**	931	POWRÓT	POWRÓT
62	**Leszek Szagdaj**	931	POWRÓT	POWRÓT
64	**Zbigniew Wantusiak**	930	57,89%	+24
65	**Kazimierz Herba**	917	-8,02%	-11
66	**Krzysztof Kostowski**	916	-30,08%	-29
67	**Krzysztof Grządziel**	901	1,24%	-8
68	**Anna Podniesińska**	890	4,71%	-3

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Miejsce na liście, imię i nazwisko		Majątek (w mln zł)	Różnica wartości majątku r/r	Awans/ spadek
69	**Mariusz Gawron**	881	POWRÓT	POWRÓT
70	**Katarzyna i Aleksander Góreccy**	845	POWRÓT	POWRÓT
71	**Jacek Sarnowski**	834	-9,45%	-14
71	**Mieczysław Ciomek**	834	-9,45%	-14
73	**Andrzej Grabowski**	816	DEBIUT	DEBIUT
74	**Wiesława Herba**	811	-7,84%	-14
75	**Barbara Kaczmarek** z rodziną	806	POWRÓT	POWRÓT
76	**Kamila i Artur Błażejewscy**	768	DEBIUT	DEBIUT
77	**Sebastian Wojciechowski**	751	DEBIUT	DEBIUT
78	**Adam i Damian Kenkelowie**	747	0,27%	-6
79	**Rodzina Gugałów**	739	-76,16%	-63
80	**Marek Małecki** z rodziną	717	DEBIUT	DEBIUT
81	**Adam i Mikołaj Plackowie**	716	21,98%	+8
82	**Ryszard Florek**	700	2,94%	-2
82	**Krzysztof Klicki**	700	-14,00%	-13
84	**Tomasz Czechowicz**	686	-16,24%	-16
85	**Rodzina Jasińskich**	674	-38,73%	-36
86	**Janusz i Elżbieta Filipiakowie**	670	-20,90%	-20
87	**Piotr Nielubowicz**	650	-50,76%	-51
88	**Igor Klaja**	634	POWRÓT	POWRÓT
89	**Robert i Anna Lewandowscy**	625	10,62%	+3
90	**Aldona Wejchert**	621	1,64%	-4
91	**Michał Świerczewski**	610	-15,98%	-16

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Miejsce na liście, imię i nazwisko		Majątek (w mln zł)	Różnica wartości majątku r/r	Awans/ spadek
92	**Adam Góral**	575	-1,88%	-2
93	**Renata i Tomasz Szukalscy**	557	-60,21%	-62
94	**Magdalena i Dariusz Malaczyńscy**	549	DEBIUT	DEBIUT
95	**Przemysław Sztuczkowski**	545	POWRÓT	POWRÓT
96	**Irena Eris i Henryk Orfinger**	535	-10,83%	-9
97	**Magdalena Mucha**	534	DEBIUT	DEBIUT
97	**Bogdan Szewczyk**	534	-27,84%	-23
99	**Janusz Wiszczuk**	512	-44,77%	-44
100	**Roman Dariusz Kołakowski**	511	-65,93%	-70

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Shutterstock

eprasa.pl/38247e88

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

1. TOMASZ BIERNACKI
15,3 mld zł

Wśród osób, które go znają panuje zmowa milczenia. Nikt nie chce o najbogatszym Polaku nic mówić. „Szalenie ceni sobie prywatność”, „Proszę zrozumieć, nie wypada mi” – mówią biznesmeni, którzy go znają i robili z nim interesy. Nie wiadomo więc, czy wysoki, czy niski. Czy blondyn, czy brunet. Gdzie mieszka, jak spędza wakacje, czym jeździ i w końcu – czego tak panicznie się boi, że z mediami rozmawiać nie chce. Pytanie o wywiad, jego współpracownicy ucinają jednym słowem – „niemożliwe”. Potem tylko dodają – „Proszę już o to nie pytać”. On sam wywiadu udzielił tylko raz. W 2004 roku wypowiedział się dla lokalnej gazety „Rzecz Krotoszyńska” o tym, że zamierza inwestować w regionie. Tytuł, z którym rozmawiał nie był zresztą przypad-

eprasa.pl 88247e8817

kowy, bo przecież w Krotoszynie mieści się siedziba jego biznesowego imperium, czyli sieci marketów Dino, które Tomasz Biernacki stworzył i do dziś kontroluje. 51-proc. pakiet akcji daje mu obłędną wycenę na poziomie 15 mld zł.

Ale zanim było Dino, był pierwszy biznes. Biernacki pochodzi ze skromnej, katolickiej rodziny z maleńkiej wioski Czeluścin, 25 minut drogi samochodem od Krotoszyna. To tam jeszcze za PRL jego rodzice: Alojzy i Regina Biernaccy prowadzili własne gospodarstwo rolne i hodowlę krów. Z opisu lokalnych mediów, które starały się zajrzeć Biernackim na podwórko, wynika, że to rodzina, która stała na trzech fundamentach: wiary, pracy i pokory. Jego ojciec w jednym z wywiadów jawił się jako tytan pracy, który mimo tego, że zatrudniał ludzi na gospodarstwie, to sam doił krowy. Wywiadu zresztą udzielać też nie chciał, powtarzając, że nie należy się niczym chwalić. Ale to z lokalnych mediów dowiadujemy się na przykład, że

eprasa.pl 88247e8817

ojciec Biernackiego postanowił odremontować zabytkową kapliczkę, żeby pracownicy mogli w niedzielę uczęszczać na msze święte.

Najprawdopodobniej więc to rodzice zaszczepili w Tomaszu Biernackim kult pracy i kult skromności. Być może najbogatszy Polak ma media i listy najbogatszych w nosie, bo wyznaje zasadę swojego ojca, że „chwalić się nie należy”. Ważniejsza jest praca. Jeżeli to przepis na sukces, to należy z niego korzystać, bo Biernacki talent do pomnażania złotówek ma niezwykły. W biznesie zaczynał od tego, na czym znał się najlepiej, czyli na zwierzętał. Zajął się więc ich hodowlą i ubojem. W 1993 roku w Golinie niedaleko Krotoszyna otworzył Zakłady Przemysłu Mięsnego „Biernacki”. Z małej masarni zrobił giganta, który dziś przynosi ponad miliard złotych przychodów. 6 lat później postawił pierwszy sklep Dino. Dzisiaj sieć liczy już 1880 punktów, a ostatnio poszerza się w zawrotnym tempie jednego marketu na dzień.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Z 15 mld zł majątku Biernacki dołącza do galaktyki globalnych multimiliarderów. Plasuje się w pierwszym tysiącu najbogatszych ludzi na świecie. Gdzieś między Richardem Bransonem, ekscentrycznym Brytyjczykiem od telekomu Virgin a niemiecką rodziną Oetkerów. Pytanie, co na to Szymon Piduch, prezes kontrolowanego przez Biernackiego Dino, bo to on jest najczęściej omyłkowo przedstawiany na zdjęciach jako Tomasz Biernacki, o którego portret nadal biją się największe agencje foto.

eprasa.pl 88247e8817

KUPUJ ONLINE NA APART.PL
I W SALONACH APART W CAŁEJ POLSCE

APART.pl

ZOBACZ WIĘCEJ

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Adam Tuchliński, Shutterstock

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

2. MICHAŁ SOŁOWOW
11 mld zł

Gigant biznesu, który od kilkudziesięciu lat utrzymuje się w czołówce kolejnych list najbogatszych. Zbił fortunę na budownictwie, dzisiaj ma apetyt na energetykę. Chce wybudować pierwszą prywatną elektrownię jądrową w Polsce. Wszedł we współpracę z Japończykami z GE Hitachi i razem z największymi polskimi firmami planuje rozwijać technologię SMR, czyli małych reaktorów modułowych. Pierwsza siłownia miałaby powstać w Pątnowie na bazie aktywów należącego do Zygmunta Solorza Zespołu Elektrowni Pątnów Adamów Konin. „Na mały atom jest właśnie teraz idealny czas, mamy nie tylko szansę, aby dołączyć do światowego trendu, ale nawet być w czołówce” – mówił Sołowow w wywiadzie dla „Wprost”. Dzisiaj perłą w jego biznesowej

eprasa.pl 88247e8817

koronie pozostaje Synthos. To największy w Europie producent kauczuku syntetycznego i polistyrenu do spieniania. Ten pierwszy jest wykorzystywany w produkcji m.in. elastycznych żelów, tkanin i niektórych rodzajów farb. Polistyren do spieniania to nic innego jak drobne białe kuleczki, które posklejane ze sobą tworzą popularny styropian. Innymi cennymi aktywami w portfelu drugiego najbogatszego Polaka jest znany producent podłóg Barlinek oraz armatury sanitarnej Cersanit. Ta ostatnia spółka dostarczyła mu w ostatnim czasie trochę kłopotów. Chodzi o rosyjskie aktywa, które Cersanit kupił w 2007 roku. Dziś Sołowow stara się je jak najszybciej sprzedać.

Ale oprócz tych trzech biznesowych filarów, pierwszy przemysłowiec III RP inwestuje również w wiele innych branż, o których mało kto wie. Półtora roku temu Sołowow kupił pierwszą transzę akcji w olsztyńskiej spółce Corab, która korzysta z eksplozji fotowoltaiki na dachach polskich domów. Sprze-

eprasa.pl 88247e8817

daje moduły fotowoltaiczne, falowniki czy magazyny energii. Według ostatnich dostępnych danych firma wypracowała ponad 614 mln zł przychodów i 87 mln zł zysku netto. Sołowow z początku przejął 50 proc. udziałów w firmie, a później dokupił kolejne 25 proc., pozostając do dzisiaj jej największym udziałowcem.

Oprócz fotowoltaiki kielecki biznesmen kontroluje również znaną sieć sklepów z wykładzinami Komfort oraz spółkę N2H, do której z kolei należy Homla – znana sieciówka z artykułami wyposażenia wnętrz. Sołowow działa też prężnie w branży gastronomicznej. Należy do niego sieć restauracji rybnych North Fish czy hamburgerowni John Burg. Wspólnie z twórcami popularnego napoju izotonicznego Oshee Sołowow wszedł również na rynek dań gotowych, rozkręcając własną markę Yamly. Tutaj już bez ryb i bez mięsa, bo firma ma produkować posiłki dla wegan i wegetarian.

eprasa.pl 88247e8817

KUPUJ ONLINE NA APART.PL
I W SALONACH APART W CAŁEJ POLSCE

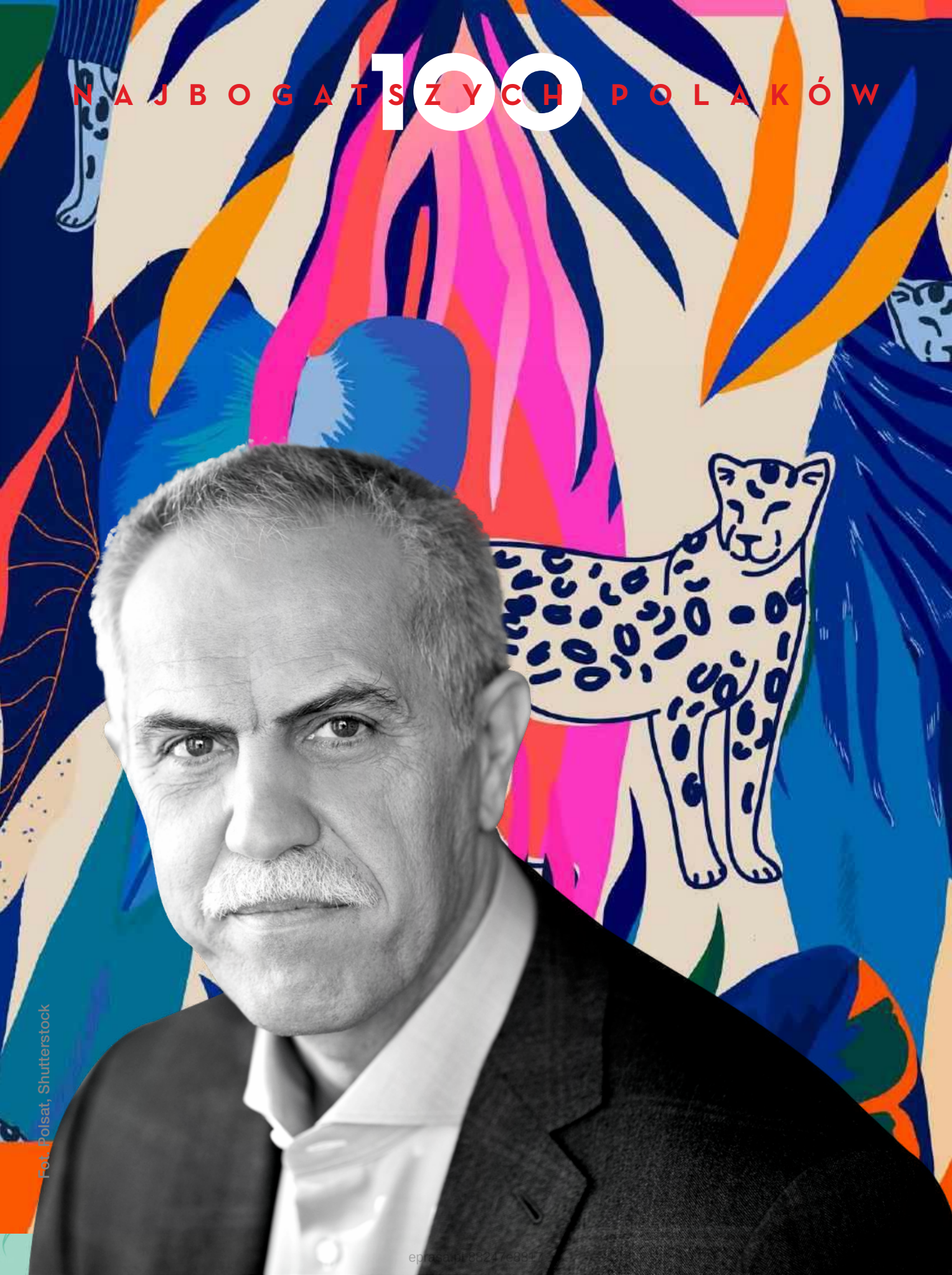
ALBERT RIELE
SWISS WATCHES 1881

/APART.pl

ZOBACZ WIĘCEJ

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW



Fot. Polsat, Shutterstock

3. ZYGMUNT SOLORZ
10 mld zł

Mówią o nim Słońce z Pragi, bo to na warszawskiej Pradze przy ulicy Ostrobramskiej mieści się telewizja Polsat, perła w biznesowej koronie Solorza z odwiecznym żółtym słoneczkiem w logo. Ale słoneczko z logo Polsatu straciło już promyki. A sam Polsat chce być bardziej kojarzony z Grupą Polsat Plus jak nazywa się jeden z największych koncernów medialno-telekomunikacyjnych w naszej części Europy.

Stworzył go Zygmunt Solorz, który wcale nie pochodzi z warszawskiej Pragi, tylko z Radomia. Wychował się w ubogiej rodzinie, ukończył wieczorowe technikum mechaniczne, a pierwsze pieniądze zarobił na handlu zniczami pod cmentarzem. Ale doszedł na szczyt. Od dekad pozostaje w czołówce listy 100 najbogatszych Polaków „Wprost”. Z usług

eprasa.pl 88247e8817

firm powiązanych z Solorzem korzysta pół Polski. Jego Cyfrowy Polsat ma ponad 6 mln abonentów. Telekom Plus dociera ze swoim internetem 5G do 19 mln Polaków. Prąd wytwarzany w kontrolowanym przez Solorza Zespole Elektrowni Pątnów Adamów Konin odbiera ponad 5 mln klientów indywidualnych i biznesowych. Ale prywatna telewizja, sieć komórkowa czy elektrownia to stare i znane biznesy Solorza.

Trzeci najbogatszy Polak w ostatnich latach dołożył do swoich puzzli kilka nowych branż, żeby w robieniu interesów być przede wszystkim bardziej samodzielnym. Poszedł w internet – dosłownie i w przenośni, bo cztery lata temu kupił udziały w Netii, jednym z największych dostawców internetu na polskim rynku, a trzy lata temu przejął Interię, trzeci największy portal internetowy w Polsce. Solorz wszedł też w branżę IT, uzyskując kontrolę nad Asseco, polskim Microsoftem z Rzeszowa, czyli szóstym największym producencie oprogramowania

eprasa.pl 88247e8817

w Europie. W zeszłym roku wszedł na rynek e-commerce inwestując pół miliarda złotych w eobuwie.pl, internetowy sklep z butami Dariusza Miłka z CCC. Po drodze było przejęcie kanałów sportowych od Eleven Sports czy muzycznych Eska TV, Polo TV, Vox Music od Zbigniewa Benbenka, wydawcy „Super Expressu”.

Dzisiaj Solorz z zakupami lekko przystopował. Bardziej od kupowania zajęło go inwestowanie. A bardziej od mediów, telefonów i internetu – pochłonęła go energetyka. Szczególnie ta zielona. Razem z Duńczykami chce stawiać farmy wiatrowe na Bałtyku. W Rybniku za pół miliarda złotych zamierza budować Centrum Zielonej Energii, gdzie ma produkować ciepło, prąd, a przede wszystkim wodór. No i najważniejsze, czyli wspólna inwestycja z Michałem Sołowowem w budowę pierwszej polskiej elektrowni jądrowej.

eprasa.pl 88247e8817

NIESPOTYKANY POZIOM PERSONALIZACJI

INDYWIDUALNE DOPASOWANIE

NAJNOWSZE TECHNOLOGIE

NAJWYŻSZA ESTETYKA

DOSKONAŁE WIDZENIE DLA WYMAGAJĄCYCH WYJĄTKOWEJ PRECYZJI

SEIKO BRILLIANCE

SEIKO Brilliance to wyjątkowe progresywne soczewki okularowe, stworzone z myślą o Twoich indywidualnych potrzebach i wymaganiach jakie stawia nowoczesny, cyfrowy świat. Najwyższy poziom indywidualizacji gwarantuje idealne dopasowanie i komfort, jaki do tej pory był tylko marzeniem. Niezależnie od tego co robisz w danej chwili, masz gwarancję niespotykanej precyzji widzenia i pewność, że nic nie umknie Twojej uwadze. Niemożliwe? Zapytaj swojego optyka.

www.seikovision.com/pl
facebook.com/SeikoOpticalPolska
instagram.com/seiko_optical_polska

SEIKO

PRECISION FOR VISION

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Albert Zawada/Agencja Wyborcza, Shutterstock

prasa.pl 88247e8817

4. DOMINIKA KULCZYK

8,5 mld zł

O tym, że Jan Kulczyk jest jednym z najbogatszych Polaków, dowiedziała się z „Wprost”. Jako 15-latka trafiła na wydanie naszej Listy100 najbogatszych z 1992 roku. A tam, na 22. miejscu, widniało imię i nazwisko jej ojca. Jeszcze wtedy nie najbogatszego Polaka. Na pierwszym miejscu naszego zestawienia pojawił się dokładnie w 2000 roku. I królował jako ten najbogatszy aż do swojej śmierci w 2015 roku. Wyjątkiem był jedynie 2007 rok, kiedy spadł z pierwszego miejsca, gdy po rozwodzie z Grażyną Kulczyk, musiał podzielić się majątkiem z byłą żoną. Mama Dominiki mówiła w wywiadzie dla „Wprost”, że nie myśli o tym, co odziedziczą po niej dzieci, bo pochodzi z takiego domu, gdzie majątkiem, jaki się wynosiło, były dobre wychowanie i wykształcenie.

eprasa.pl 88247e8817

Jan Kulczyk oddał zaś swoim dzieciom praktycznie wszystko, co miał. Brat Dominiki odziedziczył główne biznesy ojca. Dominika wzięła większą część gotówki, przejęła rodzinną fundację oraz jedną, bardzo ważną spółkę. To notowana na warszawskiej giełdzie Polenergia, największy prywatny koncern energetyczny w Polsce. Pod skrzydłami Dominiki Kulczyk Polenergia konsekwentnie realizuje swoją strategię, zgodnie z którą ma stać się największą, prywatną grupą energetyczną w tej części Europy. W tym czasie cena jednej akcji spółki wzrosła z około 20 do niemal 90 zł. Równie mocno jak biznes, Dominikę Kulczyk pochłania filantropia. Zaledwie parę tygodni temu media obiegła wieść, że najbogatsza Polka przejmuje zabytkową willę pod Paryżem, w której to mieszkała polska noblistka – Maria Skłodowska-Curie. W zabytkowej posiadłości Kulczyk chce stworzyć Dom Siostrzeństwa, który nawiązywałby do ostatniego projektu filantropki – koalicji kobiet

eprasa.pl 88247e8817

umacniającej polsko-ukraińską przyjaźń i solidarność z Ukrainkami uciekającymi przed wojną. Podparyską posiadłość chciał również przejąć polski rząd, ale po miesiącach starań nic z tego nie wyszło. Zabytek ocaliła Dominika Kulczyk.

eprasa.pl 88247e8817

LOTTO
EURO JACKPOT
DOŚWIADCZAJ WIĘCEJ
TY TEŻ MOŻESZ ZNALEŹĆ SIĘ
NA LIŚCIE NAJBOGATSZYCH POLAKÓW
ZAGRAJ W EUROJACKPOT!
ZAGRAJ NA LOTTO.PL
18+

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. MAREK WIŚNIEWSKI / Puls Biznesu / Forum, Shutterstock

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

5. SEBASTIAN KULCZYK
7 mld zł

Jan Kulczyk miał prosty patent na dziennikarzy. Kiedy kolejny męczył go wciąż tym samym pytaniem o to, jak zarobić pierwszy milion, doktor Jan zawsze odpowiadał cytatem z Oscara Wilde’a, że trzeba starannie dobrać sobie rodziców. Dziś nie wiadomo, ile w tym prawdy, bo rodzice irlandzkiego poety majętni wcale nie byli, ale wiadomo, że ojciec Sebastiana Kulczyka już tak. Po jego śmierci w 2015 roku Sebastian wraz z siostrą Dominiką odziedziczyli fortunę wycenianą na 16,5 mld zł. Parę lat później, kiedy skomplikowane procedury spadkowe dobiegły końca, rodzeństwo poszło osobnymi drogami. Dominika zajęła się rodzinną fundacją i filantropią. Sebastian przejął najważniejsze biznesy ojca i od razu zaczął przestawiać je na nowe tory. Kulczyk senior był

eprasa.pl 88247e8817

typem przemysłowca. Jeśli miała być firma, to musiała być fabryka, dym z komina, tryskająca ropa i syczący gaz. Sebastian, którego największym biznesowym idolem pozostaje Elon Musk, biznes wyobrażał sobie zawsze inaczej. Głównie przez pryzmat nowych technologii. To dlatego w Szwajcarii zainwestował w spółkę Caravella z branży inżynierii genetycznej, a w Polsce w lidera obsługi e-commerce dla firm, czyli firmę Baselinker. Sam powołał Manta Ray, fundusz venture capital, który podobnych innowacyjnych biznesów ma szukać na całym świecie. Łącznie zaangażował się już w blisko 40 startupów wykładając na ten cel 180 mln euro. Ponadto, Sebastian od pięciu lat prowadzi również własny program akceleracyjny dla młodych przedsiębiorców InCredibles. Skorzystało z niego już 50 spółek – znane startupy z branży medycznej, transportowej czy farmaceutycznej.

Dzisiaj jeszcze lepiej widać, jak syn wychodzi z butów ojca, bo po dawnych składnikach imperium

eprasa.pl 88247e8817

doktora Jana właściwie już niewiele co zostało. Niedługo po jego śmierci pod młotek poszły udziały w piwnym gigancie SABMiller, które przez lata były najważniejszą częścią wielomiliardowej fortuny Kulczyków. Sprzedano też akcje Neconde Energy, które ojciec kupił, bo chciał wydobywać ropę w Nigerii. Nie ma już udziałów w spółce Centar, poszukującej surowców w Afganistanie. Nie ma Loon Energy Corporation, która miała koncesje na wydobycie ropy w Kolumbii i Peru. Nie wiadomo co stanie się ze spółką QKR, w której to z kolei Kulczyk senior razem z Katarczykami chciał poszukiwać minerałów w Afryce i Ameryce Południowej. Wiadomo natomiast, że Kulczyk junior chce sprzedać udziały w Autostradzie Wielkopolskiej, którą przecież budował jego ojciec. I tak z dawnych biznesów Sebastianowi zostanie właściwie tylko Ciech. Jego udziały w jednym z największych koncernów chemicznych w naszej części Europy są szacowane na ponad miliard złotych.

eprasa.pl 88247e8817

Jan Mucha
UNIMEBEL®
FABRYKA MEBLI

MEBLE NA POKOLENIA

WWW.UNIMEBEL.PL

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

6. JERZY STARAK
6 mld zł

Jego Polpharma przyniosła w zeszłym roku rekordowe 3,68 mld zł wartości sprzedaży. 40 proc. z tej kwoty pochodzi z eksportu. Firma produkuje co roku 400 mln opakowań leków. Gdyby ułożyć je obok siebie, można by nimi okrążyć Ziemię.

Starak w biznesie zaczynał jeszcze w latach 80. To wtedy założył jedną z największych firm polonijnych, czyli Comindex. Zajmowała się produkcją kosmetyków, sosów i przypraw. W latach 90. wprowadził do Polski międzynarodowe koncerny, np. Colgate-Palmolive, Nutricia, Sanofi czy BolsWessanen. Przełom nastąpił na progu nowego millenium, bo w 2000 roku Starak kupuje Polpharmę. Kontrolny pakiet akcji nabywa od państwa za 220 mln zł. Na bazie zakładów farmaceutycznych zaczyna tworzyć swoje lekowe imperium. Przejmuje sieradzką Medanę, specjalizują-

eprasa.pl 88247e8817

cą się w lekach dla dzieci. Od będącego na krawędzi bankructwa Biotonu kupuje z kolei dział produkcji antybiotyków. W 2012 roku nabywa Polfę Warszawa za prawie miliard złotych. Jednocześnie angażuje się w rozwój sektora biotechnologicznego. Tworzy Polpharma Biologics, firmę zajmującą się rozwojem i produkcją leków biopodobnych. Ambicją Staraka jest również wdrażanie w Polsce innowacyjnych programów badawczych we współpracy z polskimi naukowcami. W tym celu powstaje rodzinna spółka JJP Biologics, która pracuje nad rozwojem innowacyjnych cząsteczek biotechnologicznych.

Jerzy Starak pozostaje filarem polskiego biznesu. Od dekad utrzymuje się w czołówce listy 100 najbogatszych Polaków. Prywatnie, wielki miłośnik sztuki. Założyciel Fundacji Rodziny Staraków, która promuje polskich artystów i wspiera utalentowaną młodzież. Jego żona Anna Woźniak-Starak prowadzi w warszawskich Łazienkach ekskluzywną restaurację Belvedere.

eprasa.pl 88247e8817

Kave Home

TIMELESS COLLECTION

The Harmony of Nature

Szafka RTV Beyla - Sofa Singa - Komplet stolików Elmina

HISZPANIA · FRANCJA · WŁOCHY · ANDORRA · BELGIA · GRECJA · HOLANDIA · PORTUGALIA

eprasa.pl 8524768817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Darek Lewandowski, Shutterstock

7. ZBIGNIEW I MATEUSZ JUROSZKOWIE

5 mld zł

Firma syna pod koniec ubiegłego roku zadebiutowała na warszawskiej giełdzie. A firma ojca jest na niej obecna już od 2015 roku. Syn, czyli Mateusz Juroszek, prowadzi STS, największego prywatnego bukmachera w kraju. W zeszłym roku firma przyjęła zakłady bukmacherskie za prawie 4,5 mld zł. Ojciec, czyli Zbigniew Juroszek, to jeden z największych deweloperów na polskim rynku. W zeszłym roku sprzedał mieszkań za ponad 1,6 mld zł.

Juroszkowie pochodzą z południa Polski. Rodzina od pokoleń była związana z branżą budowlaną. Pradziadek Zbigniewa Juroszka, jeszcze w okresie międzywojennym, stawiał w USA wysokościowce. A on sam zaczynał karierę od pracy w firmie budowlanej

eprasa.pl 88247e8817

ojca. Dbał o dokumentację budowlaną. Ale jego pierwszym pomysłem na biznes nie była wcale deweloperka. Zaczął od handlu tekstyliami, które sprzedawał znanym polskim firmom odzieżowym Próchnik czy Vistula. Dopiero w latach 90. wszedł w branżę budowlaną. Trochę przypadkiem, bo kupił kilka hal do przechowywania tkanin, ale te wymagały remontu. Nie zlecił go zewnętrznej firmie, tylko zrobił go sam. Wyremontował jedną i wynajął. Potem kolejną i następną, aż wreszcie rzucił tekstylia i poszedł na całość w budownictwo. Przez zagraniczną konkurencję, która miała większe doświadczenie w stawianiu obiektów komercyjnych, zrezygnował z remontowania i podnajmowania hal. Poszedł w mieszkania. Do dziś jego Atal postawił ponad 22 tys. lokali.

eprasa.pl 88247e8817

Z miłości do pszczół i natury

Pszczoły to centrum naszego świata. My, pszczelarze, czujemy się szczególnie odpowiedzialni za ochronę tych niezwykłych owadów. To właśnie one zapylają 90% wszystkich drzew i krzewów owocowych. W Pasiekach Rodziny Sadowskich każdego dnia dbamy o **100 milionów pszczół** i robimy wszystko, aby żyło się im jak najlepiej.

W Pasiekach Rodziny Sadowskich dbamy o przyrodę, a ona odwdzięcza się tym, co najlepsze.
Do szklanych słoików przelewamy wyłącznie prawdziwy miód i świeże oleje tłoczone na zimno.

Poznaj to, co naturalnie najlepsze!

PASIEKISADOWSKICH.PL

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

7. ŁUKASZ NOSEK

5 mld zł

Jeden z członków mafii PayPala jak przed laty nazywano ojców założycieli gigantycznego koncernu umożliwiającego międzynarodowe płatności przez Internet. W 1998 roku to była mała firemka założona przez grupkę studentów. Dzisiaj potężny koncern finansowy wyceniany na amerykańskiej giełdzie na 93 mld dolarów. Dziesięć razy więcej niż jest wart PKO BP, czyli największy polski bank. Jednym z członków tej studenckiej grupki był Luke Nosek, a właściwie Łukasz Nosek.

Pochodzi ze Zgłobic niedaleko Tarnowa. Wyemigrował z rodzicami z Polski, kiedy miał trzy lata. Najpierw przedostali się do Austrii, a potem do USA. W Stanach ojciec Noska pracował przy projektach elektrowni atomowej. Jego mama była zatrudniona w znanym kon-

eprasa.pl 88247e8817

cernie chemicznym Castrol. Mimo tego, że Nosek wyemigrował z Polski pod koniec lat 70., to nadal tutaj wraca, ponieważ ma tutaj nadal część rodziny.

W Stanach Łukasz Nosek ukończył studia na Uniwersytecie Illinois. Nie bez powodu wybrał właśnie tę uczelnię. Słynie z bardzo dobrych kierunków informatycznych. To właśnie tam już w latach 50. prowadzono badania nad komputerami. A niedługo po pierwszej wojnie światowej polski inżynier z Włocławka, Józef Tykociński-Tykociner, na tym samym uniwersytecie zaprezentował pierwszy na świecie film z dźwiękiem. Swój wynalazek później opatentował, rozpoczynając rewolucję w światowym kinie.

Dzisiaj Łukasz Nosek jest inwestorem, doradcą, aniołem biznesu. Pieniądze ze sprzedaży PayPala zainwestował w Facebooka, Airbnb czy Spotify. Przez lata blisko współpracował z Elonem Muskiem. Gdyby nie zdolność Noska do zbierania pieniędzy od inwestorów, jedna z rakiet Muska nie miałaby szans na start.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. pospieszni.pl, Shutterstock

9. PAWEŁ MARCHEWKA
4,2 mld zł

Twórca i główny udziałowiec Techland S.A., firmy będącej drugim największym producentem gier w Polsce i jednym z większych w Europie. Firma powstała w 1991 roku. Początkowo zajmowała się głównie dystrybucją zachodnich gier w Polsce. Na przełomie 1993 i 1994 zaczęła tworzyć własne produkcje. Pierwsze międzynarodowe sukcesy odniosła dzięki grze „Call of Juarez” oraz „Dead Island”. Do światowej ligi firma przebiła się dzięki produkcji „Dying Light” z 2015 roku. Do końca 2021 gra ta sprzedała się w nakładzie ponad 20 milionów kopii. W lutym 2022 roku firma wypuściła na rynek „Dying Light 2.” W trzy tygodnie od premiery sprzedało się ponad 5 milionów egzemplarzy gry, a na platformie steam gra była najpopularniejszą pro-

eprasa.pl 88247e8817

dukcją w kategorii „horror” w całej historii platformy.

W przeciwieństwie do innych największych spółek z branży gamingowej firmie udało się utrzymać niezależność i nadal jest to spółka prywatna. Dzięki temu spółka może się rozwijać bez zewnętrznej presji inwestorów.

DEBIUT

10. WIESŁAW WAWRZYNIAK Z RODZINĄ

4,1 mld zł

Pierwszy gorzelnik III RP. Twórca i największy udziałowiec grupy AWW. Specjalizuje się w produkcji etanolu i bioetanolu na rynki chemiczne, spożywcze i farmaceutyczne. Zaczynał w 1991 roku od otwarcia pierwszej hurtowni alkoholi. 7 lat później już nie tylko handlował, ale zaczął też produkcję spi-

eprasa.pl 88247e8817

rytusu w prywatnej gorzelni w Lubczynie. Potem był już cały zakład rektyfikacji w Kaliszu. Później kolejne linie i kolejne zakłady. I tak powstało całe spirytusowe imperium Wawrzyniaków z przychodami przekraczającymi miliard złotych rocznie. Oprócz produkcji etanolu dla różnych gałęzi przemysłu czy wywarów gorzelniczych dla rolnictwa, Wawrzyniakowie mają też własne marki wódek i likierów: Jarzębiak, Alaska, Eskimo czy Calisia. Atutem produkcji jest fakt, że Wawrzyniakowie sami uprawiają zboże.

eprasa.pl 88247e8817

nobonobo®

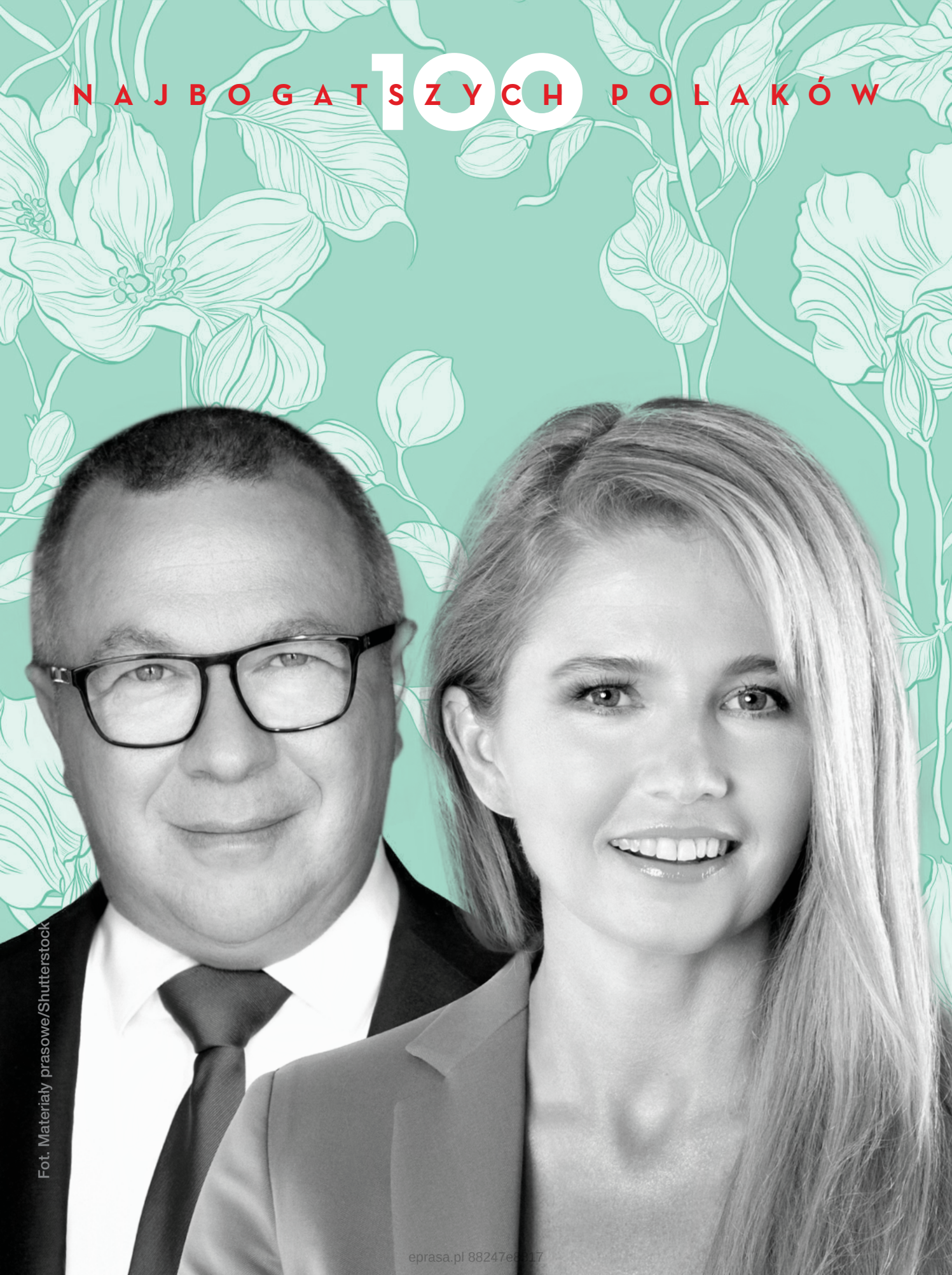
MAXXO

designed by Juanny Barceló Borges

nobonobo.pl

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW



Fot. Materiały prasowe/Shutterstock

eprasa.pl 88247e

11. MAŁGORZATA I MACIEJ ADAMKIEWICZ Z RODZINĄ

4 mld zł

Współwłaściciele Adamed Pharma – polskiej innowacyjnej firmy farmaceutyczno-biotechnologicznej. Firma powstała na bazie polskiej myśli naukowej i własnych patentów. Adamed zapewnia bezpieczeństwo lekowe milionom pacjentów w Polsce i innych krajach, przyczynia się do rozwoju branży farmaceutycznej w Polsce oraz polskiej gospodarki. Adamed Pharma, to dziś znana i międzynarodowa marka, której produkty dostępne są dla pacjentów w kilkudziesięciu krajach na świecie. Adamed nabył w 2017 r. firmę farmaceutyczną w Wietnamie, a w maju 2019 r. pakiet udziałów włoskiej Ecupharmy. Od 2001 r. przeznaczył ponad 1,9 mld zł na inwestycje i działalność R&D. Od 2001 r. Adamed prowa-

eprasa.pl 88247e8817

dzi prace nad lekami oryginalnymi. W 2020 roku Adamed zawarł wyłączną globalną umowę licencyjną z amerykańską firmą Acadia Pharmaceuticals na dalszy rozwój swojej innowacyjnej cząsteczki opracowanej w ramach platformy neuropsychiatrycznej do wykorzystania w leczeniu zaburzeń psychicznych.

Adamed jest firmą zaangażowaną społecznie. W 2022 r. przeznaczył na pomoc dla Ukrainy, w tym leki i środki pomocy medycznej, w sumie 5,5 mln zł. Powołana przez właścicieli Fundacja Adamed, od 2014 r. prowadzi działania na rzecz rozwoju nauki oraz współpracy środowisk naukowych, przemysłu medycznego i farmaceutyczno-biotechnologicznego. Prowadzi dwa programy ADAMED SmartUP - platforma wiedzy i program stypendialny dla najzdolniejszej młodzieży oraz Adamed Expert Fundacja, którego celem jest dostarczanie eksperckiej wiedzy medycznej.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Małgorzata i Maciej Adamkiewicz są absolwentami Wydziału Lekarskiego Akademii Medycznej w Warszawie. Obecnie zasiadają w Radzie Nadzorczej Adamed Pharma. Małgorzata posiada stopień doktora nauk medycznych, specjalizację I i II stopnia z chorób wewnętrznych oraz z endokrynologii. Jest członkiem Światowego Towarzystwa Endokrynologicznego, Wiceprezesem Zarządu Polskiej Rady Biznesu. Maciej posiada specjalizację z chirurgii, jest członkiem Międzynarodowego Towarzystwa Uroginekologicznego. Małgorzata i Maciej Adamkiewicz zostali w 2013 roku odznaczeni Złotym Krzyżem Zasługi Prezydenta RP. W 2019 roku zostali uhonorowani Medalem 100-lecia Odzyskania Niepodległości przyznawanym osobom zasłużonym dla polskiej gospodarki.

eprasa.pl 88247e8817

MARLEN
ITALY

Ignacy Jan Paderewski collection

eprasa.pl 88247e8817

50 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Tibor Huszar, Shutterstock

12. TOMASZ GUDZOWATY
3,3 mld zł

Jego ojciec Aleksander Gudzowaty, zakładając w latach 90. ubiegłego wieku spółkę PHZ Bartimpex, od początku uczynił go głównym udziałowcem. Po śmierci założyciela rodzinną fortuną zarządza syn, który ponadto inwestuje w inne przedsięwzięcia własnego pomysłu. Chociaż Tomasz Gudzowaty dzisiaj mocno angażuje się w biznes, to warto przypomnieć, że jest też jednym z najbardziej utytułowanych polskich fotografów. Ma na koncie ponad setkę międzynarodowych nagród.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. TEDI/NEWSPIX.PL / Newspix.pl, Shutterstock

13. ZBIGNIEW JAKUBAS
2,8 mld zł

Pozostaje jednym z największych inwestorów na warszawskiej giełdzie. W swoim portfelu trzyma pakiety kontrolne bijącej monety i odlewającej sztaby złota Mennicy Polskiej, producenta taboru kolejowego Newag czy wykonawcy infrastruktury Centrum Nowoczesnych Technologii. Jest jednym z nielicznych najbogatszych Polaków, który płaci podatki wyłącznie w Polsce. Angażuje się w promocję polskiej przedsiębiorczości i edukację ekonomiczną Polaków.

Rok temu ogłosił, że chce zainwestować 2 mld zł w branżę gospodarki odpadami. Jakubas chciałby postawić cztery instalacje termicznego spalania odpadów. Powstała w ten sposób energia cieplna i elektryczna będzie zasilała miasta, w których te inwestycje powstają.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Dzisiaj spółki kontrolowane przez Zbigniewa Jakubasa zatrudniają kilka tys. osób. Rocznie odprowadzają do polskiego budżetu 100 mln zł podatków.

13. DARIUSZ MIŁEK
2,8 mld zł

Po dramacie jaki jego sklepy przeżywały w pandemii, przyszedł czas odrodzenia. Zeszły rok był dla niego rekordowy, bo sprzedał produkty za ponad 7,6 mld zł. Dariusz Miłek kontroluje Grupę CCC z siedzibą w Polkowicach, w której skład wchodzą obuwnicze CCC, DeeZee i Grupa Modivo (eobuwie i Modivo). Z tą ostatnią planuje wejść na warszawską giełdę. Dotychczas zainwestowali w nią już Zygmunt Solorz, Rafał Brzoska, a ostatnio japoński Softbank, który finansował Ubera czy TikToka.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Andrzej Iwańczuk/REPORTER, Shutterstock

Mimo takich sensacji, kurs giełdowego CCC nie wygląda najlepiej. To za sprawą m.in. pandemii, która wydawałoby się, że odpuściła wszędzie na świecie, tylko nie w Chinach. Zamknięte porty, wyłączane fabryki, przerwy w dostawach prądu istotnie wpływają na łańcuchy dostaw. Sam biznesmen zapewnia, że ma już ten scenariusz przepracowany z najgorszych pandemicznych czasów i wierzy w rychły powrót do normalności.

eprasa.pl 88247e8817

DOMIKON
DOMY I KONSTRUKCJE

EKOLOGICZNE I ENERGOOSZCZĘDNE BUDOWNICTWO

WWW.DOMIKON.PL

DOMIKON SP. Z O.O., UL. PARKOWA 2, 97-216 CZERNIEWICE
+48 44 726 04 09, DOMIKON@DOMIKON.PL

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

15. LESZEK GIERSZEWSKI
2,7 mld zł

Dziennie potrafi wyprodukować 7 tys. okien. W 80 proc. trafiają one na eksport do sieci ponad 4,5 tys. partnerów handlowych rozsianych po całym świecie. Leszek Gierszewski jest twórcą i właścicielem spółki Drutex z Bytowa w województwie pomorskim. To jeden z największych producentów stolarki otworowej w naszej części Europy z przychodami sięgającymi 1,3 mld zł. Gierszewski nie zwalnia tempa. Chce podwoić moce produkcyjne swoich fabryk i już w 2025 roku osiągnąć sprzedaż na poziomie 2,6 mld zł.

eprasa.pl 88247e8817

Z NAMI TWOJE PLANY STAJĄ SIĘ REALNE

Stworzyliśmy IŁ Capital, by wspierać cele biznesowe naszych Partnerów. Zajmujemy się pozyskiwaniem gruntów dla deweloperów i oceną ryzyka: analizujemy, negocjujemy i konsultujemy projekty.

Prężnie działamy w świecie nieruchomości i finansów. Nasi Partnerzy i specjaliści dbają o to, by każda podejmowana decyzja gwarantowała realizację założonych celów. Odpowiadamy na wyzwania razem z Klientami i umożliwiamy ich rozwój.

Lukasik-capital.com

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Justyna RO JEK/East News, Shutterstock

eprasa.pl 88247e8817

16. ANTONI PTAK
2,6 mld zł

Zaczynał od ogrodnictwa, bo jako młody chłopak pomagał rodzicom prowadzić gospodarstwo w Ostrowach niedaleko Kutna. Hodował pomidory, ogórki, kwiaty. Kiedy miał kilkanaście lat, ciężko zachorował mu ojciec. Z rodzinnym biznesem został praktycznie sam. Ale miał apetyt na więcej. Na początku lat 90. obserwował, jak obwoźni handlarze sprzedają ubrania przy drodze w okolicach Tuszyna. Legenda głosi, że Ptak rozmawiał z nimi w dzień po dużej ulewie, grzęznąc po kostki w błocie. Wtedy w głowie zakiełkowała mu myśl budowy hali targowej dla kupców. Zaczął skupować działki rolne w okolicach Rzgowa i tak postawił pierwsze targowisko. Sam zresztą nie lubi, kiedy w ten sposób mówi się o jego biznesie, więc od początku pilnował, żeby zamiast

eprasa.pl 88247e8817

nazywać jego obiekt bazarem, mówiono o nim jak o centrum handlowym. Dopiął swego, bo dzisiaj jest właścicielem największego centrum handlowego w Europie. Pod Łodzią postawił prawdziwe miasto mody, gdzie zakupy u 2 tys. sprzedawców robi rocznie 9 mln klientów. Niedaleko centrum postawił również Mandorię, największy zadaszony park rozrywki w Polsce. Oprócz miasta mody stworzył też w podwarszawskim Nadarzynie Warsaw Expo, czyli największy ośrodek targowo-wystawienniczy w naszej części Europy. Dużo inwestuje za granicą. W Miami prowadzi własną sieć hoteli. Dysponuje nieruchomościami w najbardziej prestiżowych lokalizacjach w Europie.

eprasa.pl 88247e8817

Luksusowe Wille
z widokiem na panoramę Tatr.

Kup i zacznij zarabiać!

600 752 359

WILLEWITKACY.PL

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

17. ARKADIUSZ MUŚ
2,4 mld zł

Zeszły rok był dla jego spółki rekordowy. Przychody przebiły astronomiczną barierę 2,5 mld zł, a zysk netto sięgnął 330 mln zł. Powiększył się też udział eksportu, który dobił do 70 proc. Arkadiusz Muś jest twórcą i właścicielem firmy Press Glass z siedzibą w Konopiskach w południowej części powiatu częstochowskiego. To jeden z największych producentów szyb zespolonych dla budownictwa w Europie. To szkło od Musia pokrywa m.in. elewacje wieżowców na Manhattanie, warszawskiej hali Koszyki czy modernistycznego osiedla The Iceberg w Danii. Majątku nie odziedziczył, tylko dorobił się go sam. Lata własnym odrzutowcem, ma prywatne pole golfowe, ale też nie szczędzi pieniędzy na projekty edukacyjne. Od lat wspiera Fundację Obywatel-

eprasa.pl 88247e8817

skiego Rozwoju Leszka Balcerowicza, która ma na celu szerzyć wiedzę o gospodarce wolnorynkowej. Kilka miesięcy temu dołączył również do Klubu Partnerów Szkoły Głównej Handlowej obok tak znanych firm jak Samsung, Mastercard czy Microsoft.

18. ZBIGNIEW NIEMCZYCKI
2,2 mld zł

Weteran listy 100 najbogatszych Polaków. Od dekad utrzymuje się w czołówce naszego zestawienia. W latach 90. wielokrotnie sięgał po tytuł najbogatszego Polaka, ale później laur musiał oddać – najpierw Aleksandrowi Gudzowatemu, później Janowi Kulczykowi.

Niemczycki chociaż w styczniu obchodził 75 urodziny, to na emeryturę się nie wybiera. Ciągle prężnie działa w biznesie. Jego najważniejszą spółką

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Radosław NAWROCKI / Forum, Shutterstock

pozostaje Curtis Health Caps z siedzibą w Poznaniu. To trzeci największy producent kapsułek żelowych w Europie. Niemczycki wytwarza w nich leki i suplementy diety dla kilkuset czołowych koncernów farmaceutycznych. Ważnym składnikiem majątku pozostaje również fabryka obudów do telewizorów LG pod Mławą, gdzie wytwarza również podzespoły dla czołowych producentów sprzętu AGD oraz zabawki dla znanych marek dziecięcych. Z kolei na warszawskim Bemowie biznesmen prowadzi firmę lotniczą General Aviation Services. Ma własny hangar, który wykorzystuje do obsługi technicznej helikopterów i samolotów. W Juracie prowadzi z kolei luksusowy hotel „Bryza”, gdzie co roku spędza wakacje.

eprasa.pl 88247e8817

Luksusowe Wille
z widokiem na panoramę Tatr.

Kup i zacznij zarabiać!

600 752 359

WILLEWITKACY.PL

eprasa.pl 88247e8817

18. ZBIGNIEW KOMOROWSKI

2,2 mld zł

Największy producent żywności w Polsce. Produkuje mąkę, olej, jogurty, a nawet wódkę. Najważniejszym składnikiem majątku pozostaje Bakoma, znany wszystkim Polakom producent jogurtów, kefirów i deserów mlecznych. Imperium pozostaje w rodzinie. W biznesie oprócz Zbigniewa Komorowskiego działa jego żona Barbara i ich syn, Piotr. Komorowscy zaczynali w biznesie spożywczym od uprawy cebuli i jej przerabiania na susz. Później weszli w owoce. Głównie jabłka, z których wytwarzali wytłoki, pektynę i mrożonki na eksport. Produkcję jogurtów zaczęli w 1992 roku. To od pierwszych liter imienia i nazwiska Barbary Komorowskiej pochodzi nazwa firmy, czyli Bakoma.

Zbigniew Komorowski przez dwie kadencje był

eprasa.pl 88247e8817

senatorem z listy Polskiego Stronnictwa Ludowego. Był bliskim współpracownikiem Waldemara Pawlaka. W latach 1991-1993 przewodniczył senackiej Komisji Obrony.

eprasa.pl 88247e8817

LiRoyal™

Dlaczego LiRoyal?
Ponieważ, nasze produkty są wynikiem połączenia pasji, doświadczenia oraz tego co w naturze najcenniejsze.

Doświadcz mocy energii!
Wejdź do świata w którym znajdziesz nowego JA, zdrowszego, spokojniejszego, zakochanego w naturze.
To wszystko w oparciu o najwyższą jakość produktów premium w przystępnej cenie.

Tylko teraz!

-20% na wszystkie produkty spożywcze
oraz **-10%** na odzież konopną*
z kodem: WPROST

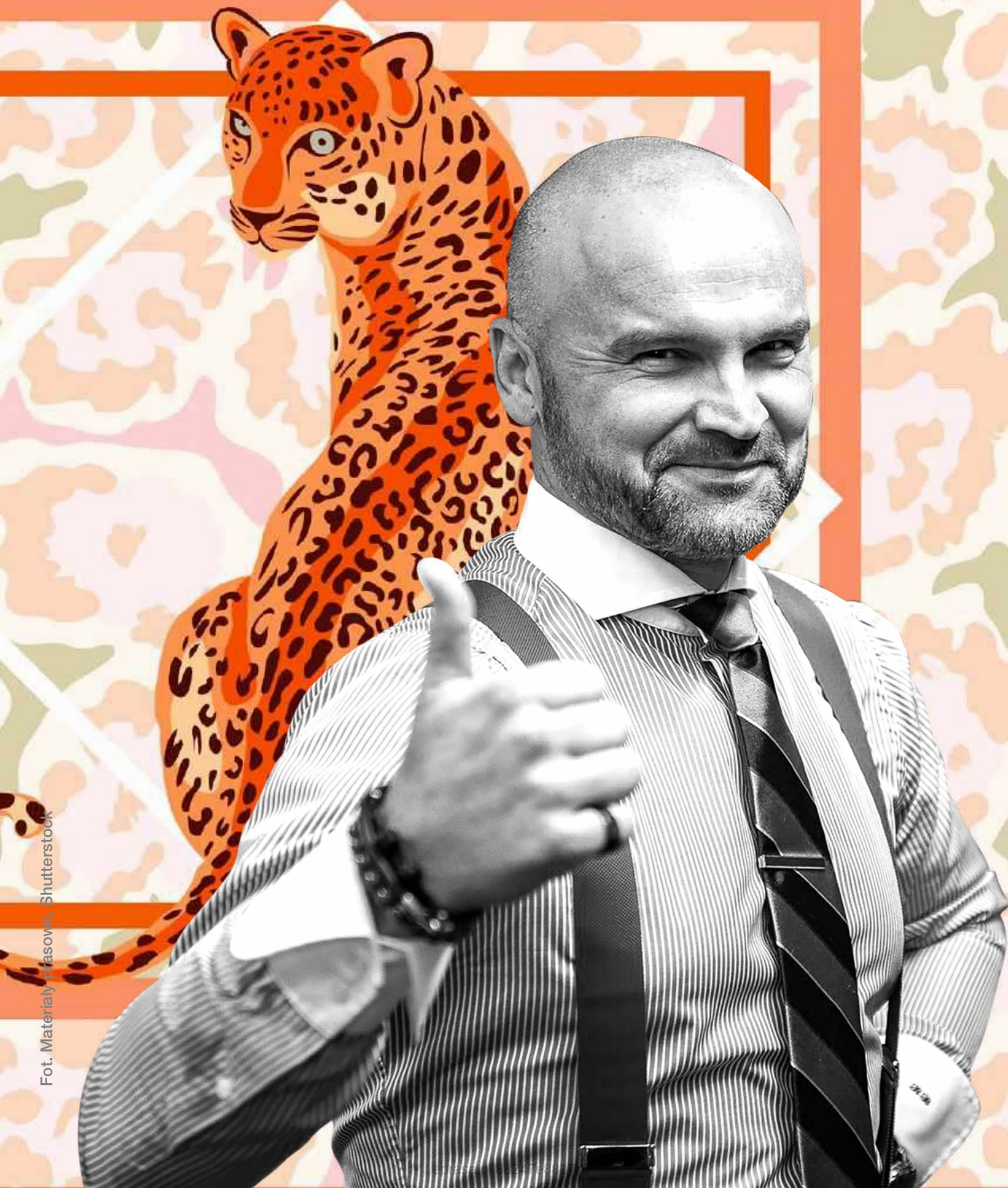
* Ilość produktów ograniczona.

#BeQuality

www.LiRoyal.pl

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW



Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

18. RAFAŁ BRZOSKA
2,2 mld zł

10 lat temu „Wprost” nagrał z nim krótki filmik, żeby pokazać, ile czasu trwa nadanie paczki przez jego paczkomat, a jak długo trzeba na to samo czekać w placówce Poczty Polskiej. Brzoska wszedł z paczką na pocztę i wyszedł z potwierdzeniem nadania po ponad 30 minutach. Za to w jego paczkomacie bez wypełniania żadnych druczków, pieczątek i nalepek ta sama czynność zajęła mu dokładnie 2 minuty. Ale jeszcze wtedy nikt w pomysł Brzoski nie wierzył. Wizja tego, że Polacy zamiast do okienka na poczcie, zaczną chodzić z paczkami do jakichś blaszanych kontenerów, była absurdalna. Dzisiaj z pomysłu Brzoski już nikt się nie śmieje. Siecią swoich paczkomatów oplótł całą Polskę i śmiało rozpycha się z nimi za granicą. Pod koniec ubiegłego roku w Polsce miał

eprasa.pl 88247e8817

już zainstalowanych ponad 16 tys. maszyn. 3 tys. w Wielkiej Brytanii, a pierwsze 300 sztuk we Francji.

W 2021 roku jego InPost wszedł na holenderską giełdę. Debiut był tak bardzo udany, że Brzoska od razu wskoczył do pierwszej dziesiątki najbogatszych ludzi w Polsce. Ale w ciągu roku akcje InPostu potaniały blisko połowę. Powodów przeceny jest kilka. InPostowi wyrosła konkurencja, bo swoje paczkomaty stawia też m.in. Orlen czy Allegro. Mimo pandemii, wciąż dobrze trzyma się rynek usług kurierów, którzy paczki dostarczają wprost do drzwi. Trzeci, chyba najbardziej prozaiczny powód, to po prostu wysoka pierwotna wycena firmy na giełdzie, która z czasem dobiła do bardziej racjonalnych poziomów.

Ale InPost to nie jedyny biznes Rafała Brzoski. Razem z Zygmuntem Solorzem zainwestował po 500 mln zł w Eobuwie.pl, wirtualny sklep z butami Dariusza Miłka z CCC. Na początku tego roku, dość nieoczekiwanie, Brzoska wszedł z kolei w branżę spożywczą.

eprasa.pl 88247e8817

Stał się właścicielem 90 proc. akcji Bakallandu, jednego z największych producentów bakalii w Polsce.

Brzoska w biznesie zaczynał jeszcze na studiach. W latach 90. składał komputery i sprzedawał je znajomym, nawet po 10 sztuk miesięcznie. Potem dowiedział się, że kokosy można zbić na ulotkach. Zainwestował w nie całe swoje oszczędności. Szło tragicznie. W akcie desperacji zamieścił ogłoszenie w „ Gazecie Wyborczej”: „Przyjmę zlecenie na roznoszenie ulotek. Tanio”. W wywiadzie dla „Wprost” mówił, że nie chce się zaharować do śmierci. – Chcę mieć coś z życia, kiedyś sprzedam biznesy i zacznę podróżować w to miejsce, które sobie wymarzyłem – opowiadał. Marzenie już się chyba ziściło, bo Brzoska podróżuje dużo i często ze swoją obecną partnerką, znaną prezenterką telewizyjną Omeną Mensah.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

21. ANDRZEJ WIŚNIOWSKI

2,1 mld zł

Twórca i właściciel firmy Wiśniowski spod Nowego Sącza. To jeden z największych na świecie producentów bram garażowych. W biznesie również zaczynał w garażu, gdzie jeszcze na początku lat 90. realizował pierwsze własne projekty bram wjazdowych. Dzisiaj jego firma przynosi blisko miliard złotych przychodów rocznie. Zatrudnia ponad 2 tys. osób. Do Wiśniowskiego należy również pięciogwiazdkowy hotel Heron nad jeziorem Rożnowskim w gminie Gródek nad Dunajcem. Ma też większościowy udział w nowosądeckim Centrum Materiałów Budowlanych Ramex.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Bartek Banaszak, Shutterstock

eprasa.pl 88247e8817

22. PRZEMYSŁAW GACEK

2 mld zł

Główny udziałowiec Grupy Pracuj. To największy serwis rekrutacyjny w naszej części Europy. Z usług firmy aktywnie korzysta ponad 80 tys. pracodawców. Co miesiąc serwisy z ogłoszeniami o pracę odwiedza ok. 7 mln użytkowników. W grudniu zeszłego roku firma zadebiutowała na warszawskiej giełdzie. W 2021 roku spółka przyniosła ponad 475 mln zł przychodów.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Adam Pluciński, Shutterstock

23. GRAŻYNA KULCZYK
1,9 mld zł

Prawniczka, przedsiębiorczyni, kolekcjonerka, a przede wszystkim fundatorka i zarzadzajaca fundacją, której misja są badania, organizowanie wystaw dotyczacych życia i tworczosci awangardowych artystek ze świata. W czasie ostatnich 20 lat działalności zorganizowała kilkaset różnych projektów artystycznych i badawczych. Od 2018 roku program wystaw jest organizowany w jej prywatnym Muzeum Susch w Szwajcarii. W rozbudowanych i troskliwie wyremontowanych obiektach poklasztornych, w których już pod koniec XII wieku warzono piwo dla pielgrzymów podróżujacych do Santiago de Compostella, stworzyla nowoczesne przestrzenie wystawiennicze i performatywne. Grażyna Kulczyk ma szczęście do browarów. Między innymi przez

eprasa.pl 88247e8817

ponad 15 lat była właścicielką ikonicznego Starego Browaru w Poznaniu, niezwykłego miejsca łączącego sztukę z handlem i kulturą wysoką. W 2015 roku miejsce to sprzedała. Poznański obiekt za 290 mln euro przejął niemiecki fundusz inwestycyjny.

eprasa.pl 88247e8817

24. BOGDAN I ELŻBIETA KACZMARKOWIE

1,8 mld zł

Jedni z najbardziej tajemniczych bohaterów na naszej liście. Prowadzą dwie gigantyczne spółki meblowe, które co roku wypracowują kilka miliardów złotych przychodów. Większość z nich trafia do Ikei, a warunki umowy ze Szwedami Kaczmarek miał ponoć negocjować osobiście z założycielem legendarnej firmy, zmarłym w 2018 roku Ingvarem Kampradem.

Poza meblami małżeństwo zainwestowało też w ubrania. To do nich należy znana marka odzieżowa Big Star, którą Kaczmarek założył z pomocą szwajcarskiego funduszu w 1990 roku. Dzisiaj sieć liczy już ponad 200 sklepów w całej Polsce.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

24. ANDRZEJ I ZYTA OLSZEWSCY

1,8 mld zł

Właściciele grupy Farmacol, czołowego dystrybutora środków farmaceutycznych w Polsce. Co roku sprzedaje pół miliarda sztuk różnych produktów medycznych. Prowadzi centra logistyczne w największych polskich miastach. Realizuje dostawy do aptek, przychodni i 700 szpitali. Farmacol prowadzi również własną sieć aptek o nazwie Cefarm 36,6.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Rafał Siderski, Shutterstock

26. HENRYK STOKŁOSA
1,7 mld zł

Jeden z największych producentów żywności w kraju. Zarządza kilkunastoma spółkami z branży rolnej, spożywczej, przemysłowej, restauracyjnej i mediowej. Zatrudnia kilka tysięcy osób, głównie z terenów byłego województwa pilskiego. Jego biznesy przynoszą ok. 2 mld zł przychodów rocznie.

26. GRZEGORZ ĆWIK
1,7 mld zł

Współwłaściciel spółki Agata – jednego z największych sprzedawców mebli w Polsce. Prowadzi obecnie 32 salony wielkopowierzchniowe z artykułami wyposażenia wnętrz od 250 różnych

eprasa.pl 88247e8817

producentów. Początki firmy sięgają jeszcze początków lat 50. ubiegłego wieku, kiedy to powstało państwowe przedsiębiorstwo Bytomskie Fabryki Mebli. W latach 70. spółka przeniosła siedzibę z Bytomia do Katowic. W 1994 roku została zamieniona na jednoosobowy podmiot należący do Skarbu Państwa, a następnie sprywatyzowana. Trafiła do rodziny Ćwików, którzy z kolosa na glinianych nogach zrobili nowoczesne przedsiębiorstwo, notujące rok w rok zysk grubo przekraczający 100 mln zł.

26. SEBASTIAN ĆWIK
1,7 mld zł

Jeden z trzech udziałowców sprzedawcy mebli Agata.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

26. MARCIN ĆWIK
1,7 mld zł

Współwłaściciel spółki Agata. Najmłodszy udziałowiec i wiceprezes firmy.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Rafał Klimkiewicz, Shutterstock

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

30. TOMASZ DOMOGAŁA
1,6 mld zł

Śląski inwestor i jeden z najmłodszych bohaterów na naszej liście 100 najbogatszych.

Właściciel TDJ – rodzinnej firmy inwestycyjnej, w ramach, której mocno dywersyfikuje portfel aktywów. Kiedyś tylko przemysłowy, na czele z produkującą maszyny dla górnictwa Grupą Famur, i PGO, krajowym liderem w produkcji odlewów i odkuwek. Obecnie kontroluje również spółkę Teamtechnik odpowiedzialną za produkcję automatycznych linii montażowych dla sektora automotive, markę kosmetyczną MIYA Cosmetics, czy też lidera konsolidacji na polskim rynku weterynaryjnym – Edina Vetcare Group. 37-letni Domogała przestawia skostniały przemysłowy biznes na nowoczesne, zielone tory. Pierwsze kroki w tym kierunku zrobił inwestując

eprasa.pl 88247e8817

w sektor fotowoltaiczny. Posiada już projekty solarne o łącznej mocy blisko 1,9 GW. To więcej niż jest w stanie wygenerować ZE PAK Zygmunta Solorza. W listopadzie zeszłego roku Domogała ogłosił, że wyda 200 mln zł na startupy działające w przyszłościowych branżach: OZE, automatyzacji, magazynowania energii. Pierwszą inwestycją w ramach tej strategii jest warszawski startup Talkin' Things. Wcześniej TDJ zainwestował m.in. w jedne z najdynamiczniej rozwijających się polskich startupów – Tylko i Stethome.

Tomasz Domogała jest również aktywny na rynku nieruchomości. Po inwestycjach komercyjnych i mieszkaniowych na Śląsku TDJ rozpocznie nowe projekty w innych regionach Polski.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Mikołaj Kuras / Agencja Wyborcza, Shutterstock

30. ROMAN I GRAŻYNA KARKOSIKOWIE

1,6 mld zł

Kiedyś rekin warszawskiej giełdy, dzisiaj na Sali Notowań przy Książęcej można zobaczyć kursy akcji tylko dwóch jego spółek. Ta najważniejsza to Boryszew, największy składnik majątku toruńskiego miliardera. Kiedyś kojarzono ją z produkcją legendarnego płynu do chłodnic Borygo, dzisiaj to przede wszystkim gigantyczny gracz w branży motoryzacyjnej. Co piąty samochód jeżdżący po Europie ma jakiś komponent wyprodukowany w fabryce Karkosika. Oprócz Boryszewa kontroluje również udziały w producencie suplementów diety Skotan. Z giełdy postanowił zdjąć za to dwie inne firmy: produkującą rury stalowe Alchemię i skupującą złom oraz walcującą blachy spółkę Impexmetal.

eprasa.pl 88247e8817

Tę ostatnią sprzedał dwa lata temu szwedzkiemu koncernowi Gränges.

30. JAKUB ZABŁOCKI
1,6 mld zł

W zeszłym roku po trzyletniej przerwie wrócił na naszą listę. W 2018 roku, kiedy był na niej ostatnio, miał majątek wyceniany na niecałe pół miliarda złotych. Dzisiaj, z trzykrotnie większą kwotą, utrzymuje się już w czołówce zestawienia. Jakub Zabłocki kontroluje znany dom maklerski XTB Brokers. To jeden z największych brokerów w Europie, który daje klientom platformę do handlu walutami czy surowcami. Działa poprzez sieć 13 oddziałów w Niemczech, Wielkiej Brytanii, Chile czy Francji. Zabłocki ukończył Wydział Ekonomiczny Uniwersytetu Łódzkiego. Po studiach pracował jako

eprasa.pl 88247e8817

analityk w Gilette czy BRE Banku. Później jako trader walutowy. Ale postanowił rzucić etat i otworzyć własny biznes. Dzisiaj jego firma jest wyceniana na warszawskiej giełdzie na ponad 2,2 mld zł.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Tomasz Jodłowski, Shutterstock

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

33. KRZYSZTOF PAWIŃSKI
1,5 mld zł

Prezes i współudziałowiec giganta spożywczego Maspex z siedzibą w Wadowicach. To jeden z największych koncernów spożywczych w naszej części Europy. W swoim portfolio ma 70 marek, w tym tak znane jak makarony Lubella, soki Tymbark, dżemy Łowicz, ketchupy Kotlin, przetwory Krakus czy napoje musujące Plusssz. Na początku tego roku wszedł w kompletnie nową branżę, przejmując od Rosjan znane polskie marki wódek, jak Żubrówka, Soplica czy Absolwent. Krzysztof Pawiński miał zostać naukowcem. Obronił przecież tytuł doktora na Akademii Górniczo-Hutniczej w Krakowie. Kształcił się również na Uniwersytecie Technicznym w Clausthal-Zellefeld w zachodnich Niemczech. To właśnie podróże młodego naukowca do Reichu zain-

eprasa.pl 88247e8817

spirowały do otworzenia biznesu w Polsce. Zaczęło się od prostego patentu sprowadzania z Niemiec do Polski tego, czego u nas nie było. Do importu Pawiński skrzyknął kolegów: Zdzisława Stuglika, Jerzego Kasperczyka, Sławomira Rusinka i Józefa Szczura. Pierwsze były zabielacze do kawy i kakao. Śmietanki w proszku sprzedawali w Polsce pod marką Coffeeta. Kakao zyskało legendarną już nazwę – DecoMorreno. Później przyszedł czas na kolejne produkty – herbatki owocowe Ekoland, gorącą czekoladę La Festa czy kakao dla dzieci Puchatek. W 1995 roku ruszyła produkcja soków Kubuś, do dzisiaj jednej z najbardziej znanych marek w portfelu Maspeksu. W zeszłym roku spółka po raz kolejny powiększyła przychody, sprzedając żywność za ponad 6 mld zł. 36 proc. z tej kwoty pochodzi z eksportu.

eprasa.pl 88247e8817

33. JERZY KASPERCZYK
1,5 mld zł

Współzałożyciel i współwłaściciel Grupy Maspex. Podobnie jak inni kontroluje 16,7 procent akcji firmy. Odpowiadał za budowę siatki dystrybucji. Więcej o firmie w notce o Krzysztofie Pawińskim.

33. SŁAWOMIR RUSINEK
1,5 mld zł

Współwłaściciel grupy Maspex. W przeszłości odpowiadał za operacje zagraniczne firmy. Aktualnie zasiada w radzie nadzorczej. Więcej w notce o Krzysztofie Pawińskim.

eprasa.pl 88247e8817

33. ZDZISŁAW STUGLIK
1,5 mld zł

Jeden z sześciu udziałowców wadowickiego Maspeksu. Absolwent AGH. W firmie odpowiedzialny za produkcję, technologie i inwestycje.

33. JÓZEF SZCZUR
1,5 mld zł

Współzałożyciel i współwłaściciel Maspeksu. Kontroluje 16,7 proc. akcji. Obecnie bezpośrednio nie angażuje się w działalność firmy, ale jest członkiem rady nadzorczej. Dzięki temu jest obecny przy podejmowaniu najważniejszych decyzji dotyczących przyszłości firmy. Prywatnie jest fanem awiacji. Więcej o firmie w notce o Krzysztofie Pawińskim.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Tomasz Wilczkiewicz, Shutterstock

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

33. MACIEJ OLEKSOWICZ
1,5 mld zł

Kontroluje ok. 26 proc. udziałów w giełdowej spółce Inter Cars. To europejski gigant w sprzedaży części. W zeszłym roku koncern osiągnął rekordowe 12,2 mld zł przychodów, z czego niecałe 700 mln zł stanowił zysk netto. Oleksowicz zadebiutował na naszej liście rok temu. Wszystko za sprawą prezentu od ojca, Krzysztofa Oleksowicza, który dokładnie w sylwestra 2020 roku postanowił przekazać swojemu synowi udziały w założonej przez siebie spółce.

eprasa.pl 88247e8817

39. JACEK FURMAN
1,4 mld zł

Prezes zarządu Aflofarm. To największy producent leków bez recepty w Polsce. Ma na rynku ponad 115 marek produktowych. Wśród nich popularny Desmoxan, Neosine czy Dafurag. Swój towar eksportuje na 30 rynków na całym świecie.

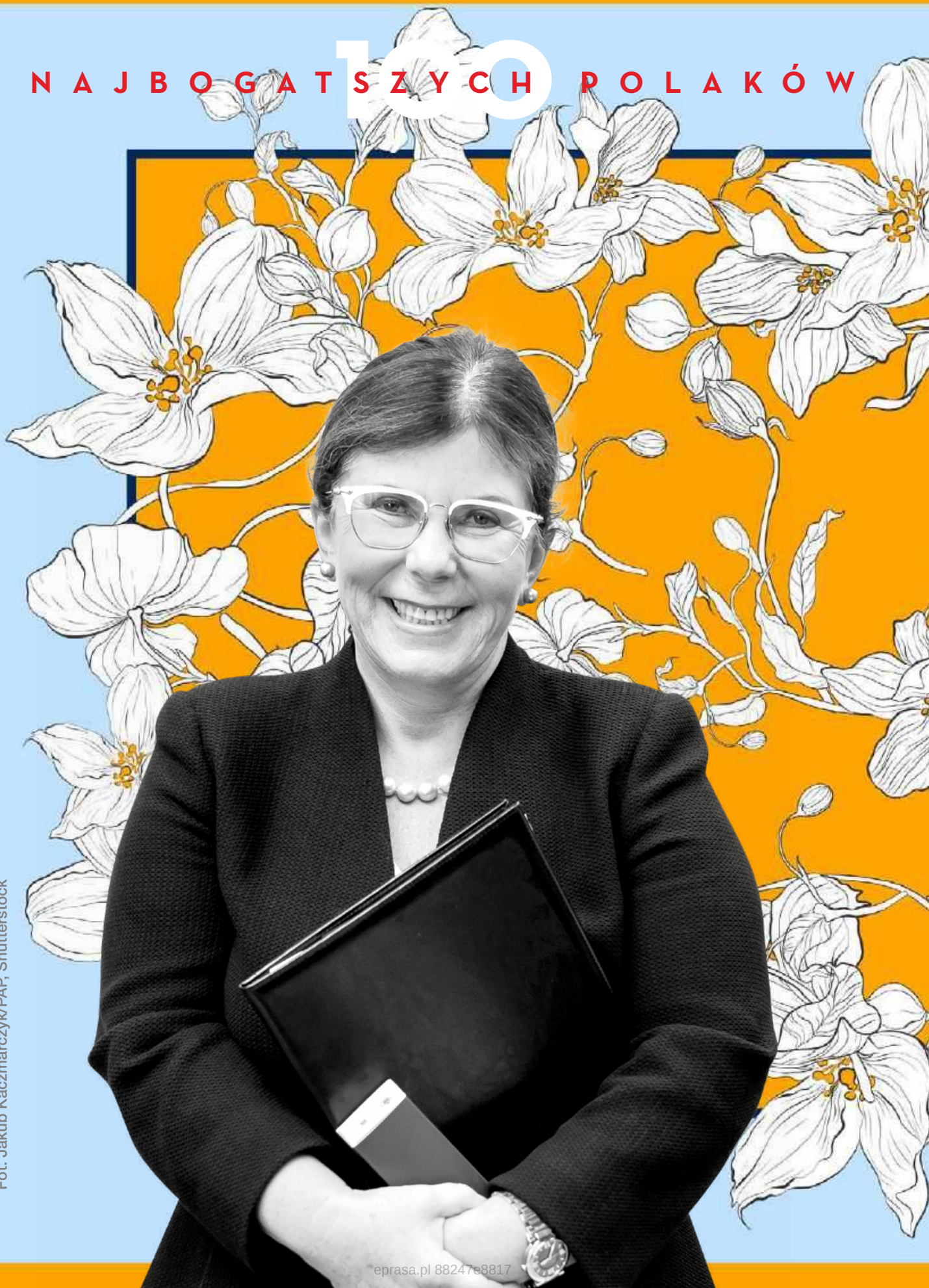
39. WOJCIECH FURMAN
1,4 mld zł

39. TOMASZ FURMAN
1,4 mld zł

Pozostali dwaj współwłaściciele pabianickiego producenta leków Aflofarm.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW



Fot. Jakub Kaczmarczyk/PAP, Shutterstock

eprasa.pl 88247e8817

42. KRZYSZTOF I SOLANGE OLSZEWSCY

1,35 mld zł

Twórcy potęgi Solarisa, największego producenta autobusów w Polsce. Dzisiaj cieszący się emeryturą rentierzy, którzy odcinają kupony od fortuny wartej 300 mln euro, bo za taką kwotę mieli sprzedać motoryzacyjny biznes Hiszpanom w 2018 roku. Na co dzień mieszkają w Szwajcarii, chociaż pod Poznaniem prowadzą zagrodę szczęśliwych zwierząt jak nazywa się wielohektarowe gospodarstwo, gdzie lata temu miała działać jedna z fabryk Solarisa. Hodują krowy rasy jersey, świnie rzadkiej węgierskiej odmiany mangalica, gęsi kubańskie czy kaczki biegusy indyjskie. Zwierzęta żyją swobodnie bez chlewu, obory czy kurnika. O uboju nie ma mowy.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

POWRÓT

43. JAROSŁAW PAWLUK

1,3 mld zł

Mówią o nim król logistyki, bo założona przez Pawluka w latach 90. firma spedycyjna CTL Logistics trafiła do grona 5 największych prywatnych przewoźników towarowych w Europie. Giganta sprzedał jednak Brytyjczykom za 1,4 mld zł. Pozostał jedną w nogą w branży, bo po rozwodzie z CTL utworzył firmę Trac Tec, dostarczającą elementy nawierzchni kolejowej. Firmę kontroluje przez niemiecką spółkę Fusion Invest GmbH.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

POWRÓT

43. RODZINA KORAL
1,3 mld zł

Legendarni producenci lodów z Nowego Sącza. Swoją działalność rozpoczęli pod koniec lat 70tych, produkując lody w sposób rzemieślniczy w małym zakładzie cukierniczym w Limanowej. Z upływem czasu z niewielkiej spółki powstało słodkie imperium PPL Koral, które obecnie posiada ponad jedną piątą udziałów na krajowym rynku lodów. Mimo ogromnej skali biznesu nadal zachowują rodzinny charakter firmy. Trudno nie znać lodów ich produkcji, sygnowanych markami Koral i Bracia Koral - Lody jak dawniej. Przez lata reklamowały je największe gwiazdy muzyki i ekranu, m.in.: Katarzyna Figura, Maryla Rodowicz, Daniel Olbrychski, Doda, Joanna Krupa, Zbigniew Wodecki czy Artur Żmijewski.

eprasa.pl 88247e8817

Od kilku lat firmą zarządza młode pokolenie, czyli dzieci jednego z braci Koral - założycieli lodowego biznesu. Ubiegły rok był dla firmy rekordowy. Sprzedali produkty za ponad pół miliarda złotych, osiągając przeszło 79 mln zł zysku netto.

43. GRZEGORZ GRZELAK
1,3 mld zł

Zaczynał jak wielu globalnych miliarderów, czyli w fabryce zlokalizowanej w przydomowym garażu. To tam powstawały pierwsze kleje do glazury według receptury Grzegorza Grzelaka i jego wspólnika Andrzeja Walczaka. Panowie pomysł na biznes przywieźli z Niemiec. To tam jeszcze w latach 80. ubiegłego wieku zajmowali się remontami domów. W Polsce zresztą też wykańczali wnętrza, ale robota nie szła już tak gładko jak na zachodzie. Głównie

eprasa.pl 88247e8817

przez brak jakościowych materiałów: klejów, szpachli, zapraw. Ta beznadzieja w branży zainspirowała ich do budowy własnego biznesu. Dzisiaj łódzki Atlas jest jednym z największych producentów chemii budowlanej w Europie. Produkuje kleje, fugi, zaprawy, gipsy, gładzie, grunty, farby, impregnaty, ocieplenia i tak można by wymieniać jeszcze długo. W skład grupy wchodzi 20 podmiotów odpowiedzialnych za kilkanaście marek. Grzelak i Walczak zatrudniają w sumie ponad 2,5 tys. ludzi, a ich firma przynosi niecałe miliard przychodów rocznie.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Marek Podmoki / Agencja Wyborcza, Shutterstock

a.pl 88247e8817

43. ADAM BACHLEDA-CURUŚ Z RODZINĄ

1,3 mld zł

Rodzina Bachleda-Curuś jest jedną z najstarszych na Podhalu. Założyciel rodzinnej firmy Adam Bachleda-Curuś wraz z synami od lat skupiają działalność biznesową w obszarze nieruchomości, hotelarstwa, produkcji, rolnictwa oraz handlu. Rodzinna firma działa jako Bachleda Grupa Inwestycyjna prowadząc z powodzeniem działalność hotelarską. Należy do niej między innymi czterogwiazdkowy hotel Mercure Kasprowy Zakopane, pięciogwiazdkowy Bachleda Resort w Zakopanem, hotel Wersal Zakopane oraz pięciogwiazdkowy MGallery Collection Bachleda Luxury Hotel w Krakowie. Grupa realizuje również ekskluzywne kompleksy mieszkaniowe oraz jest właścicielem utytułowanych i reno-

eprasa.pl 88247e8817

mowanych restauracji, w tym między innymi restauracji Góralska Tradycja i restauracji Grand Kasprowy w Zakopanem oraz restauracji Gavi w Krakowie.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

47. MARCIN IWIŃSKI
1,2 mld zł

W ciągu roku jego majątek spadł o połowę, bo również przez rok kurs akcji CD Projektu stopniał o ponad 46 proc. Iwiński pozostaje największym udziałowcem znanego producenta gier od takich hitów jak "Wiedźmin" czy "Cyberpunk 2077". Kurs akcji spada, bo kolejni analitycy nie nastrajają inwestorów do kupna akcji. Ich zdaniem spółka nie ma czym zaskoczyć rynku w najbliższym czasie. Nie szykuje dużych premier nowych produkcji, a jedynie dodatki do tych, które już wypuściła. To zdaniem ekspertów za mało, żeby utrzymywać tak wysoką wycenę dla całej spółki, więc ta sukcesywnie spada.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

47. LESZEK BORUCH
1,2 mld zł

Współwłaściciel kilkunastu spółek z branży rolniczej i energetycznej. Potentat na rynku środków ochrony roślin. W 1990 roku w Mogilnie w województwie kujawsko-pomorskim założył Przedsiębiorstwo Usługowo-Handlowe „Chemirol”. Zaczynał od handlu nawozami i nasionami. Dzisiaj prowadzi kompleksowe doradztwo dla rolników, a w jego sklepie można znaleźć praktycznie wszystko: od nawozów, przez pasze, po urządzenia i maszyny ogrodnicze. Spółka przekroczyła już astronomiczną barierę 2 mld zł przychodów rocznie, a cała grupa kapitałowa, która skupia również inne spółki Borucha, realizuje już co roku obroty na poziomie 3 mld zł.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

eprasa.pl 8824768817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

47. KRZYSZTOF SUSKI
1,2 mld zł

Właściciel Euro Holdingu, rodzinnej grupy firm, które inwestują w czterech głównych branżach: telekomunikacji, nieruchomości, energetyki i nowych technologii. Krzysztof Suski ma udziały w spółkach GE Infrastruktura, Grupa Energia GE i Grupa Energia Obrót zajmujących się sprzedażą i dystrybucją energii elektrycznej oraz zarządzaniem siecią energetyczną. Jest też głównym udziałowcem spółek Starnet i Citimedia, które dostarczają kompleksowe usługi telekomunikacyjne, w tym Internet, telefonię stacjonarną, komórkową, budowę sieci telekomunikacyjnych i światłowodowych.

Jednak najważniejszym składnikiem jego majątku są nieruchomości. Należy do niego kilkadziesiąt tysięcy metrów kwadratowych powierzchni biurowej

eprasa.pl 88247e8817

w centrum Warszawy. Łączna wartość obiektów jest wyceniana na ponad 900 mln zł. Nieruchomościami zarządza firma Sky Estate.

W rodzinnym biznesie obecne jest nowe pokolenie. Syn Krzysztofa Suskiego, Michał Suski pełni funkcję Dyrektora ds. Rozwoju w spółce specjalizującej się we wdrażaniu innowacyjnych rozwiązań technologicznych dla przestrzeni komercyjnych oraz Retailu. Do portfolio firmy Dasoft należą między innymi systemy Digital Signage, Dynamic Pricing (tzw. elektroniczne etykiety) oraz rozwiązania dedykowane do Retailu, takie jak cyfrowa mapa sklepu, inteligentne wózki, inteligentne półki, systemy odbioru zamówień internetowych czy też systemy zarządzania ruchem klientów.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

eprasa.pl 88247e

50. TERESA MOKRYSZ
1,1 mld zł

Najbogatsza Ślązaczka, której firma przynosi co roku ponad miliard złotych przychodów. Pochodzi z Istebnej. Wychowała się w góralskim domu z tradycjami, ale nie wytrzymała w nim zbyt długo. Już jako 14-latka przeprowadziła się do internatu. Marzyły jej się prawnicze studia, ale po śmierci ojca rodziny nie było stać na utrzymanie studentki. Pomogli więc teściowie, którzy wsparli jej edukację na Uniwersytecie Ekonomicznym w Katowicach. Kazimierz Mokrysz, mąż Teresy, zaczął działać w biznesie. Produkował elementy budowlane, później wypiekał paluszki. Ona dostała pracę urzędniczki w ustrońskim magistracie. Ale rzuciła państwową posadę, żeby pomóc mężowi w biznesie. Rozhulał się już na tyle, że w latach 80. zatrudniał 150 osób. Tere-

eprasa.pl 88247e8817

sa Mokrysz do rodzinnej już firmy dołożyła swój własny pomysł na biznes, który podsunął jej pewien pasażer w samolocie do Londynu. Siedziała obok przedstawiciela holenderskiej firmy wytwarzającej śmietankę w proszku do kawy. I tak zaczęła się historia Mokate, która obok słynnej już na całą Polskę śmietanki zajęła się produkcją równie popularnego cappuccino oraz innych kaw i herbat.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

50. BOGDAN WIĘCEK
1,1 mld zł

Właściciel jednej z najbardziej dynamicznie rozwijających się firm w Polsce. Zaledwie w ciągu roku pomnożył zyski aż pięciokrotnie. Jest właścicielem spółki Budmat z jego imieniem i nazwiskiem w nazwie. Od ponad 30 lat produkuje i sprzedaje dachy, pokrycia dachowe i systemy rynnowe. W zeszłym roku firma osiągnęła rekordowe 2,8 mld zł przychodów. Z czego 13 proc. pochodziło z eksportu.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Piotr Waniorek, Shutterstock

50. ADAM I JERZY KRZANOWSCY
1,1 mld zł

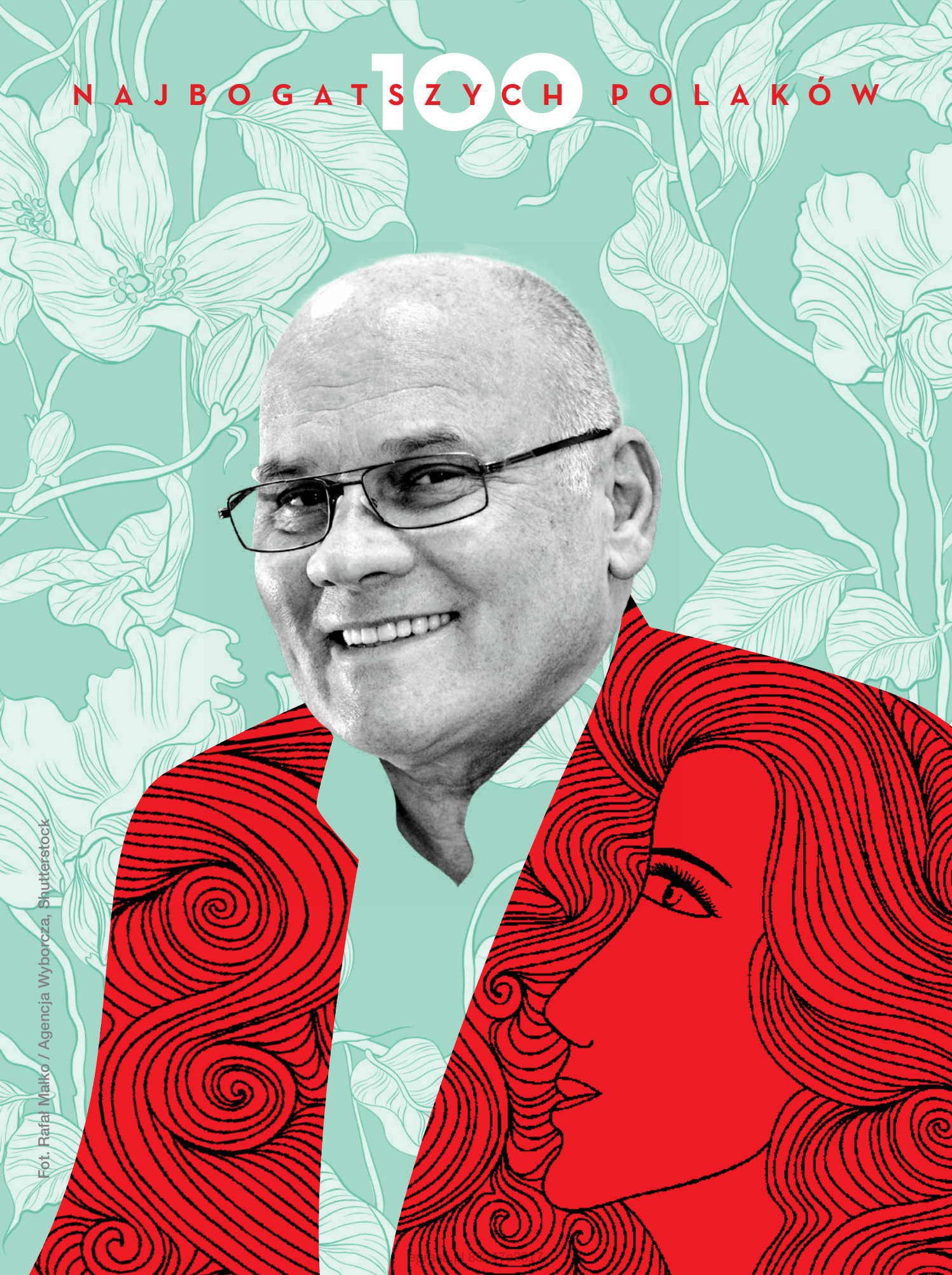
W zeszłym roku sprzedali meble za ponad 1,7 mld zł, z czego aż 90 proc. zamówień trafiło na rynki zagraniczne. W Krośnie na Podkarpaciu prowadzą Nowy Styl, międzynarodowego giganta w produkcji mebli biurowych. Dostarczają je do ponad 100 krajów. Zaaranżowali tysiące przestrzeni dla organizacji różnej wielkości, z wielu branż i zakątków Europy i świata. Prowadzą własne struktury i biura w 18 krajach Europy i Bliskiego Wschodu. Zatrudniają ponad 5,9 tys. pracowników. Krzanowscy są mistrzami przejęć. W 2013 roku kupili konkurentów w Niemczech i Holandii. Rok później przejęli znaną szwajcarską firmę Sitag, oferującą wysokiej jakości meble biurowe. Z kolei w 2019 roku kupili 100 proc. akcji rodzinnej niemieckiej firmy Kusch+Co z 80-let-

eprasa.pl 88247e8817

nią historią oraz aktywa we Francji. Oprócz biznesu meblarskiego, Krzanowscy weszli też w gastronomię. Jerzy Krzanowski zainwestował w należącą do Roberta Lewandowskiego restaurację NINE’s w centrum Warszawy.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW



Fot. Rafał Malko / Agencja Wyborcza, Shutterstock

53. ZENON ZIAJA
1 mld zł

Pierwsze kremy kręcił w kupionej za pożyczone pieniądze maszynie do lodów. Był to krem oliwkowy, który do dzisiaj można znaleźć w portfolio firmy. Jego Ziaja to dzisiaj jeden z największych producentów kosmetyków w Polsce. Co roku wytwarza ponad 80 mln sztuk różnego rodzaju specyfików do pielęgnacji twarzy, ciała, włosów czy jamy ustnej. Niedawno wszedł w produkcję leków bez recepty, oferując m.in. żele i maści przeciwbólowe.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Radosław NAWROCKI / Forum, Shutterstock

53. WIESŁAW LIKUS
1 mld zł

W biznesie łączy przeszłość z przyszłością. Wraz z rodziną kontroluje Grupę Likus Hotele i Restauracje. To butikowe obiekty mieszczące się w zabytkowych, odrestaurowanych budynkach, o wielkiej wartości historyczno-kulturowej. Wszystkie spełniają ideę współistnienia zabytku najwyższej klasy oraz nowoczesnego hotelu. Kilka lat temu do tego grona dołączył Hotel Warszawa mieszczący się w historycznym budynku Prudential. Cechą wspólną wszystkich obiektów jest niezwykła dbałość o szczegóły i detale, mające na celu przywrócić i podkreślić blask ich świetności. We wnętrzach hoteli nie brakuje elementów świadczących o ich długiej i pięknej historii. Znajdziemy tam zachwycające oryginalne średniowieczne freski, drewniane renesansowe stro-

eprasa.pl 88247e8817

py oraz dekoracyjne XIX-wieczne detale architektoniczne. Do rodziny Likusów należą również liczne nieruchomości w tym ekskluzywny Dom Handlowy Vitkac, gdzie znaleźć można butiki najdroższych i najbardziej ekskluzywnych marek na świecie w tym m.in. Gucci, Saint Laurent, Balenciaga, Givenchy czy Kenzo.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe/Shutterstock

53. PIOTR SZULCZEWSKI
1 mld zł

Kiedyś był typowany na najbogatszego Polaka, dzisiaj ledwo co utrzymał się w gronie miliarderów. W ciągu roku jego majątek stopniał sześciokrotnie. Jego Wish, cudowna aplikacja do robienia zakupów miała być groźną konkurencją dla Amazona, a okazała się wirtualnym bazarem z najtańszą chińszczyzną. Patent na biznes był prosty – dać klientowi poczucie luksusu za ekstremalnie niską cenę. Trochę w myśl zasady – podoba ci się zegarek Marcina Prokopa, a cię nie stać? Wejdź na Wish, my znajdziemy podobny w niższej cenie. Szybko okazało się jednak, że tanie, markowe produkty za wiele z wielkimi markami wspólnego nie miały. Aplikacja zamiast oryginałów, sprzedawała podróbki znanych brandów. I tak zaczęły się kłopoty. Walczący z podróbami Francuzi

eprasa.pl 88247e8817

wezwali do zablokowania aplikacji na ich terytorium. Podobne restrykcje nałożyło wiele innych krajów Unii. Na wszystko nałożyła się pandemia COVID-19. Przez zerwane łańcuchy dostaw, pozamykane porty i granice, produkty oferowane na platformie przestały przychodzić do klientów. Chociaż Wish rok w rok powiększał przychody, to nie potrafił wypracować solidnych zysków. Cała seria mniejszych lub większych biznesowych wtop skutecznie odstraszyła inwestorów od akcji Wisha na amerykańskiej giełdzie. W ciągu ostatniego roku kurs stopniał o ponad 80 proc. Szulczewski, który budował Wisha od podstaw, po dziesięciu latach odszedł z firmy, zostawiając po sobie pusty fotel prezesa. Co będzie z firmą dalej? Trudno przewidzieć, ale na rewolucję się nie zapowiada. A co będzie z Szulczewskim? Być może z Kalifornii wróci do Polski. Wychował się przecież na warszawskim Tarchominie, skąd w wieku 11 lat wyemigrował z rodzicami za Ocean.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Fot. MAREK WIŚNIEWSKI / Puls Biznesu / Forum, Shutterstock

53. MICHAŁ KICIŃSKI
1 mld zł

Współzałożyciel i jeden z głównych udziałowców CD Projektu, współtwórca słynnej serii gier "Wiedźmin", przez którą sam nabawił się problemów zdrowotnych. Praca nad pierwszą częścią "Wiedźmina" wpędziła go w depresję, z której wyleczyła go dopiero vipassana, azjatycka technika medytacji. Postawił na zdrowy tryb życia i rozwój wewnętrzny, co znajduje odzwierciedlenie w jego aktualnych biznesach. Prowadzi bary ze świeżo wyciskanymi sokami, restaurację wegańską czy własny ośrodek medytacji. Zainwestował również w produkcję wody alkalicznej pod marką Id'eau albo minimalistyczny telefon Mudita Pure. W maju podano, że Kiciński chce ożywić znaną od lat 60. ubiegłego wieku polską markę sprzętu audio Unitra. Szczegółowy plan reak-

eprasa.pl 88247e8817

tywacji nie jest znany, ale czegoś na miarę iPhone-'a spodziewać się raczej nie należy. Głównie dlatego, że w biznesie Kiciński kieruje zasadami przeciwnymi do tych wyznawanych przez globalnych technologicznych gigantów. Chodzi o to, żeby technologia nas nie uzależniała, urządzenia były tanie, dobrej jakości i bezpiecznie oraz nie wymagały częstych napraw, a jeśli już, to żeby każdy mógł je serwisować własnoręcznie w domu.

POWRÓT

53. ROBERT KAMIŃSKI
1 mld zł

Ostatnio na naszej liście był obecny w 2013 roku. Później z rankingu wypadł, bo właściwie o Kamińskim słuch zaginął. Ale dzisiaj znów o nim głośno. Stworzył markę Kamis, znanego producenta sosów i przypraw. Później próbował swoich sił w her-

eprasa.pl 88247e8817

bacianym biznesie, budując od podstaw markę Irving Tea, która miała zagrozić liptonowi. Ale z herbat, musztard i przypraw na dłuższą metę nic nie wyszło. W 2011 roku Kamiński sprzedał Kamis za 830 mln zł amerykańskiej konkurencji z koncernu McCormick. Pieniądze zainwestował m.in. na amerykańskiej giełdzie. Jest jednym z udziałowców SpaceX, kosmicznej spółki Elona Muska. Stworzył również własny fundusz inwestycyjny RKKvc, który ma apetyt na startupy. Wszedł już finansowo w młode firmy z branży cyberbezpieczeństwa, sztucznej inteligencji i deep-tech. W sumie przeprowadził już kilkanaście inwestycji w biznesy ze Stanów Zjednoczonych, Szwajcarii, Wielkiej Brytanii, Niemiec czy Estonii.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

58. ANDRZEJ WALCZAK
966 mln zł

Mniejszościowy udziałowiec w łódzkiej grupie Atlas. Trzyma w firmie 39 proc. udziałów. Więcej o firmie w notce o Grzegorzu Grzelaku, który kontroluje 52 proc. akcji w spółce.

DEBIUT

59. JERZY BORUCKI
964 mln zł

Zaczęło się w 1994 roku w Gąsewie niedaleko Płocka, gdzie Jerzy Borucki i Andrzej Grabowski zaczęli sprzedaż pierwszych produktów pod marką Polmlek. Dzisiaj to mleczarski gigant z zakładami w Lidzbarku Warmińskim, Grudziądzu, Lipsku, Raciążu, Gościnie, Gdańsku - Maćkowy czy Makowie

eprasa.pl 88247e8817

Mazowieckim. W zeszłym roku firma osiągnęła ponad 5,7 mld zł przychodów i 220 mln zł zysku netto. Jest w pierwszej 40. największych polskich firm według ostatniego rankingu „Wprost”. Polmlek to nie tylko nabiał. Od 2015 roku w portfelu ma również znanego producenta soków Fortuna. Grupa Polmlek została stworzona od podstaw przez Andrzeja Grabowskiego oraz Jerzego Boruckiego. Jest jedyną tak dużą firmą w swojej branży ze 100-proc. polskim kapitałem. Oprócz Polmleku do Boruckiego należy też połowa udziałów w zamku w Gniewie. Przejął go od gminy w 2010 roku za niecałe 15 mln zł. Zainwestował w warownię 40 mln zł, robiąc z obiektu wizytówkę całego regionu. Dzisiaj w XIII-wiecznej twierdzy krzyżackiej, zresztą najpotężniejszej na lewym brzegu Wisły, działa luksusowy hotel z basenem, SPA i centrum konferencyjnym.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

DEBIUT

60. KRZYSZTOF WITKOWSKI

960 mln zł

Z malutkiej Niecieczy w Małopolsce zrobił najsłynniejszą wieś w Polsce. Wszystko za sprawą spektakularnych sukcesów lokalnego klubu piłkarskiego Bruk-Bet Termalica Nieciecza, który w 2015 roku awansował do Ekstraklasy. Awansu by nie było gdyby nie sponsor, czyli firma Bruk-Bet - jeden z największych producentów kostki brukowej w Polsce. Brukarskiego giganta stworzył Witkowski, który jeszcze w połowie lat 80. ubiegłego wieku ręcznie produkował płyty chodnikowe, krawężniki czy pustaki. Jako surowca używał żwiru, który przywoził z Dunajca w ramach programu regulacji rzeki. Dzisiaj w swoim starym zakładzie nadal prowadzi produkcję. Ale taką niszową, krótkich, artystycznych serii kostki. Główna produkcja powstaje w 18 zakła-

eprasa.pl 88247e8817

dach zlokalizowanych m.in. w Tarnowie, Kielcach, Raciborzu czy Skierniewicach. Spółka zatrudnia ponad 1,2 tys. osób i przynosi ponad 660 mln zł przychodów rocznie. Witkowski po tym jak odmienił oblicze Niecieczy, bo to dzięki niemu niewielka wioska ma nawet własne kino i teatr, wziął się za Radłów. Rok temu kupił pod Tarnowem XIX-wieczny pałac Dolańskich. Nie chce w nim robić kolejnego hotelu czy restauracji, ale stworzyć w zabytkowych wnętrzach muzeum regionu.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

61. URSZULA SIECIŃSKA
933 mln zł

Właścicielka założonej przez małżeństwo Sieciń-skich rodzinnej firmy Suempol, czyli najstar-szego w Polsce i jednego z największych na świecie przetwórców łososia. Historia marki sięga początków lat 70. Zysk z działającego wówczas w garażu zakładu mechanicznego przeznaczono na budowę pierw-szych linii produkcyjnych do przerobu krewetek. Eksportowano je m.in. na stół belgijskiej rodziny królewskiej. Parę lat później głównym dobrem firmy stał się łosoś i jest tak niezmiennie aż do dziś. Pro-dukty Suempol, także m.in. jako marki Norfisk bądź Marcel Baey trafiają już do ponad 50 krajów na całym świecie. Współcześnie firma osiąga obroty bli-skie 1,2 mld złotych rocznie.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

POWRÓT

62. MARIUSZ JAŃCZUK
931 mln zł

POWRÓT

62. LESZEK SZAGDAJ
931 mln zł

Po roku niebytu powrócili do zestawienia 100 najbogatszych ludzi w kraju. Właściciele Itaki, największego polskiego biura podróży. Po słabych danych finansowych za 2020 r. poprzedni zakończyli z przytupem. Ich Itaka Holdings wypracowała ponad 2,1 mld zł przychodów i 110 mln zł zysku netto. Jańczuk i Szagdaj zaczynali od turystyki samochodowej, organizując Polakom wyjazdy po używane auta z Holandii. Później jako pierwsi w Polsce sprzedawali wycieczki do słonecznej Italii. Polski rynek dopiero się rozwijał, ale już pojawiła się zagraniczna konkurencja. Itaką zainteresowała się szwedzka firma

eprasa.pl 88247e8817

z podobnej branży. Po miesiącach negocjacji panowie zdecydowali się biznes sprzedać. Jednak niedługo potem Szwedzi podjęli decyzję o wyjściu z Polski. Szagdaj z Jańczukiem wrócili więc do gry i odkupili swoją firmę za ułamek tego, ile zgarnęli z jej sprzedaży. Dzisiaj ich Itaka oferuje wypoczynek w kilkuset miejscach na całym świecie.

64. ZBIGNIEW WANTUSIAK
930 mln zł

Największy prywatny piwowar. Co roku warzy piwo za ponad miliard złotych. Jego Van Pur kontroluje takie znane marki jak Łomża, Brok, Braniewo, Karpackie, Kuflowe, Śląskie czy Halne. Piwo produkuje w 6 browarach, gdzie zatrudnia ponad 1,5 tys. ludzi. Rocznie jest w stanie wyprodukować 300 mln butelek.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

65. KAZIMIERZ HERBA
917 mln zł

Największy udziałowiec giełdowej spółki Neuca. To lider polskiego rynku dystrybucji farmaceutyków. W zeszłym roku sprzedał ich za ponad 9,8 mld zł, z czego osiągnął przeszło 150 mln zł zysku netto. W firmie pełni funkcję przewodniczącego rady nadzorczej. Neuca jest wyceniana na Książęcej na 3,25 mld zł.

66. KRZYSZTOF KOSTOWSKI
916 mln zł

W zeszłym roku sprzedał gier za ćwierć miliarda złotych. Krzysztof Kostowski kontroluje ponad 40 proc. akcji w giełdowej spółce PlayWay.

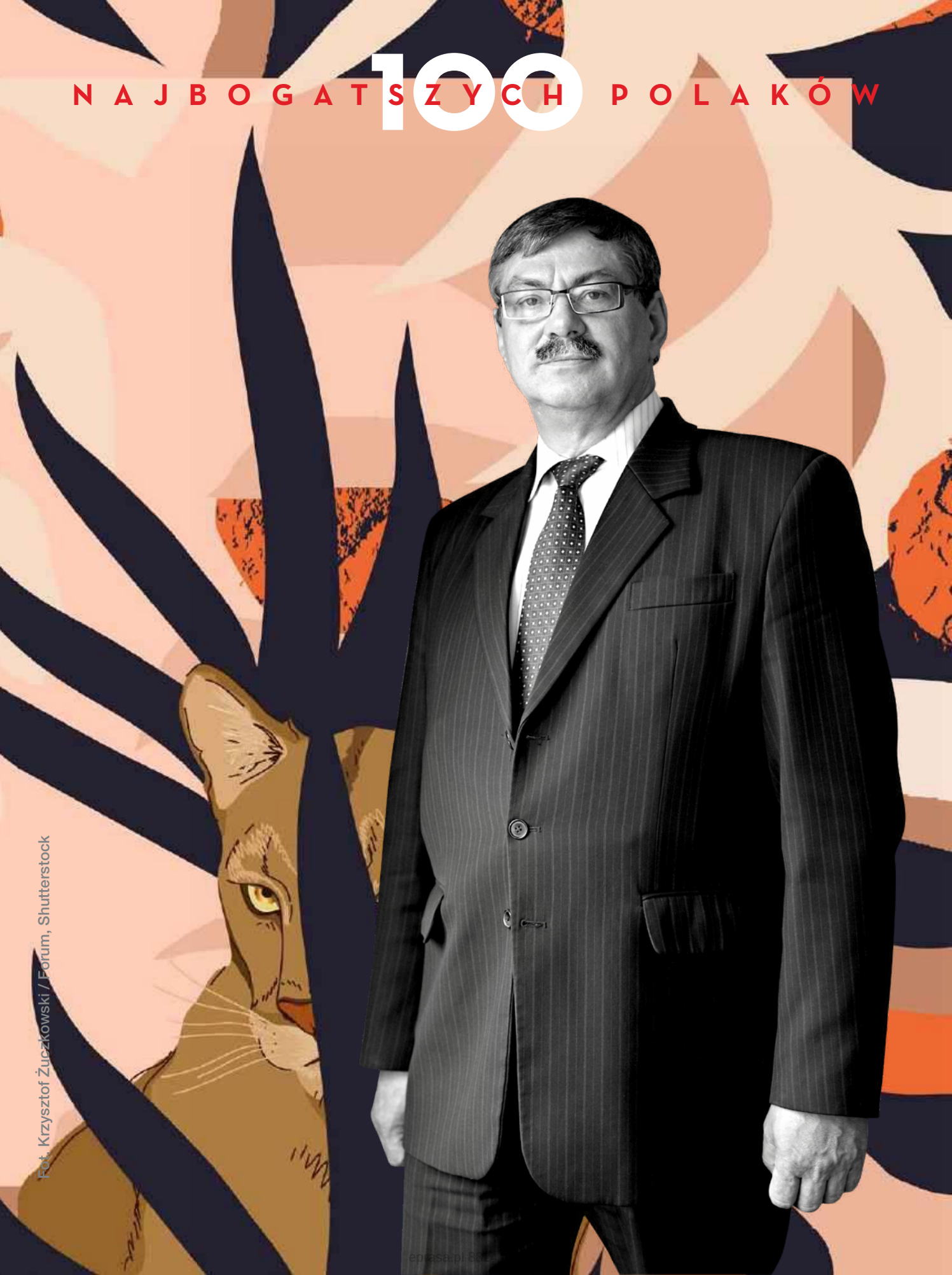
eprasa.pl 88247e8817

Działa w Polsce od 11 lat. Produkuje i wydaje średnio i niskobudżetowe gry we współpracy z 70 spółkami zależnymi. Kostowski zaczynał podobnie jak każdy duży gracz w branży gier. Razem z bratem Jackiem handlowali na giełdzie komputerowej przy ul. Grzybowskiej w Warszawie. Na wersjach demo gier na płytach CD, sprzedawanych po 20 zł za sztukę, dorobili się własnej hurtowni. Stamtąd wysyłali do kiosków tekturki, czyli miesięczniki dla graczy – bez tekstów, za to z kilkoma płytami pełnymi gier i programów. Koszt wytworzenia takiej tekturki wynosił złotówkę, a Kostowski sprzedawał je w kioskach po kilkanaście złotych. Przebitka była spora.

Dzisiaj jego PlayWay jest wyceniane na warszawskiej giełdzie na ponad 2 mld zł. Spółka zdecydowała w tym roku o wypłacie rekordowej dywidendy. Podzieli się z inwestorami kwotą 127 mln zł.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW



Fot. Krzysztof Żuczkowski / Forum, Shutterstock

epapsa.pl

67. KRZYSZTOF GRZĄDZIEL
901 mln zł

Kiedyś właściciel, dzisiaj współudziałowiec włocławskiego producenta zakrętek. Zamyka nimi wódki, wina, leki. Pomysł na biznes przyszedł mu do głowy na imieninach swojego brata. Zakrapiana impreza zeszła na tematy lokalnych polmosów, które borykały się z brakami zakrętek do wódki. I była tą jedną z nielicznych imprez, po których wielkie pomysły na biznes jednak nie skończyły się na gadaniu i kacu. Grządziel wraz z bratem wzięli w leasing pierwszą maszynę do zakrętek i zaczęli produkcję. Z małej manufaktury zrobili światowego giganta, którego odsprzedali Włochom. Grządziel zachował jednak w swojej firmie fotel prezesa i jedną trzecią udziałów. Opłacało się, bo dzisiaj Guala Closures DGS Poland przynosi pół miliarda przychodów rocznie.

eprasa.pl 88247e8817

68. ANNA PODNIESIŃSKA
890 mln zł

Weteranka wszelakich list najbogatszych Polaków, która na liście 100 jest w zasadzie od samych początków tworzenia rankingu. Podniesińska podróżowała i przebywała wraz z mężem w wielu krajach, m.in. we Francji, Indonezji, Syrii, Indiach, Libanie i USA . Oprócz udzielania eksperckich porad Podniesińscy przy okazji rozkręcali własny biznes. Ze Stanów sprowadzili do kraju firmę kurierską DHL i agencję reklamową Ogilvy&Mather. Ze Szwecji firmy odzieżowe Oscar Jacobson i Stenstroms. A dzięki kontaktom z czeskim potentatem obuwniczym Thomasem Bata w polskich sklepach pojawiły się buty znanego producenta. Kapitał zbity na transferach zagranicznych marek do kraju Podniesińscy zainwestowali w nieruchomości i projekty surowco-

eprasa.pl 88247e8817

we, głównie węglowodory. Do nich należy osiedle luksusowych domów jednorodzinnych „Royal Park” w Konstancinie, kilka kamienic i biurowców w Warszawie i Poznaniu oraz nieruchomości rolne i przemysłowe w pobliżu Warszawy i na Mazurach.

69. MARIUSZ GAWRON
881 mln zł

Właściciel Grupy Inwestycyjnej Hossa. To lider trójmiejskiego rynku mieszkaniowego i jedna z pierwszych firm działających w tej branży. Grupa zrealizowała już 46 inwestycji, za które zebrała ponad 20 branżowych nagród. Hossa stawia mieszkania, apartamenty, lofty, biura czy lokale usługowo-handlowe. Spośród innych deweloperów spółkę wyróżnia wysoka wrażliwość i szacunek do historycznego kontekstu danego miasta. W tym roku

eprasa.pl 88247e8817

Hossa otrzymała tytuł Mecenasa Kultury Gdańska przyznany za działalność na rzecz rozwoju kulturalnego Wrzeszcza i popularyzacji historii dzielnicy.

70. KATARZYNA I ALEKSANDER GÓRECCY

845 mln zł

Kontrolują giełdową spółkę Auto Partner. To jeden z największych w kraju importerów i sprzedawców części zamiennych do samochodów osobowych, dostawczych czy motocykli. Firma, założona w 1993 roku, zatrudniała na początku 3 pracowników. Powierzchnia magazynu była wielkości małego marketu. Dzisiaj warszawska giełda wycenia ich biznes na ponad 1,7 mld zł. Katarzyna Górecka zasiada w radzie nadzorczej spółki. Ukończyła Akademię Wychowania Fizycznego w Katowicach. Angażuje się

eprasa.pl 88247e8817

również w działalność charytatywną, wspierając liczne fundacje pomagające zwierzętom. Aleksander Górecki pełni funkcję prezesa zarządu. Ukończył Szkołę Morską w Gdyni.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

71. JACEK SARNOWSKI
834 mln zł

Największy deweloper w Trójmieście. Przez 25 lat Invest Komfort, którego Sarnowski jest współudziałowcem, wybudował ponad 6 tys. mieszkań i lokali usługowych. Pozostaje trójmiejskim liderem apartamentów premium. W Gdyni postawił słynne Sea Towers. 142- metrowy wieżowiec jest najwyższym mieszkalnym i drugim co do wysokości w całym Trójmieście. Drugą biznesową nogą Sarnowskiego jest spółka Porta KMI z siedzibą w Bolszewie niedaleko Wejherowa. To jeden z największych europejskich producentów drzwi drewnianych i stalowych dla budownictwa mieszkaniowego, przemysłowego i użyteczności publicznej. Zeszły rok był dla firmy rekordowy. Przychodzi wzrosły o 28 proc. do 733 mln zł. Jedna czwarta tej kwoty pochodziła z eksportu.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

71. MIECZYSŁAW CIOMEK
834 mln zł

Od dziesięcioleci partner biznesowy Jacka Sarnowskiego. Współudziałowiec w deweloperze Invest Komfort i producencie drzwi Porta KMI.

73. ANDRZEJ GRABOWSKI
816 mln zł

Od trzech dekad partner biznesowy i wspólnik Jerzego Boruckiego. Budowali wspólnie Polmlek, jedno z największych przedsiębiorstw mleczarskich w naszej części Europy. Więcej o firmie w notce o Jerzym Boruckim.

eprasa.pl 88247e8817

74. TERESA HERBA
811 mln zł

Właścicielka drugiego największego pakietu akcji w spółce Neuca. Jest wiceprzewodniczącą rady nadzorczej. Firma współpracuje przede wszystkim z niezależnymi aptekami. Na koniec ubiegłego roku miała 38-proc. udział w rynku.

75. BARBARA KACZMAREK Z RODZINĄ
806 mln zł

Współwłaścicielka gigantycznego producenta tworzyw sztucznych Kaczmarek Malewo z Wielkopolski. Z biznesem zaczynała jeszcze w latach 80, produkując folię na okładki zeszytów czy

eprasa.pl 88247e8817

drzwi harmonijkowe. Dzisiaj należy do ścisłej europejskiej czołówki producentów instalacji z tworzyw sztucznych. To głównie systemy kanalizacji, systemy rynnowe, drenaże, listwy, osłony do kabli. Firma osiąga ponad 100 mln zł zysku netto rocznie. Z Barbarą Kaczmarek firmę od początku prowadzi czwórka jej braci: Andrzej, Krzysztof, Kazimierz i Jarosław.

76. KAMILA I ARTUR BŁAŻEJEWSCY
768 mln zł

Kosmetyczni giganci od lakierów do paznokci. Co roku sprzedają ich za ponad 200 mln zł. Prowadzą poznańską spółkę Cosmo Group, która grupuje takie znane marki jak: NeoNail, MylaQ, NEO Make Up, Revi Titanium Nails, Black Lashes. Można je kupić w 1000 punktach sprzedaży w kraju oraz 40 rynkach zagranicznych. Kamila Błażejewska czuwa

eprasa.pl 88247e8817

nad wizją i strategią wszystkich marek z firmy. Artur Błażejewski jest odpowiedzialny za to, żeby dobrze się sprzedawały.

77. SEBASTIAN WOJCIECHOWSKI
751 mln zł

Kontroluje PCF Group. To największy niezależny producent gier w Polsce. Specjalizuje się przede wszystkim w strzelankach. Najważniejsze tytuły warszawskiego studia to m.in. „Painkiller" (premiera 2004), „Bulletstorm" (premiera 2011) oraz „Gears of War: Judgment" (premiera 2013). Wojciechowski jest ekonomistą po warszawskiej SGH. Przed gamingiem działał w zupełnie innej branży. Był dyrektorem pionu nowych mediów w Radiu Zet. Prowadził również firmę Ad.Point, która zarządzała znanymi rozgłośniami: AntyRadio i Planeta. Mediowe biznesy

eprasa.pl 88247e8817

jednak sprzedał i w 2015 roku razem z kolegami kupił udziały w PCF. W grudniu 2020 roku wprowadził firmę na giełdę. Dziś jest wyceniana na niecałe 1,5 mld zł.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Wojciech Robakowski, Shutterstock

eprasa.pl 88247e88

78. ADAM I DAMIAN KENKELOWIE
747 mln zł

Właściciele rodzinnej firmy Werner Kenkel z siedzibą w Krzycku Wielkim w Wielkopolsce. To najwięksi producenci tektury falistej i tekturowych opakowań w kraju. Firmę w 1979 roku założył ich ojciec, Werner Kenkel. Wtedy w zakładzie pracowały 3 osoby. Dzisiaj jego synowie zatrudniają już w całej grupie ponad 1,8 tys. osób. W 2020 roku spółka przyniosła ponad 679 mln zł przychodów. Zysk netto przekroczył 83 mln zł.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

79. RODZINA GUGAŁÓW
739 mln zł

Grzegorz, Radosław, Aneta, Aleksander i Michał, czyli pięcioro udziałowców rodzinnej firmy Grupa G-3. Pod tą tajemniczą nazwą kryje się jeden z największych producentów mebli w Polsce. Ich zakłady są zlokalizowane w maleńkiej wiosce Turkowy na styku województwa dolnośląskiego i wielkopolskiego. W zeszłym roku firma miała ponad 613 mln zł przychodów i 97 mln zł zysku netto. O rodzinie Gugałów wiadomo niestety niewiele, ponieważ bardzo pilnie strzegą swojej prywatności.

eprasa.pl 88247e8817

80. MAREK MAŁECKI Z RODZINĄ
717 mln zł

Z wykształcenia chemik. Absolwent Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu. Właściciel firmy Solbet z Solca Kujawskiego. To największy w Polsce i trzeci w Europie producent betonu komórkowego. Sam Małecki ma na koncie wiele patentów związanych z jego produkcją. W 2019 r. Politechnika Bydgoska nadała mu tytuł doktora honoris causa.

Przedsiębiorca słynie ze swojej działalności charytatywnej. Za 200 tys. zł wylicytował podczas jednej z aukcji WOŚP słynne zdjęcie Agaty Dudy, która w nietypowej pozie witała papieża Franciszka.

Dzisiaj jego Solbet przynosi przychody przekraczające 380 mln zł rocznie. Zysk netto oscyluje w granicach 60 mln zł. To rodzinna firma. Żona Marka

eprasa.pl 88247e8817

Małeckiego, Teresa Małecka, wiele lat szefowała działowi handlu i marketingu w Solbecie. Ich synowie: Łukasz i Hubert są udziałowcami oraz wiceprezesami zarządu.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

81. ADAM I MIKOŁAJ PLACKOWIE
716 mln zł

Ojciec i syn, którzy w zeszłym roku sprzedali okien za ponad 1,3 mld zł. Trzy czwarte z tego pochodzi z eksportu. Plackowie są właścicielami Grupy OKNOPLAST, w skład której wchodzą spółki OKNOPLAST, ALUHAUS, WND i lider rynku hiszpańskiego, spółka AMPUERO. W branży działają od 28 lat, kiedy w 1994 roku Adam Placek założył OKNOPLAST – lokalnego producenta okien z PVC. Dzisiaj firma produkuje 1,5 mln jednostek okiennych rocznie, które sprzedaje za pośrednictwem blisko 3,5 tys. salonów zlokalizowanych na terenie 19 krajów.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

82. RYSZARD FLOREK
700 mln zł

W zeszłym roku sprzedał produktów za ponad 1,4 mld zł. Jego nowosądeckie Fakro jest drugim największym producentem okien dachowych na świecie. 70 proc. przychodów firmy pochodzi z eksportu, bo Florek od lat śmiało rozpycha się ze swoimi oknami na zagranicznych rynkach. Jego największym konkurentem pozostaje duński Velux, któremu polski przedsiębiorca często wytyka nieuczciwą konkurencję. Florek od lat walczy o poprawę warunków do prowadzenia biznesu dla polskich firm. Przez prowadzoną przez niego fundację „Pomyśl o przyszłości” tworzy własne analizy ekonomiczne i projekty zmian podatkowych, żeby zachęcić rządzących do zmian ułatwiających życie przedsiębiorcom. Tłumaczy, dlaczego Polak zarabia

eprasa.pl 88247e8817

cztery razy mniej niż Niemiec i dlaczego kupowanie produktów od polskich przedsiębiorców przekłada się na dobrobyt całego społeczeństwa.

82. KRZYSZTOF KLICKI
700 mln zł

Największy dystrybutor prasy w Polsce. Twórca Kolportera z siecią ponad 550 salonów prasowych w całej Polsce. Co roku firma przynosi grubo ponad miliard złotych przychodów. W zeszłym roku spółka podwoiła też zysk, który sięgnął ponad 11 mln zł

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Paweł Małecki / Agencja Wyborcza, Shutterstock

eprasa.pl 88247e

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. OTOTAXI.PL, Shutterstock

84. TOMASZ CZECHOWICZ
686 mln zł

Od zera stworzył jeden z największych funduszy inwestycyjnych w naszej części Europy. Pod zarządem ma inwestycje warte 650 mln dolarów. Do tej pory wsparł finansowo ponad setkę firm. Poluje przede wszystkim na technologicznych czempionów. Zainwestował w znany sklep internetowy Morele, dowóz zakupów z Frisco czy grupę medialną Wirtualna Polska. W lutym tego roku do firmy dołączył Zbigniew Jagiełło. Były szef PKO BP, największego polskiego banku, został szefem rady nadzorczej w firmie Czechowicza.

eprasa.pl 88247e8817

85. RODZINA JASIŃSKICH
674 mln zł

Wzeszłym roku sprzedali mieszkań za ponad pół miliarda złotych. To był rekordowy rok dla rodziny Jasińskich, którzy kontrolują spółkę Victoria Dom, jednego z największych deweloperów w kraju. Firma buduje lokale głównie w Warszawie, pozostając trzecim największym sprzedawcą mieszkań w stolicy. Działa też poza granicami kraju, stawiając nowe powierzchnie w Berlinie czy Lipsku. Udziałowcami spółki są Józef, Krystyna i Michał Jasińscy.

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

86. JANUSZ I ELŻBIETA FILIPIAKOWIE

670 mln zł

Drugi po szefie CD Projektu najlepiej zarabiający prezes wśród włodarzy spółek notowanych na warszawskiej giełdzie. Rocznie inkasuje ponad 18 mln zł pensji. Jest twórcą i największym udziałowcem Comarchu, jednej z największej firm informatycznych w Europie. Kontroluje również klub piłkarski Cracovia. Jego żona, Elżbieta Filipiak, też trzyma pokaźny pakiet akcji krakowskiego Comarchu. Kieruje również radą nadzorczą spółki oraz pełni funkcje zarządcze w kilku spółkach Grupy Comarch. Poza tym jest właścicielką legendarnej restauracji Wierzynek.

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

87. PIOTR NIELUBOWICZ

650 mln zł

Wiceprezes i trzeci największy udziałowiec warszawskiego producenta gier CD Projekt. Absolwent Wydziału Zarządzania Uniwersytetu Warszawskiego. W spółce koordynuje działania pionów finansowo-księgowych.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe/Shutterstock

eprasa.pl 88247e8217

88. IGOR KLAJA
634 mln zł

Po roku nieobecności na naszej liście, teraz na nią powrócił. Wypadł z naszego zestawienia przez pandemię, bo działał w branży najbardziej narażonej na kolejne lockdowny. Klaja kontroluje spółkę OTCF z siedzibą w Wieliczce. Pod tą tajemniczą nazwą kryje się znany producent ubrań 4F. Co drugi narciarz zjeżdża ze stoku w strojach z tą metką. W swoje ciuchy firma ubiera kadry olimpijskie siedmiu krajów, m.in. Polski, Łotwy, Grecji, Chorwacji czy Serbii. W zeszłym roku ambasadorem marki 4F został Robert Lewandowski, a spółka oprócz kolejnych linii ubrań wprowadziła też na rynek żywność funkcjonalną i suplementy diety.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Fot. ANNE-CHRISTINE POUJOULAT/AFP/East News, Shutterstock

89. ROBERT I ANNA LEWANDOWSCY

625 mln zł

On trzyma udziały w 25 różnych spółkach. Ona w 11. Robert jest większościowym udziałowcem agencji kreatywnej specjalizującej się w influencer marketingu, która wśród klientów ma takie marki jak: Sephora, HBO, Totalizator Sportowy, RTV Euro AGD czy 4F oraz restauracji Nine's, gdzie nad menu czuwa Tadeusz Muller, syn Magdy Gessler. Rok temu Lewandowski zainwestował w spółkę Bio-lider od preparatów dla rolnictwa, a dwa lata temu w aplikację Less do sprzedawania używanych ubrań. Podobnie jak Grzegorz Krychowiak wszedł na rynek odnawialnych źródeł energii, kupując udziały w firmie Hymon od instalacji fotowoltaicznych. Wszedł też w biznes z jednym z podwykonawców warszawskiego wieżowca Warsaw Spire. Założona przez nich

eprasa.pl 88247e8817

spółka ma się głównie zajmować projektami i inwestycjami deweloperskimi.

Nieruchomości to kolejny duży składnik majątku Lewandowskich. Dom na Majorce, dom w Monachium, apartament w warszawskim wysokościowcu Złota 44, posiadłość nad warmińskim jeziorem Jełmuń czy wreszcie całe prywatne osiedle na Ochocie. Kolejne chce wybudować w Gdańsku. Na 3,7 ha spółka, w którą zainwestował zamierza postawić osiem bloków mieszkalnych.

Biznesy Roberta i Anny często się przenikają. Ich wspólną spółką jest Levann, która zajmuje się sprzedażą zdrowych produktów spożywczych, a jednocześnie konsoliduje istniejące już marki własne Anny i Roberta Lewandowskich (Foods by Ann, RL9, RL9 Junior). Dzisiaj jednym z najszybciej rozwijających się biznesów Anny Lewandowskiej jest sprzedaż jej cateringu dietetycznego SuperMenu. Spółka rośnie jak na bezglutenowych drożdżach, bo w 2020 roku

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Lewandowska sprzedała żywność za ponad 13,7 mln zł, z czego wykręciła ponad 2 mln zł zysku netto. A w 2021 roku przychody wzrosły do ponad 37 mln zł, przy zysku przekraczającym 9 mln zł. Równie dynamicznie rozwijającą się marką są kosmetyki Phlov – naturalne, wielozadaniowe produkty doceniane nie tylko przez klientki, ale też ekspertów w branży

Fot.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

90. ALDONA WEJCHERT
621 mln zł

Kiedyś związana z kilkunastoma różnymi polskimi spółkami, dzisiaj w Krajowym Rejestrze Sądowym widać tylko jej udziały w funduszu Wejchert Investments. To tam znajdują się nieruchomości, które w spadku zostawił rodzinie zmarły w 2009 r. Jan Wejchert, twórca telewizji TVN. Aldona Wejchert współtworzyła sieć multipleksów Multikino, zasiadała też w radzie nadzorczej grupy medialnej TVN, która w lipcu 2015 r. została kupiona przez Scripps Network Interactive, a dziś należy do koncernu Discovery Communications. Aldona Wejchert od lat nie udziela się publicznie. Mieszka na stałe w Szwajcarii.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

91. MICHAŁ ŚWIERCZEWSKI
610 mln zł

W biznesie komputerowym zaczynał jeszcze jako 24-latek. W centrum Częstochowy prowadził mały sklep z komputerami. Z jednego sklepiku zrobił się handlowy gigant, który co roku sprzedaje elektroniki za ponad 2,5 mld zł. Jego x-kom zatrudnia prawie 2 tys. osób. Oferuje dostęp do przeszło 38 tys. różnych produktów, które rok w rok kupuje milion klientów. Nie tylko w Internecie, ale też przez sieć 27 salonów stacjonarnych.

x-kom to nie jedyny biznes Świerczewskiego. Kontroluje też reklamowany przez Roberta Makłowicza sklep internetowy al.to, oferujący sprzęt outdoorowy i broń sklep combat.pl oraz producenta farb przemysłowych Prochem z Kłomnic niedaleko Częstochowy.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Świerczewski prywatnie jest wielkim miłośnikiem piłki nożnej. Do tego stopnia, że parę lat temu zdecydował się zainwestować w lokalny klub piłkarski Raków Częstochowa, tegorocznego wicemistrza Polski i zdobywcy Pucharu Polski.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

92. ADAM GÓRAL
575 mln zł

Od lat niekwestionowany lider cyfryzacji w Polsce. Na Podkarpaciu zbudował od podstaw Asseco, dzisiaj największego producenta oprogramowania w regionie Europy Środkowo-Wschodniej. Zatrudnia 30 tys. osób. Działa na 60 rynkach. W ciągu ostatnich lat przejął za granicą już ponad 115 firm z branży IT. Jego spółki notowane są na Warszawskiej Giełdzie Papierów Wartościowych, NASDAQ i Giełdzie Papierów Wartościowych w Tel Awiwie.

eprasa.pl 88247e8817

93. RENATA I TOMASZ SZUKALSCY
557 mln zł

Właściciele rodzinnej firmy Portos z Kalisza, do której weszło już nowe biznesowe pokolenie. Stery w spółce powoli przejmują dzieci, 26-letni syn Piotr i 30-letnia córka Paulina. Szukalscy są jednymi z największych w Polsce producentów rolet, żaluzji, bram, osłon czy moskitier. Przychody firmy przekraczają rocznie poziom 300 mln zł.

94. MAGDALENA I DARIUSZ MALACZYŃSCY
549 mln zł

Właściciele łódzkiej spółki Indigo Nails. jednego z największych w producentów lakierów

eprasa.pl 88247e8817

i kosmetyków do pielęgnacji paznokci w Polsce. Sprzedaje lakiery hybrydowe, akryle, żele, lakiery klasyczne, pyłki i ozdoby. Innymi słowy, wszystko, co do „robienia paznokci” potrzeba.

95. PRZEMYSŁAW SZTUCZKOWSKI
545 mln zł

Zaczynał jeszcze na początku lat 90. od firmy zajmującej się skupem złomu. Biznes kręcił się na tyle dobrze, że miał za co przejmować inne firmy z branży stalowej, spółka po spółce, powiększając swoje metalowe imperium. Dzisiaj jest największym udziałowcem w giełdowej firmie Cognor. To jeden z największych w Polsce producentów i sprzedawców wyrobów hutniczych. W zeszłym roku spółka miała ponad 2,8 mld zł przychodów. Zysk netto przekroczył 342 mln zł.

eprasa.pl 88247e8817

100 NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

Fot. Materiały prasowe, Shutterstock

96. IRENA ERIS I HENRYK ORFINGER

535 mln zł

Kilka miesięcy temu spółka Dr Irena Eris zapowiedziała debiut na warszawskiej giełdzie. W marcu złożyła prospekt emisyjny w Komisji Nadzoru Finansowego. Firma Dr Irena Eris to już nie tylko produkcja kosmetyków, ale też operator trzech luksusowych hoteli SPA i sieć własnych instytutów kosmetycznych. W zeszłym roku spółka osiągnęła prawie 300 mln zł przychodów i przeszło 25 mln zł zysku netto.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

DEBIUT

97. MAGDALENA MUCHA
534 mln zł

Lata temu gościła na naszej liście 50 najbogatszych Polek, ale później z zestawienia zniknęła. Sama tłumaczyła wtedy, że potrzebuje trochę czasu, żeby przeorganizować biznes. Jak widać, opłacało się czekać, bo dzisiaj debiutuje w naszym najbardziej prestiżowym zestawieniu, czyli liście 100 najbogatszych Polaków. Kontroluje częstochowską spółkę BATNA, europejskiego lidera w handlu sprzętem sieciowym. Jej firma jest głównym dystrybutorem amerykańskiej marki Ubiquiti Networks oraz łotewskiej Mikrotik. W ofercie firmy: routery, serwery, światłowody, ale też zwykła elektronika konsumencka od światowych marek. Firma co roku przynosi przychody przekraczające pół miliarda złotych.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

97. BOGDAN SZEWCZYK
534 mln zł

Założyciel i współwłaściciel rodzinnej firmy Bodzio. To polskie przedsiębiorstwo meblarskie z siedzibą w Goszczu na Dolnym Śląsku. Firma co roku produkuje mebli za ponad 400 mln zł. Sprzedaje je przez własną sieć 300 salonów meblowych w kraju. Bodzio to firma rodzinna ze 100-proc. polskim kapitałem, w której pracuje żona Bogdana Szewczyka, Iwona i ich pięcioro dzieci: Anna, Monika, Grzegorz, Justyna i Aleksandra.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH POLAKÓW

99. JANUSZ WISZCZUK

512 mln zł

Właściciel Opotrans, sieci hurtowni motoryzacyjnych z przychodami przekraczającymi 700 mln zł rocznie. Firma z Opola sprzedaje części zamienne do samochodów ciężarowych czy autobusów.

eprasa.pl 88247e8817

NAJBOGATSZYCH 100 POLAKÓW

100. ROMAN DARIUSZ KOŁAKOWSKI
511 mln zł

Jeden z największych producentów mebli w Polsce z przychodami przewyższającymi pół miliarda złotych rocznie. W Dobrym Mieście w województwie warmińsko-mazurskim prowadzi spółkę DFM. Firma specjalizuje się w produkcji mebli tapicerowanych, które trafiają głównie na europejski rynek, ale również do Stanów Zjednoczonych czy Korei Południowej.

eprasa.pl 88247e8817

LOTTO
EURO JACKPOT
DOŚWIADCZAJ WIĘCEJ
TY TEŻ MOŻESZ ZNALEŹĆ SIĘ
NA LIŚCIE NAJBOGATSZYCH POLAKÓW
ZAGRAJ W EUROJACKPOT!
ZAGRAJ NA LOTTO.PL
18+

DOMIKON: ENERGOOSZCZĘDNE DOMY BUDOWANE POD KLUCZ

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

Dzięki innowacyjnym rozwiązaniom firmy Domikon **KLIENCI OTRZYMUJĄ EKOLOGICZNY I ENERGOOSZCZĘDNY, TANI W UTRZYMANIU, KOMFORTOWY DOM.** *Firma buduje domy w trzy miesiące do stanu deweloperskiego.*

Tekst: **Anna Ława**

Wysoki poziom kompatybilności ekologicznej, izolacji i oszczędności energetycznej Domikon osiągnął dzięki innowacyjnej konstrukcji budownictwa z prefabrykatów. Wykorzystanie w procesie budowy drewna, czyli materiału w 100 proc. naturalnego, redukuje do minimum niekorzystne oddziaływanie na środowisko, a w konsekwencji na zdrowie człowieka. Zapewnia wysoką jakość konstrukcji, co generuje obniżenie kosztów eksploatacji i czasu budowy budynków oraz minimalizuje emisje CO_2.

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

Wzrost świadomości ekologicznej staje się palącą potrzebą we wszystkich obszarach naszego życia. To właśnie ekologia została uznana przez liderów branży za jeden z kluczowych trendów, determinujących budownictwo przyszłości. Ważnym aspektem ekologicznego budownictwa jest optymalizacja, a także rozwój nowoczesnych technik budowy.

eprasa.pl 88247e8817

Jest to możliwe dzięki połączeniu innowacji technologicznych i konstrukcyjnych, zastosowanych w każdym procesie budowlanym. Zaawansowane rozwiązania technologiczne, takie jak kolektory słoneczne i ogniwa fotowoltaiczne, służą do pozyskiwania ciepła i prądu elektrycznego z energii słonecznej. Pozwala to uzyskać niezależność energetyczną i sprawia, że nie narażamy się na problem braku zasilania.

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

Odpowiednie ustawienie budynku względem stron świata i możliwie najlepsze wykorzystanie światła naturalnego może również znacznie zmniejszyć zużycie energii. Połączenie tych wszystkich komponentów z precyzją oraz wysoką jakością wykonania i materiałów znajduje odzwierciedlenie w realizacjach firmy Domikon. Dzięki innowacyjnym rozwiązaniom klienci otrzymują tani w utrzymaniu, kom-

eprasa.pl 88247e8817

fortowy dom. Domikon buduje domy w trzy miesiące do stanu deweloperskiego.

Domikon specjalizuje się w energooszczędnym i ekologicznym budownictwie. Jest liderem branży budowlanej w Polsce. Od 18 lat spełnia marzenia klientów w kompleksowej realizacji budynków w Polsce i na świecie.

Artykuł promocyjny

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

PIÓRO WIECZNE MARLEN--PADEREWSKI

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

Luksusowe akcesoria

To pióro wyjątkowe, prestiżowej włoskiej marki. Nosi imię wielkiego Polaka i wielkiego artysty: Ignacego Jana Paderewskiego. Wykonane z należytą pieczołowitością i zaprojektowane z właściwym włoskim produktom elegancją. **PIÓRO MARLEN-PADEREWSKI TO PREZENT DLA KAŻDEGO MĘŻCZYZNY** *i ozdoba każdej kolekcji.*

Tekst: **Marek Luster**

Ignacego Jana Paderewskiego, którego imię nosi **PIÓRO MARLEN-PADEREWSKI**, chyba nie trzeba nikomu przedstawiać: artysta, który wygrał Polskę na fortepianie. Kompozytor i pianista, mąż stanu i filantrop – zaangażowanie, z jakim oddawał się danej działalności, zawsze wyróżniało go spośród grona największych osobowości świata kultury i polityki pierwszej połowy ubiegłego wieku, nie

eprasa.pl 88247e8817

Luksusowe akcesoria

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

tylko w kraju, ale i daleko poza jego granicami. Czarodziej klawiatury i orędownik narodu w jednej osobie potrafił siłą swojego niezwykłego talentu zachwycać nawet najbardziej wymagające audytoria, a sukcesy artystyczne pomogły mu utorować drogę do świata polityki.

> *Gdy podjął się misji działania na rzecz pokoju i* **ODZYSKANIA PRZEZ POLSKĘ NIEPODLEGŁOŚCI,** *mówiono, że żaden kraj nie mógłby życzyć sobie lepszego obrońcy.*

Fakt, że nie należał do żadnej z ówczesnych politycznych frakcji, stanowił ważny atut – wyrastał ponad spory i miał pełne prawo odwoływać się do wyższych ideałów jedności i pracy dla wspólnej sprawy.

Dziesięć miesięcy istnienia rządu Paderewskiego to okres najistotniejszych dla odradzającego się kraju przełomowych wydarzeń. Do ostatnich chwil nie

eprasa.pl 88247e8817

Luksusowe akcesoria

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

ustawał w wysiłkach na rzecz publicznego dobra i stanowił żywy przykład tego, jak wiele można osiągnąć w każdej dziedzinie dzięki systematycznej i sumiennej pracy. „Prawdziwą umiejętność zarówno w nauce i w sztuce, jak i w każdych innych zajęciach, zdobyć można tylko codzienną pracą i codziennym wysiłkiem. I to jest bezwzględnie pewne.”

Pióra wieczne Marlen-Paderewski wyprodukowano w limitowanej edycji 80 sztuk. Są wykonane z włoskiej czarnej żywicy oraz srebra sterlingowego pokrytego złotem. Mają stalówkę z 18-karatowego złota. W komplecie z atramentem w ulubionym kolorze artysty. System napełniania pióra to „Piston filler”.

WWW.VISCONTI-PINEIDER-MARLENPENSKLEP.PL

Artykuł promocyjny

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

AFRODYTA SPA: WYJĄTKOWY RELAKS NAD PIĘKNYM JEZIOREM RECZYNEK

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

Niezwykłe otoczenie i wyjątkowa atmosfera sprawiają, że **KAŻDY DOZNA TU CHWILI ZAPOMNIENIA, UCZUCIA LUKSUSU, WYCISZENIA, A TAKŻE ZADBA O DUSZĘ I CIAŁO.** *O wielokrotnie nagradzanym Spa w Polsce* **OPOWIADA KRYSTYNA ZMITROWICZ** *- dyrektor Afrodyta SPA.*

Rozmawiała **Anita Zakrzewska**

Afrodyta SPA &Wellness Resort z Ośna Lubuskiego jest laureatem kilkunastu prestiżowych nagród, m.in. w kategorii promowania ekologii i życia w rytmie „slow”. Kilkakrotnie nagrodziła was także Magda Gessler przyznając nagrodę za wyjątkową, proekologiczną kuchnię. Niewątpliwym atutem miejsca jest także lokalizacja: w otoczeniu lasów, rezerwatów, tuż przy brzegu jeziora Reczynek. Ośno nie bez powodu nazywane jest perłą Ziemi Lubuskiej. W Afrodyta SPA

eprasa.pl 88247e8817

Wypoczynek

Krystyna Zmitrowicz, dyrektor Afrodyta SPA

Fot. Materiały prasowe

<< SPIS TREŚCI NASTĘPNY ARTYKUŁ >

&Wellness Resort na każdym kroku można poczuć to, jak żyjecie w pełnej symbiozie z naturą.

Filozofią, którą niezmiennie kierujemy się w naszej kuchni, to **„NAJKRÓTSZA DROGA Z POLA DO STOŁU”.** *Od lat wspieramy lokalne, ekologiczne gospodarstwa, kupując od nich najwyższej jakości naturalne produkty.*

Smak naszych serów, zapach ziół, warzyw, owoców, grzybów prosto z pola, sadu i lasu, które wykorzystujemy, przygotowując posiłki, zachwycają naszych gości. Bardzo nas to cieszy.

Nasi goście wielokrotnie podkreślają, że w Afrodycie można poczuć, jakby czas się tutaj zatrzymał. Bardzo doceniamy nasze położenie, szanujemy naturę, a także każdego dnia respektujemy jej prawa. U nas życie płynie wolniej, dzięki czemu możemy celebrować należycie każdą chwilę. Własne wędzarnie, piekarnia i stawy pozwalają nam we właściwym

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

Afrodyta SPA &Wellness Resort w Ośnie Lubuskim

eprasa.pl 88247e8817

rytmie przygotować najwyższej klasy ekologiczne posiłki. Afrodyta wygrała m.in. w konkursie Perfect SPA Awards i zdobyła nagrodę za Wellness Cousine. Jesteśmy także laureatem w konkursie SPA Prestige Awards w kategorii ECO SPA.

W Afrodyta SPA gotował sam Kurt Scheller. O waszej kuchni krążą legendy. Jaki jest wasz sekret?

To żadna tajemnica, ale bardzo prosta recepta, którą stosujemy od lat: połączenie kunsztu naszych kucharzy z najwyższą jakością naturalnych produktów. To bardzo smaczna, zdrowa i ekologiczna kompozycja, którą codziennie serwujemy na stołach w naszej restauracji.

W najbliższej okolicy Afrodyty znajdziemy rezerwaty ptaków, krystalicznie czyste jeziora – to prawdziwa oaza ciszy i relaksu w zasięgu ręki.

Żyjemy z dala od zgiełku miasta, w pełnej zgodzie z naturą. Lubuskie to prawdziwa perełka geograficzna, określana jako najbardziej zalesiony rejon Polski. W pobliżu Afrodyty znajduje się 11 jezior, Park Krajobrazowy Ujście Warty, w którym żyje ponad 300 gatunków ptaków. W położeniu Afrody-

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

W pobliżu Afrodyta SPA &Wellness Resort znajduje się 11 jezior i Park Krajobrazowy Ujście Warty

eprasa.pl 88247e8817

ty, a także w niej samej – jak widać – jest coś magicznego, że wracają do nas nie tylko Goście, ale także i zwierzęta.

Dopełnieniem bogactwa natury i wspaniałej kuchni jest SPA z jedną z najbogatszych ofert na rynku. Znajdziemy tu nie tylko basen i sauny, ale także szeroki wachlarz orientalnych zabiegów, które wykonują eksperci z całego świata.

Magia Afrodyta SPA & Wellness Resort to efekt pracy naszych terapeutów, dzięki którym zrelaksowani codziennie przenosimy się w odległe zakątki świata.

> *Wśród najpopularniejszych zabiegów na pewno warto zwrócić uwagę na wszystkie* **AZJATYCKIE,** *które dbają nie tylko o nasz relaks, ale także wspierają kondycję.*

Nasz zespół tworzą eksperci z całego świata m.in. z Indii, Filipin, Tajlandii – z krajów, gdzie spokój i poszanowanie natury jest priorytetem.

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

Goście Afrodyta SPA &Wellness Resort mogą korzystać m.in. z basenu

eprasa.pl 88247e8817

Zarówno filozofia „mindfulness”, jak i „selfcare” stały się modne od niedawna, tymczasem Afrodyta już od lat z determinacją promuje nurt slow life.

Jako dyrektor Afrodyta SPA wielokrotnie słyszałam, że nasi goście po powrocie do domu chcą **DALEJ ZDROWO I DOBRZE ŻYĆ.**

Dla jednych są to codzienne spacery, których wcześniej nie było w ich życiu, dla innych to bardziej świadome wybieranie produktów na posiłki ze względu na ich pochodzenie – teraz chętniej zaglądają na ryneczki oferujące plony z najbliższej okolicy. Wcześniej nawet nie zdawali sobie sprawy, jak wiele fantastycznych i zdrowych produktów znajduje się w ich bezpośrednim zasięgu.

W ciągu kilkudniowych pobytów potrafimy, a dokładniej potrafią to nasi wyjątkowi specjaliści z Bali i Filipin, zademonstrować, jak zbawienny wpływ na nasze życie ma dbałość o harmonię ciała

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

SPA w Ośnie Lubuskim może się poszczycić jedną z najbogatszych ofert na rynku

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

Goście Afrodyta SPA &Wellness Resort mogą kosztować naturalnych produktów pochodzących z lokalnych gospodarstw ekologicznych

eprasa.pl 88247e8817

i umysłu. Czasami nawet mam wrażenie, że w naturalny sposób jako Ośno Lubuskie, gdzie zlokalizowana jest Afrodyta SPA, przystąpiliśmy do toskańskiego ruchu Cittàslow, swoistego soft tourism, co można określić jako wolno, cicho, dokładnie i aktywnie, w przeciwieństwie do tzw. twardej turystyki wyznającej zasady: masowo, szybko, głośno, dużo, powierzchownie itp. Nasza filozofia to przede wszystkim ochrona środowiska naturalnego, promocja tradycyjnych lokalnych produktów oraz dążenie do poprawy jakości życia. To jest naszym zdaniem sposób na dobre życie. W końcu dobrze jest dobrze żyć!

© Wszelkie prawa zastrzeżone

Artykuł promocyjny

Afrodyta SPA & Wellness Resort

ul. Grunwaldzka 46, 69-220 Ośno Lubuskie,
+48 603 603 333, +48 95 757 62 81

eprasa.pl 88247e8817

O biznesie inaczej

Robert Ogór, prezes zarządu Ambra S.A.

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

POLSKI RYNEK SPOŻYWCZY NIE MOŻE SIĘ ROZWIJAĆ BEZ PRODUKTÓW REGIONALNYCH

O tym, **CZYM SĄ PRODUKTY REGIONALNE, JAKĄ ROLĘ MOGĄ ODGRYWAĆ W ROZWOJU GOSPODARCZYM** *oraz o strategii wspierającej takie produkty,* **MÓWI ROBERT OGÓR**, *prezes zarządu spółki Ambra S.A.*

Tekst: **Magdalena Okoniewska**

Czym jest produkt regionalny, jak powstaje i dlaczego jest tak ważny?

Produkt regionalny to produkt znajdujący się pomiędzy zwykłymi „płodami rolnymi”, jakimi są

eprasa.pl 88247e8817

np. owoce, a produktami przemysłowymi wysoko przetworzonymi. Jest on produktem przetworzonym a zarazem naturalnym, gdyż do jego wytworzenia wykorzystywane są surowce w postaci świeżej, poddawane procesom naturalnym, takim jak np. fermentacja, suszenie, a nawet procesy pleśnienia. W taki sposób powstają tradycyjne sery czy wina.

> *Na jakość i charakter tak wytworzonego produktu wpływa przede wszystkim* **JAKOŚĆ SUROWCA,** *z którego powstaje, oraz warunki, w jakich był on uprawiany – czyli klimat i gleba.*

Produkty w ten sposób wytwarzane charakteryzuje różnorodność. Koresponduje ona i wyraża różnorodność warunków naturalnych regionu, z którego pochodzą. Tylko produkt naturalnie wytworzony może zatem posiadać cechy charakterystyczne miej-

eprasa.pl 88247e8817

sca, z którego pochodzi i tylko wówczas nazywamy go regionalnym. Produkty regionalne powstają zatem z wykluczeniem wysokoprzemysłowych procesów produkcyjnych, w których surowiec przetwarzany jest w koncentraty, a produkt wytwarzany jest z użyciem dodatków, aromatów i innych przemysłowych składników powodujących utratę związku produktu ze swoim źródłem.

Obok regionalnych uwarunkowań naturalnych drugim czynnikiem decydującym o specyficznym charakterze produktów regionalnym są wykształcone kultury ich produkcji, oparte na naturalnych procesach. Są one bardzo różnorodne i często również wynikają z uwarunkowań danego regionu. Na przykład słabe warunki pogodowe na północy Węgier spowodowały, że podczas produkcji wina do kadzi zaczęto dosypywać suszone winogrona. W ten sposób powstał szlachetny tokaj – słynne białe wino węgierskie.

Produkty regionalne to najbardziej ceniona grupa produktów rynku spożywczego.

eprasa.pl 88247e8817

Rynek produktów regionalnych w Europie stanowi 8 procent całego rynku spożywczego i tworzą go produkty **NAJDROŻSZE I NAJBARDZIEJ WARTOŚCIOWE**.

Stanowią one wizytówkę regionów i krajów, z jakich pochodzą. Z oczywistych powodów prym w tym najcenniejszym segmencie rynku europejskiego wiodą kraje o dużym potencjale rolnictwa: Francja, Włochy i Hiszpania.

Ochrona produktów regionalnych i wytwarzanych tradycyjnymi metodami wynika z przepisów prawa Unii Europejskiej. Chroniona jest nazwa gwarantująca miejsce pochodzenia, w którym powinien odbywać się co najmniej jeden z trzech procesów: produkcja, przetwarzanie lub też przygotowywanie. Ochroną objęte są również ściśle określone zasady uprawy oraz produkcji gwarantujące wysoką jakość i tożsamość produktu regionalnego.

eprasa.pl 88247e8817

Natomiast gwarantowana tradycyjna specjalność przyznawana jest produktom wytwarzanym z tradycyjnych surowców lub charakteryzujących się tradycyjnym składem czy sposobem produkcji.

Wbrew utartym opiniom produkty regionalne nie zawsze są to produkty oparte na wieloletniej tradycji, metody i tajniki naturalnej fermentacji i uszlachetniania przeżywają ciągłe udoskonalenia, czego przykładem jest chociażby światowy wyścig regionów w uprawie i produkcji coraz bardziej wyszukanych win ku uciesze milionów konsumentów.

W jaki sposób produkty regionalne chronią polski rynek?

Ponieważ cechą produktów regionalnych jest różnorodność, można porównać ich produkcję do zalesiania terenów w celu ochrony gleby przed erozją. W środowisku gospodarczym i społecznym odgrywają one taką rolę, jak bioróżnorodność w naturze. Jak to działa?

eprasa.pl 88247e8817

> *Przede wszystkim zapewniają one* **ROZWÓJ GOSPODARCZY** *regionom rolnym. Zapobiegają ubożeniu regionów peryferyjnych.*

Gdy na danym terenie powstają produkty regionalne, na przykład wina, produkowane w lokalnych winnicach, winiarze, czyli sadownicy uprawiający winorośl, stają się producentami wina, mogąc uzyskiwać wyższe dochody. Dalszym efektem jest powstawanie innych usług związanych z tą gałęzią produkcji. Rozwija się ruch turystyczny i kulturalny, widzimy to na przykład w Polsce w województwie lubuskim, w Zielonej Górze i okolicy.

Gospodarka jest łańcuchem wartości, który w każdym sektorze ma podobnych uczestników, w przypadku żywności są to rolnicy, przemysł, handel oraz konsumenci. W gospodarce zdominowanej przez masową produkcję żywności większość korzyści kumuluje się w wysoce skoncentrowanym przemyśle

eprasa.pl 88247e8817

oraz handlu. Rolnicy uprawiający ziemię dostarczają swoje produkty rolne jako albo gotowe do spożycia, albo jako surowiec przetwórczy dla przemysłu. W tej roli pozostają najsłabszym uczestnikiem rynku. Produkt regionalny otwiera tymczasem rolnictwu i małym przedsiębiorstwom szanse rozwoju i uczestnictwa w rynku na lepszych warunkach. Wykluczenie wysokoprzemysłowej obróbki i prymat „naturalności” oraz świeżości stawia uprawiających ziemię w uprzywilejowanej pozycji. W ten sposób w wielu regionach Europy strategie produktu regionalnego stały się kluczem do zrównoważonego rozwoju gospodarczego i społecznego.

Rynek wina jest istotny dla strategii zrównoważonego rozwoju regionów, w których działają dziesiątki tysięcy producentów. Wytwarzają oni produkty oparte na różnorodnych recepturach. Wino jest zresztą specyficznym wyrobem, w zasadzie każde wino ma cechy typowe dla produktu regionalnego, gdyż z definicji może powstawać wyłącznie ze świeżych moszczy, bez żadnych przemysłowych dodat-

eprasa.pl 88247e8817

ków. To powoduje, że wina trzeba wytwarzać blisko miejsca uprawy, a często w integracji z winnicą. Stąd całe światowe winiarstwo jest przykładem bogactwa produktów wytwarzanych przez niezliczone rzesze małych producentów. Dzięki definicji produktu opartej na naturalności sektor wina nie doświadczył zjawisk koncentracji oraz globalizacji, tworząc dobrobyt w wielu rolniczych regionach Europy i świata. Tak jest w wielu krajach, takich jak na przykład Włochy czy Francja.

W Polsce wartość produktów regionalnych jest o wiele mniejsza, chociaż mamy potencjał, aby je rozwijać i produkować. Może to dotyczyć chociażby winiarstwa owocowego, które mogłoby podążać drogą sukcesu wytyczoną przez winiarstwo gronowe. Jesteśmy krajem bogactwa owoców, a ogromna społeczność sadowników, którzy sprzedają je wprost do spożycia lub jako surowiec do masowego przetwórstwa, jest naszym bezcennym kapitałem oczekującym na stworzenie strategii rozwoju polskiego winiarstwa.

eprasa.pl 88247e8817

Polskie strategie dotyczące sektora spożywczego są zorientowane na tworzenie konkurencyjności cenowej dla masowej produkcji i sprzedaży. W przypadku produktów regionalnych mówimy o „biznesie inaczej”, gdyż nie ma on na celu obniżenia kosztów produkcji i uzyskania konkurencyjności cenowej. Wręcz przeciwnie: wszelkie strategie związane z rozwojem produktów regionalnych zaczynają się od ustanowienia restrykcyjnych zasad jego produkcji, ograniczających możliwość uczynienia go produktem tańszym. Są więc prostą odwrotnością strategii konkurencyjności kosztowej.

RYNEK PRODUKTÓW REGIONALNYCH *to wyścig o jakość i unikalny charakter.*

Jak produkty regionalne są przyjmowane przez konsumentów?

Wysoką wartość rynku produktów regionalnych tworzą oczywiście konsumenci, to oni wynoszą

eprasa.pl 88247e8817

na wyżyny ceny win francuskich czy włoskich lub szlachetnych gatunków sera. Największym trendem światowych rynków spożywczych ostatnich lat jest rosnące zainteresowanie konsumentów krajów rozwiniętych produktami regionalnymi, produktami o prawdziwej i autentycznej wartości, produktami naturalnymi z metryką pochodzenia.

Za tym trendem rynków spożywczych idzie zainteresowanie samymi regionami pochodzenia autentycznych produktów. Efekty widzimy w rosnących przychodach regionów winiarskich z turystyki oraz ich atrakcyjność jako miejsce zamieszkania. To właśnie chroni regiony wiejskie przed ubożeniem i daje mieszkańcom perspektywę dobrobytu. Świadoma strategia rozwoju produktów regionalnych może stać się częścią strategii mającej na celu rozwój i promocję poszczególnych regionów czy krajów oraz strategii wspierających zrównoważony rozwój.

Jaką rolę odgrywają produkty regionalne w działalności firmy Ambra?

eprasa.pl 88247e8817

Zajmujemy się winem od 30 lat. Importujemy ponad tysiąc rodzajów win z około setki winnic z całego świata, ale czerpiemy także z naszych miejscowych tradycji. Na przykład zwróciliśmy uwagę na bogactwo polskich owoców i stworzyliśmy recepturę cydru, czyli napoju alkoholowego stanowiącego przefermentowany sok z dojrzałych jabłek.

Ponieważ produkcję prowadzimy na Zamojszczyźnie, zainteresowaliśmy się także rosnącymi tam regionalnymi owocami miękkimi, takimi jak porzeczki czy maliny, i wytwarzaniem z nich win regionalnych.

W jaki sposób Grupa Ambra wspiera regionalne produkty?

W celu wsparcia regionalnych produktów i ich wytwarzania utworzyliśmy fundację Winiarnie Zamojskie. Jej celem jest wspieranie sadowników, którzy chcieliby zająć się winiarstwem, udostępniamy im, szczególnie tym początkującym, nasze laboratorium, a także rozlewnię i półki naszej sieci sklepów. Fundacja zrzesza rosnącą grupę winiarzy działających w regionie Roztoczańskiego Szlaku Winnic.

eprasa.pl 88247e8817

Mamy też wiele innych pomysłów na wspieranie wizji rozwojowych dotyczących produktu regionalnego.

Na czym polega przyjęta przez firmę Ambra Strategia Zrównoważonego Rozwoju 2020/2025?

Strategia dotyczy kilku obszarów naszej działalności.

> *Jeden z nich to ochrona środowiska, zgodnie z nią jeszcze w tym roku osiągniemy* **ZEROEMISYJNOŚĆ** *oraz wprowadzimy gospodarkę obiegu zamkniętego.*

Drugi obszar strategii ma na celu osiągnięcie równowagi społecznej. Oznacza to zarówno stworzenie takich systemów pracy, aby pracownicy utrzymali równowagę między życiem zawodowym i życiem prywatnym, jak i takiej polityki zatrudnienia, aby była ona adresowana do wszystkich grup społecznych, na przykład kobiet czy osób starszych.

Jak przyjęta strategia działania pozwala wspierać produkty regionalne?

eprasa.pl 88247e8817

Istnieje bardzo ścisły związek między ideą regionalności oraz ideą zrównoważonego rozwoju. Regionalność jest wielowymiarowym podejściem, formułą, która pozwala zrównoważyć skutki globalizacji, koncentracji dobrobytu i pracy w dużych centrach urbanistycznych oraz negatywnych skutków tych procesów, czyli erozji gospodarczej, społecznej i demograficznej regionów leżących z dala od aglomeracji.

Produkty regionalne są ważne dla stworzenia zrównoważonych regionów, a także dla całego polskiego rynku produktów spożywczych. Nie może on się rozwijać bez produktów regionalnych i bez czystego regionu.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

ASENSO
more than sauna

ASENSO TO WIĘCEJ NIŻ SAUNA

Dowiedz się więcej na: **asensosa.com**

Producent A|S Produkt

epresa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

LUKSUSOWE SAUNY ASENSO

eprasa.pl 88247e8817

Pandemia zatrzymała nas w domach dłużej, niż się spodziewaliśmy. Wielu z nas odkryło w tym czasie, że **PO KOMFORT NIE TRZEBA WYCHODZIĆ – MOŻNA GO MIEĆ POD WŁASNYM DACHEM.** *Zapewni go domowe kino, siłownia czy… sauna, skrojona dokładnie pod nasze gusta i potrzeby.*

Tekst: **Marek Luster**

Dobra, które jeszcze kilkanaście lat temu były dostępne tylko dla bardzo wąskiego grona, dziś stają się udziałem coraz większej grupy osób. Każdy chce zaznać odrobiny luksusu. Coraz bardziej dbamy też o zdrowie i coraz większą wagę przywiązujemy do estetyki otoczenia, w którym spędzamy dużo czasu. Chcemy już nie tylko tego, by sprzęty i urządzenia, z których korzystamy,

eprasa.pl 88247e8817

sprawnie pełniły swoją funkcję, ale też by pasowały do naszego stylu życia i ozdabiały naszą przestrzeń. Dlatego nie sięgamy po pierwszą z brzegu ofertę, a cena nie jest już jedynym wyznacznikiem naszych wyborów. Stawiamy na doświadczenie i indywidualne podejście do klienta. Coraz większe znaczenie ma też dla nas ekologiczny aspekt działalności firmy, z której usług korzystamy. Na rynku producentów saun wszystkie te kryteria spełnia marka ASENSO.

Rewolucja w produkcji saun

- Sauny ASENSO to dobro luksusowe w każdym aspekcie, zaczynając od niespotykanego do tej pory designu, po materiały użyte zarówno do dekoracji, jak i izolacji – mówi Monika Zakrzewska, brand manager marki ASENSO. Do izolacji w saunach tej marki zastosowano korek ekspandowany zamiast wełny mineralnej, co jest rozwiązaniem przyjaznym dla środowiska. Korek, dzięki swojej budowie, przepuszcza parę wodną, nie nasiąkając. W odróżnieniu od innych materiałów, nie tworzy efektu szklarniowego w pomieszczeniach. Ponadto

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

wysoka wilgotność powietrza nie wpływa na jego parametry techniczne. Jest bardzo trwały, nie uwalnia toksyn i wyróżnia się wysoką odpornością na działanie bakterii, grzybów czy insektów.

To prawdziwa rewolucja w produkcji saun. Dla podkreślenia ekologicznych wartości saun ASENSO, każdy, kto kupuje saunę, dostaje w prezencie drzewko, które organizacja Treedom sadzi na Madagaskarze. Klient staje się jego właścicielem, nadaje mu imię i może przez stronę internetową obserwować, jak drzewo rośnie.

Wprost z alpejskiej łąki

> *Sauna to miejsce, gdzie można się wyciszyć i być bliżej natury. W kolekcji ASENSO Organic do wyłożenia sauny, zamiast standardowej boazerii użyto sklejki* **Z WARSTWĄ WPRASOWANEJ ALPEJSKIEJ ŁĄKI.**

eprasa.pl 88247e8817

Elementy ozdobne wykonano z siana z dodatkiem polnych kwiatów, które nadały niezwykły zapach i wygląd. Łąka znajduje się na wysokości 1700 m n.p.m. w pobliżu Wildspitze, najwyższej góry w Tyrolu, i można do niej dotrzeć tylko pieszo. W dolinie siano jest czyszczone i cięte, a następnie prasowane zgodnie z recepturą i surowymi wytycznymi dotyczącymi jakości.

Firma AS Produkt, produkująca sauny ASENSO, nie ogranicza się do dotychczas stosowanych w saunach materiałów i europejskich wyznaczników stylu. Tworząc nowe kolekcje, inspiruje się egzotycznymi trendami, np. architekturą hinduską, pod wpływem której powstała kolekcja HINDI, która będzie miała swoją premierę pod koniec 2022 roku. Nowoczesny Zakład Produkcji i Montażu Saun pozwolił przystosować ASENSO do ekspansji na cały świat.

Dla każdego to, czego potrzebuje

Każdy klient firmy jest traktowany indywidualnie. Rozmawia się z nim o jego potrzebach i możliwo-

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

ściach wnętrza. Potem może obejrzeć gotowe wizualizacje domowego SPA. Na stronie internetowej **WWW.ASENSOSA.COM** uruchomiono Bibliotekę dla projektantów i architektów, aby mogli sprawnie zaimplementować saunę do projektu domu. Wszystko po to, by decydując się na saunę w domu, nie trzeba było polegać tylko na swojej wyobraźni, lecz by można sprawdzić i zobaczyć, jak będzie wyglądać własna strefa komfortu.

> *Każda sauna to dzieło sztuki, dopracowane w najmniejszych detalach. Wielką wagę firma przykłada zwłaszcza do* **TZW. SERCA SAUNY, CZYLI DOBORU ODPOWIEDNIEGO PIECA**.

W kolekcji ASENSO znajdziemy sauny wewnętrzne i zewnętrzne. Łącznie ponad 200 różnych modeli, biorąc pod uwagę rodzaj rozmieszczenia (od wnękowej, przez narożnikową, po wolnostojącą) oraz wymiary. Powstały dzięki twórczej współpracy pro-

eprasa.pl 88247e8817

jektantów: Katarzyny Stefaniak, Marka Walczaka oraz Pawła Klamanna.

Korzyści z sauny

W saunowaniu nie chodzi jednak tylko o komfort, ale także o zdrowie. Ta forma wypoczynku niesie z sobą sporo korzyści. Naprzemienne ogrzewanie i schładzanie ciała hartuje i wzmacnia odporność. Jest dobre dla skóry – ujędrnia ją i poprawia jej koloryt. Łagodzi także bóle stawów. Ma również ogromny wpływ na sferę psychiczną. Cichy azyl, z dala od nośników informacji, to prawdziwa uczta dla ducha. Teraz jest już ona dostępna niemal dla każdego – nawet dla osób, które dawniej musiały rezygnować z sauny ze względu na przeciwskazania. Dziś także one znajdą w szerokiej ofercie odpowiednie dla siebie propozycje.

– Pamiętajmy, że saunowanie to nie tylko ekstremalnie wysoka temperatura saun fińskich, ale także kabiny IR czy łagodne BIO-sauny – podkreśla Monika Zakrzewska. Te pierwsze to kabiny na promienie

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

podczerwone, ogrzewające ciało od środka. Drugie to rodzaj sauny suchej o umiarkowanej temperaturze. Można od nich bezpiecznie rozpocząć przygodę z saunowaniem.

Artykuł promocyjny

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

WAKACYJNA LOTERIA LOTOS

WYGRYWAJ
paliwo na letnie podróże

nagroda główna

100 000 zł

ZRÓB ZAKUPY, ZAREJESTRUJ KOD | **WYGRAJ ATRAKCYJNE NAGRODY!**
Szczegóły na stronie **www.loteria.lotos.pl**

LOTOS

Loteria dla osób, które ukończyły 18 lat i mieszkają na terenie Polski. Zachowaj kod uprawniający do udziału w loterii. Promocja trwa od 14.06.2022 do 16.08.2022. Lista stacji objętych loterią oraz regulamin Wakacyjnej Loterii LOTOS dostępne na loteria.lotos.pl. Organizator: Nafta Sp. z o.o.

eprasa.pl 88247e8817

DWUTLENEK WĘGLA – JAK GO OGRANICZAĆ I SKŁADOWAĆ?

Fot. Materiały prasowe

Forum Wizja Rozwoju. Panel „Co zrobić z CO_2? Czyli pomalujmy wodór na niebiesko! Możliwości i potencjał zastosowania sekwestracji i mineralizacji CO_2, czy może produkcja pomidorów”

eprasa.pl 88247e8817

Możliwości i potencjał zastosowania sekwestracji dwutlenku węgla były tematem panelu odbywającego się w ramach tegorocznego Forum Wizja Rozwoju. Uczestnicy zastanawiali się, **JAKIMI METODAMI NAJLEPIEJ UZYSKAĆ TZW. NIEBIESKI WODÓR I JAKI SPOSÓB SKŁADOWANIA CO_2 JEST NAJLEPSZY**. *W panelu uczestniczył Jan Biedroń, szef Biura Technologii Grupy Lotos S.A.*

Tekst: **Magdalena Okoniewska**

Ograniczanie emisji dwutlenku węgla to konieczność wynikająca ze zmian klimatycznych. Na temat tych zmian mówił profesor Grzegorz Pieńkowski z Państwowego Instytutu Geologicznego Państwowego Instytutu Badawczego, który przypomniał o postępującym zjawisku ocieplania klimatu.

eprasa.pl 88247e8817

Nieuchronne zmiany klimatyczne

– Jako środowisko naukowe jesteśmy zaskakiwani nowymi informacjami na ten temat. Wynika z nich, między innymi z danych pochodzących z Antarktyki, że tempo ocieplania klimatu jest piorunujące. W związku z tym perspektywa wzrostu poziomu morza o 3 metry w ciągu 100–150 lat jest całkiem realna, Nie możemy tego problemu odpuścić, nawet w obliczu innych problemów i napięć, których nie brakuje obecnie na świecie – mówił profesor Pieńkowski.

Podkreślił także, że samo zatrzymanie emisji dwutlenku węgla to za mało. System ziemski działa w ten sposób, że włączają się tak zwane sprzężenia zwrotne, czyli na przykład rozmarzanie wiecznej zmarzliny, która uwalnia dodatkowe ilości metanu. Punktem krytycznym będzie uwolnienie hydratów metanu z den oceanicznych. Efektem takich zjawisk w przeszłości były efekty cieplarniane, które zmieniały klimat na ziemi do tego stopnia, że następowały wielkie wymierania.

eprasa.pl 88247e8817

W związku z tym konieczne jest podjęcie działań mających na celu nie tylko ograniczenie emisji CO_2, ale także wychwyt i trwałe wiązanie obecnego już w atmosferze dwutlenku węgla oraz wykorzystanie jako paliwa bezemisyjnego wodoru.

Lotos planuje wychwyt CO_2

Rafineria Lotos w Gdańsku produkuje około 17 ton wodoru na godzinę, jest on wykorzystywany do celów technologicznych, takich jak odsiarczanie i procesy konwersji. Produkowane jest także 180 ton dwutlenku węgla na godzinę, który można łatwo wychwycić podczas tego procesu. O wiele trudniej osiągnąć to w przypadku spalin pochodzących na przykład z systemów grzewczych.

– Myślimy nad wychwytem dwutlenku węgla. Mamy do dyspozycji dwie metody: sekwestrację albo utylizację. Można z CO_2 wytworzyć kolejne substancje, które mogą zostać ponownie wykorzystane, jednak do tego celu potrzebna jest stosunkowo tania energia, którą na razie nie dysponujemy –

eprasa.pl 88247e8817

mówił Jan Biedroń, szef Biura Technologii, Grupa Lotos S.A.

> *Motorem do tego, aby dwutlenek węgla wychwytywać i w rozsądny sposób zagospodarować, z pewnością są* **OPŁATY ZA EMISJE,** *które rosną w zastraszającym tempie*

– Sekwestracja lub pompowanie dwutlenku węgla pod ziemię może być jakimś rozwiązaniem, ale nie jest ono doskonałe. Myślimy też o tym, aby część naszego wodoru zastąpić wodorem z elektrolizy. Obecnie jesteśmy na etapie planowania takiego projektu. W tym wypadku zastąpienie całego wodoru wydaje się raczej mało prawdopodobne ze względu na koszty i brak odnawialnej energii elektrycznej. Planujemy natomiast budowę elektrolizerów o mocy około 100 MW, co pozwoliłoby nam zastąpić jeden reforming parowy. Jest to pewien plan na zmniejszenie emisji CO_2, ale oczywiście

eprasa.pl 88247e8817

czekamy na energię odnawialną – mówił Jan Biedroń.

Trzeci sposób rozważany przez Lotos to wykorzystanie fermentacji beztlenowej odpadów do produkcji biogazu, oczyszczenie biogazu do biometanu i zastąpienie nim gazu ziemnego.

Produkcja wodoru z certyfikatem

Warunkiem wykorzystania wodoru jest uzyskanie przez niego certyfikatu. Jedną z metod, aby wodór produkowany metodą reformingu parowego uzyskał certyfikat, jest zastosowanie wychwytu dwutlenku węgla w takim procesie.

Na ten temat mówił Michel Nils, przedstawiciel firmy Air Liquide, która jako jedna z czterech firm bierze udział w programie certyfikacji, dającym gwarancje pochodzenia wodoru.

– Pierwszy obiekt, w którym stosowany jest wychwyt CO_2 z zastosowaniem metody reformingu parowego, uruchomiliśmy w roku 2015. Jest to nowa technologia, polegająca na separacji dwutlenku

eprasa.pl 88247e8817

węgla, który jest potem dostępny w formie wysoko oczyszczonej. Wychwytywanych jest 300 ton CO_2 dziennie. Uzyskujemy na godzinę 50 tys. m sześc. Dwutlenku węgla, który może być upłynniany lub utrzymywany w formie gazowej – mówił Nils.

Inna metoda stosowana przez Air Liquide do wychwytywania CO_2 polega na zastosowaniu strumienia metanowego.

Hub wodorowy w Porcie Gdynia

Na temat działań Portu Morskiego Gdynia, dotyczących wychwytu dwutlenku węgla mówiła Beata Szymanowska – kierownik Działu Badań i Rozwoju Technologii Portu Gdynia S.A. członek rady koordynacyjnej ds. wodoru przy Ministerstwie Klimatu i Środowiska.

– Na terenie portu działają setki różnych przedsiębiorstw. Jednak Port Gdynia jest stosunkowo niewielkim portem i produkcja CO_2 na jego terenie nie jest dużym problemem. Jednak na pewno zarząd Portu Gdynia umieści w swojej strategii wielkość

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Shutterstock

Niebieski wodór

to wodór produkowany z wykorzystaniem paliw kopalnych przy wykorzystaniu metod wychwytu dwutlenku węgla w celu zmniejszenia poziomu zanieczyszczeń. Najczęściej stosowanymi do tego celu metodami są – CCS (Carbon Capture Storage) oraz CCU (Carbon Capture Utilization). W produkcji wodoru stosuje się różne metody, jest to między innymi metoda elektrolizy, druga metoda to reforming paliwowy, który skutkuje emisją 9–10 kg CO_2 na 1 kg wodoru. Jeśli zgodnie z wytycznymi Unii Europejskiej musimy dążyć do produkcji wodoru za pomocą procesów, które mają niski ślad węglowy, to wtedy zachodzi konieczność wychwytu dwutlenku węgla.

eprasa.pl 88247e8817

emisji CO_2, sposób jego zagospodarowania i wykorzystania przy produkcji zielonego wodoru – mówiła.

Port Gdynia rozważa produkcję wodoru metodą elektrolizy lub reformingu parowego.

– Analizujemy, czy na obszarze terminali jest możliwość zainstalowania elektrolizerów z zastosowaniem paneli fotowoltaicznych. Mamy nadzieję, że takie rozwiązanie będzie atrakcyjne dla naszych klientów. Opracowaliśmy dokument „Hub wodorowy w Porcie Gdynia”, obliczyliśmy poziom zapotrzebowania na wodór, który wynosi około 3,5 tysiąca ton rocznie na terenie portu. Natomiast w przypadku naszych partnerów spoza granic administracyjnych portu mówimy o zapotrzebowaniu w wysokości 6,5 tysiąca ton wodoru rocznie – mówiła Beata Szymanowska.

– Będziemy korzystać z wodoru dostarczanego przez firmy zewnętrzne, na początku będzie to wodór szary, gdyż wodór zielony jest zbyt drogi. Rozmawiamy na ten temat z Lotosem i Orlenem. Namawiamy także operatorów terminali, aby wymienili swoje urządzenia na wodorowe – mówiła

eprasa.pl 88247e8817

Planowane jest także uruchomienie na terenie portu farmy fotowoltaicznej, być może dzięki uzyskaniu nadmiaru energii będzie można przy jej pomocy produkować zielony wodór.

Potrzebne regulacje i ulgi podatkowe

> *Ograniczając emisję CO_2, Grupa PGE planuje odejście od węgla i zastąpienie go mniej emisyjnym gazem. W roku 2050 Grupa zamierza być* **NEUTRALNA KLIMATYCZNIE.**

– W związku z tym rozważamy zastosowanie wychwytu CO_2, jednak wymaga to kalkulacji. Ze wstępnym analiz wynika, że koszt wychwytu i składowania dwutlenku węgla wynosiłby około 60–80 euro za tonę. W celu wprowadzenia takich rozwiązań szukamy partnerów, którzy zajęliby się przesyłem i składowaniem CO_2 lub jego przetwarzaniem – mówił Rafał Nowakowski, dyrektor Departamentu Badań

eprasa.pl 88247e8817

i Rozwoju PGE Energia Ciepła S.A., który zwrócił uwagę na wiele barier w kwestiach regulacyjnych.

– Brakuje w tym zakresie regulacji, zarówno na poziomie krajowym, jak i unijnym – dodał.

Rozwiązania przewidujące ulgi podatkowe za wykorzystywanie dwutlenku węgla do celów rolniczych stosowane są na przykład w Holandii. Działa tam system wspierania wychwytu, przesyłania i wykorzystania CO_2.

W Polsce podejmowane są już pewne działania na szczeblu rządowym. W sierpniu 2021 roku Ministerstwo Klimatu powołało zespół do spraw rozwoju wychwytywania, magazynowania i wykorzystania dwutlenku węgla, które zajmuje się analizą tego tematu

Składowanie CO_2 - jak i gdzie?

Większość wychwyconego CO_2 musi zostać trwale zeskładowana. Składowanie musi spełniać kilka kryteriów: powinno być trwałe, nieniszczące dla środowiska i efektywne ekonomicznie.

eprasa.pl 88247e8817

Ze względu na sposób składowania sekwestrację geologiczną można podzielić na magazynowanie CO_2 w zbiornikach umieszczonych pod powierzchnią ziemi albo wiązanie CO_2 w strukturze minerałów i skał. Obecnie jest stosowana sekwestracja przez włączanie do porowatych skał dwutlenku węgla wychwyconego w źródłach punktowych. Magazynowanie, nazywane sekwestracją fizyczną, zapewnia umieszczenie CO_2 w podziemnym zbiorniku. Jest nim najczęściej skała osadowa, podziemna warstwa solankowa lub niezdatny do eksploatacji pokład węgla. Magazynowanie oparte jest na uwięzieniu wychwyconego dwutlenku węgla w przestrzeniach porowych (obszarami pomiędzy ziarnami), naturalnie występujących w tych skałach.

Na ten temat mówił profesor Grzegorz Pieńkowski, który wskazał, że w Polsce są dostępne struktury, w których można składować dwutlenek węgla, i przypomniał, że składowanie CO_2 rozpoczęto w elektrowni Bełchatów już na początku XXI wieku (co zarzucono w roku 2008).

eprasa.pl 88247e8817

Zapewnił też, że składowanie CO_2 jest bezpieczne, jedynym problemem mogą być źle zabezpieczone stare otwory wiertnicze.

W Polsce istnieją struktury pozwalające na składowanie CO_2. Dla PGE Bełchatów jest to struktura Wojczyce (nieużytkowe wody solankowe), spełniająca wszelkie wymogi dotyczące przepuszczalności czy porowatości.

– Kluczowa jest jakość uszczelnień, stosowana jest także sekwestracja za pomocą kilku systemów, oddzielonych nieprzepuszczalnymi warstwami – mówił profesor Pieńkowski.

Na świecie funkcjonuje około 70 miejsc sekwestracji CO_2 i są one bezpieczne. W Polsce jest wiele miejsc, które nadawałyby się do tego celu. Dla regionu Pomorza mogłyby to być okolice Płocka i Torunia.

Według profesora Pieńkowskiego sekwestracja, czyli trwałe wtłaczanie CO_2 w struktury geologiczne, to jedyny sposób na uwolnienie się od śladu węglowego, ponieważ inne sposoby nie hamują emisji CO_2 (z wyjątkiem procesu fotosytezy).

eprasa.pl 88247e8817

CO_2 może być także składowany w formacjach bazaltowych, gdzie zachodzi trwałe wiązanie chemiczne dwutlenku węgla, jednak ten proces nie jest tak skuteczny jak wtłaczanie dwutlenku węgla w nieużytkowe wody solankowe.

– Przy tak skoncentrowanej działalności jak ta dotycząca Elektrowni Bełchatów CCS jest metodą na uzyskanie bezemisyjnej elektrowni węglowej – mówił profesor.

– Gazowo–elektryczny blok elektrowni Bełchatów o mocy 100 MW emituje 5 mln ton CO_2, jest to ilość, którą można składować we wskazany sposób – potwierdził Rafał Nowakowski z PGE.

Zamiast składować - lepiej mniej emitować

Jan Biedroń z Lotosu podkreślił, że wychwytywanie CO_2 i składowanie wymaga zastosowania technologii, która także skutkuje emisją tego gazu.

– Najlepszym wyjściem byłoby stosowanie takich paliw, które pozwalają emitować jak najmniej CO_2

eprasa.pl 88247e8817

lub wcale. Przyglądamy się różnym lokalizacjom, jeśli chodzi o produkcję wodoru, którego transport jest drogi. Rozważamy elektrolizę i reforming parowy o małej skali – mówił.

O redukcji CO_2 mówił też Rafał Nowakowski, który stwierdził, że zastosowanie wodoru w ciepłownictwie byłoby bardzo niskosprawnym procesem (rzędu 30 procent), dlatego PGE nie planuje na razie wykorzystanie w tym celu wodoru.

– Jeśli pojawia się technologie i możliwości, to będziemy rozważać spalanie zielonego wodoru. W tej chwili poszukujemy innych technologii umożliwiających produkcję ciepła, takich jak pompy ciepła, kotły elektrodowe, wykorzystujące zieloną energię. Takie kotły zostały zainstalowane przez PGE w elektrociepłowni w Gdańsku– dodał.

Panel pod tytułem „Co zrobić z CO_2? Czyli pomalujmy wodór na niebiesko! Możliwości i potencjał zastosowania sekwestracji i mineralizacji CO_2, czy może produkcja pomidorów?” odbył się drugiego dnia Forum Wizja Rozwoju.

eprasa.pl 88247e8817

Moderatorem panelu był Marek Foltynowicz – ekspert ds. Wodoru Regionalnej Izby Gospodarczej Pomorza

W panelu wzięli udział: Jan Biedroń, szef Biura Technologii, Grupa LOTOS S.A., Michel Nils – senior sales manager Transition Europe Air Liquide Engineering & Construction, Rafał Nowakowski – dyrektor Departamentu Badań i Rozwoju PGE Energia Ciepła S.A., Grzegorz Pieńkowski – profesor w Państwowym Instytucie Geologicznym – Państwowym Instytucie Badawczym oraz Beata Szymanowska – kierownik Działu Badań i Rozwoju Technologii, Zarząd Morskiego Portu Gdynia S.A.

V edycja Forum Wizja Rozwoju odbyła się 20 i 21 czerwca 2022 roku w Akademii Marynarki Wojennej w Gdyni. Tematyka wydarzenia, które odbywało się pod patronatem Premiera RP Mateusza Morawieckiego, dotyczyła najważniejszych wyzwań stojących przed polską gospodarką, między innymi związanych z szeroko pojętym bezpieczeństwem, energetyką,

eprasa.pl 88247e8817

MEW (małe elektrownie wodne), gospodarką morską, troską o lokalną tożsamość i rozwój społeczności lokalnych. W ramach spotkania odbyło się Forum Kół Gospodyń Wiejskich, Kongres Srebrnej Gospodarki oraz Hackathon.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

3W, CZYLI ODPOWIEDZIALNE PODEJŚCIE DO ZASOBÓW

Forum Wizja Rozwoju, panel dotyczący form i możliwość finansowania inwestycji w łańcuchu wartości paliw nisko- i zeroemisyjnych

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

O PROJEKCIE 3W, KTÓRY WSPIERA ŚWIAT NAUKI I BIZNESU W ROZWOJU NOWOCZESNYCH TECHNOLOGII *stanowiących odpowiedź na wyzwania cywilizacyjne,* **MÓWI ADAM ŻELEZIK**, *dyrektor Biura Inicjatyw Strategicznych w Banku Gospodarstwa Krajowego.*

Rozmawiała **Magdalena Okoniewska**

Niespełna rok temu, w sierpniu 2021 r., właśnie tutaj w Gdyni na Kongresie 3W towarzyszącym Forum Wizja Rozwoju ogłosiliście Ideę 3W. Proszę przypomnieć jej główne założenia.

Idea 3W jest zgodna z misją BGK, która mówi o wspieraniu zrównoważonego rozwoju społeczno-gospodarczego Polski. Stworzyliśmy koncepcję 3W, aby wykorzystać potencjał wodoru, wody i nowoczesnych technologii węglowych w gospodarce tak, aby Polska i polskie firmy mogły dzięki nim budować

eprasa.pl 88247e8817

przewagę konkurencyjną. Wiąże się to z wyzwaniami związanymi ze zmianami klimatycznymi i transformacją energetyczną, które dotyczą całego świata.

Celem projektu 3W jest wsparcie świata nauki i biznesu w rozwoju nowoczesnych technologii stosowanych w m.in. przemyśle, energetyce i medycynie.

> *Te trzy zasoby –* **WODA, WODÓR I WĘGIEL** *– odpowiednio wykorzystane mają zmienić polską gospodarkę w bardziej innowacyjną i konkurencyjną.*

Jest to długofalowy projekt, który ma aktywizować społeczeństwo, biznes, świat nauki i administrację państwową.

Aby inicjatywa 3W odniosła sukces, niezbędna jest współpraca między światem nauki, biznesu i administracji. Bank Gospodarstwa Krajowego podjął się roli integratora tych środowisk, by działać na rzecz zrównoważonego rozwoju i zwiększania konkurencyjności polskiej gospodarki.

eprasa.pl 88247e8817

Jakie znaczenie w idei 3W mają trzy zasoby - woda, wodór i węgiel?

Inicjatywa 3W polega na odpowiedzialnym podejściu do tych trzech zasobów i ma wspierać innowacyjne projekty związane z ich odpowiedzialnym wykorzystaniem. O wodzie mówimy coraz więcej, wiemy, że jej zasoby są rozłożone nierównomiernie i trzeba nauczyć się umiejętnie nią gospodarować. Woda nabiera także zupełnie nowego znaczenia w kontekście gospodarki wodorowej, ponieważ głównym źródłem wodoru w obecnie stosowanych technologiach jest elektroliza, co oznacza, że wodór pozyskujemy z wody.

W przypadku węgla nie mówimy o jego wykorzystaniu energetycznym, ale o zastosowaniu w technologiach materiałowych. Jest to zastosowanie bardzo szerokie, zarówno w obszarze zarządzania wodą, czyli dotyczącym ochrony, oczyszczanie i odsalania wody, jak i w technologiach wodorowych, związanych z magazynowaniem wodoru oraz jego dystrybucją. Musimy pamiętać o tym, że węgiel to nie jest

eprasa.pl 88247e8817

tylko czarna skała, która szkodzi naszemu środowisku. Węgiel to przecież także grafen, nanorurki węglowe, fulereny...

Jak przez miniony rok rozwijał się ten projekt?

Na początku zajmowaliśmy się tworzeniem odpowiednich struktur umożliwiających jego funkcjonowanie, koncentrowaliśmy się na sprawach organizacyjnych. Obecnie minęło już trochę czasu i widoczne są konkretne efekty tej inicjatywy.

> *M.in. powołaliśmy* **INTERDYSCYPLINARNE CENTRUM INNOWACJI 3W,** *czyli ICI 3W. Jest to inicjatywa, którą Bank Gospodarstwa Krajowego zapoczątkował wspólnie z czołowymi polskimi uczelniami i Siecią Badawczą Łukasiewicz.*

Naszym celem jest stworzenie naukowo-biznesowej społeczności 3W, w której między innymi koordynuje się projekty badawcze inicjowane i prowadzone przez uczelnie oraz instytuty. Pomysły i realizo-

eprasa.pl 88247e8817

wane przedsięwzięcia mają odpowiadać na potrzeby zgłaszane przez biznes. Z drugiej strony te pomysły, które są inicjowane przez świat nauki, mogą znaleźć za pośrednictwem naszego Centrum swoich odbiorców biznesowych.

Obecnie współpracuje z nami dwanaście czołowych uczelni. Kładziemy bardzo duży nacisk na rozwój ICI 3W i mamy nadzieję, że jego znaczenie będzie rosło. Chcemy, by centrum oferowało różnorodne instrumenty wsparcia.

Na czym będzie polegało to wsparcie?

Będzie to nie tylko wsparcie finansowe, z jakim może się kojarzyć BGK jako instytucja bankowa. Będzie to wsparcie eksperckie, będziemy wspomagać podmioty w tworzeniu studium wykonalności, przy tworzeniu dokumentacji i przy certyfikacji projektów. Będzie to dotyczyć nie tylko projektów, które powstaną w ramach Centrum, ale także zewnętrznych. Certyfikacja będzie dotyczyła nie tylko poziomu gotowości technologicznej, ale w przyszłości także zrównoważonego podejścia do środowiska. Centrum będzie insty-

eprasa.pl 88247e8817

Zrównoważony rozwój

Adam Żelezik, dyrektor Biura Inicjatyw Strategicznych w Banku Gospodarstwa Krajowego

Fot. Materiały prasowe

epresa.pl 88247e8817

tucją na tyle niezależną i o dużej renomie, że taki certyfikat będzie miał duże znaczenie.

Projekty będą otrzymywały finansowanie nie tylko z BGK. Dzięki temu, że tak dużo uczelni bierze udział w pracach Centrum, otwierają się możliwości aplikowania o dużo większe środki, na przykład unijne. Myślimy też o wsparciu relacyjnym, które polega na tym, że nawiązujemy kontakt z partnerem biznesowym zainteresowanym wdrożeniem projektu.

Nawiązaliśmy stałe relacje z kilkudziesięcioma partnerami, którzy spełniają kryteria idei 3W, czyli działają w zgodzie z naszymi założeniami i którzy rozwijają się niejako „pod naszymi skrzydłami”.

Prowadzimy także działania edukacyjne, na przykład planujemy wprowadzenie interdyscyplinarnego kierunku studiów, który łączyłby zagadnienia dotyczące trzech zasobów: wody, wodoru i węgla.

Jak przedsiębiorcy przyjmują ideę 3W?

Gdy informujemy o tej idei podczas konferencji, spotkań czy warsztatów, to przyjęcie jest entuzja-

eprasa.pl 88247e8817

styczne, tym bardziej że inicjatywa jest dość niesza-blonowa. Zwykle bowiem bank proponuje wsparcie finansowe, my natomiast oferujemy coś więcej.

> *Chcemy* **BUDOWAĆ SPOŁECZNOŚĆ 3W,** *w której spotykają się wszystkie grupy interesariuszy, zarówno sektor publiczny, jak i prywatny, przedstawiciele świata biznesu i świata nauki.*

Wśród celów idei 3W mamy z jednej strony zwiększenie skuteczności komercjalizacji projektów, z drugiej - ochronę własności intelektualnej (będziemy zwracać uwagę na to, aby ta własność intelektualna została w Polsce), a także udzielanie wsparcia i finansowego i merytorycznego.

Jednym z naszych celów jest to, aby idea nasza weszła do codziennych wyborów konsumenckich, aby konsument kupując usługę czy produkt, zastanawiał się, czy został on wyprodukowany ze zwróceniem uwagi na aspekt zrównoważonego podejścia

eprasa.pl 88247e8817

do takich zasobów jak woda, wodór czy węgiel. Jest to na pewno działanie długofalowe i nie możemy się tutaj spodziewać szybkich efektów. Poprzez projekt 3W chcemy jednak pracować nad zwiększaniem świadomości społeczeństwa, że decyzje, które podejmujemy każdego dnia, mają wpływ nie tylko na nasze środowisko, ale też na kondycję polskich firm i polskiej gospodarki.

Czy firmy są zainteresowane partnerstwem z ICI?

Są partnerzy, którzy są zainteresowani, aby wdrażać i rozwijać innowacyjne technologie, jednak potrzebują oni także pewnych mechanizmów wsparcia. Mamy tutaj do czynienia z dwiema grupami takich podmiotów. Pierwszą tworzą firmy o ugruntowanej zdolności kredytowej, czyli takie, które stać na to, aby przeznaczyć na realizację projektu własny kapitał oraz skorzystać ze środków standardowo dostępnych na rynku, czyli z kredytów bankowych.

Są także podmioty, które są na dosyć wczesnym etapie rozwoju i nie dotyczy to tylko start-upów, które mogą otrzymać finansowanie, ale jego skala

eprasa.pl 88247e8817

jest niewystarczająca do realizacji projektu. Wówczas proponujemy instrumenty kapitałowe (inwestor staje się udziałowcem takiego podmiotu). W tym celu w strukturach Grupy BGK został powołany fundusz Vinci, fundusz venture capital, którego misją jest wspieranie takich innowacyjnych projektów na wczesnym etapie rozwoju.

Brał pan udział w panelu dyskusyjnym dotyczącym form i możliwość finansowania inwestycji w całym łańcuchu wartości paliw nisko- i zeroemisyjnych, który odbywał się w ramach tegorocznego Forum Wizja Rozwoju, które odbyło się 20 i 21 czerwca 2022 w Gdyni. Dyskusja dotyczyła między innymi innowacyjnych projektów wodorowych. Jak BGK chce wspierać takie projekty?

Zmiany klimatu to również inwestycje w nowoczesne i odnawialne źródła energii. Wodór ma szansę stać się paliwem przyszłości, a my mamy szansę być w tym zakresie liderem. Doliny wodorowe, farmy wiatrowe, które produkują zielony wodór, autobusy i pociągi wodorowe to projekty, które mają szansę

eprasa.pl 88247e8817

na realizację. Finansowanie takich projektów jest niezbędne i trzeba przygotować na to zarówno rynek bankowy, jak i podmioty, które powinny mieć świadomość wymagań, jakie powinny spełniać, aby się o nie ubiegać.

Inwestycje wodorowe, szczególnie infrastrukturalne, to projekty realizowane w formule project finance, co oznacza, że do realizacji inwestycji tworzy się spółkę celową. Poza tym gospodarka wodorowa jest nieefektywna ekonomicznie, gdy porówna się koszt wytworzenia paliwa wodorowego z kosztami wytworzenia innych paliw, choć trzeba przyznać też, że i tak w ostatnich latach ta kwestia uległa znacznej poprawie.

> *Istotna jest także skala produkcji. Dopiero za kilka lata powstanie w Polsce pierwszy* **WIELKOSKALOWY ELEKTROLIZER.** *Projekty wodorowe muszą mieć długi horyzont finansowania znacznie dłuższy niż standardowe projekty.*

eprasa.pl 88247e8817

Trzeba także zakładać okresy karencji lub innego rodzaju wsparcia w okresie przejściowym. Okresy dojścia do rentowności są w przypadku tych projektów dłuższe, mówimy minimum o pięciu latach.

Jakie jeszcze są bariery finansowania projektów infrastrukturalnych opartych na technologiach wodorowych?

Jedną z barier jest mały rynek, gdyż popyt i podaż są zbyt małe w stosunku do jego docelowej wartości. Żadna instalacja, nawet wytworzona w najbardziej ekonomicznej technologii, nie będzie rentowna w małej skali. Skoro okres dojścia do rentowności jest dłuższy, muszą być dostępne instrumenty finansowe o długim czasie finansowania czy mechanizmy ograniczające ryzyko zmian stóp procentowych.

Barierą jest obecnie także brak stałych odbiorców, którzy byliby gotowi zawrzeć długoterminowe umowy na odbiór zielonego paliwa, ale to z czasem na pewno się zmieni. Wiemy, że Orlen czy inne duże

eprasa.pl 88247e8817

firmy, które będą wodór wykorzystywać do swoich celów produkcyjnych, są gotowe do zawarcia takich właśnie umów.

Jak mogą w tym pomóc doliny wodorowe?

Doliny wodorowe to obszary, na których kilka etapów łańcucha gospodarki wodorowej łączy się w zintegrowany ekosystem. Najlepiej, gdy obejmuje on cały łańcuch dostaw wodoru, produkcję, przechowywanie, dystrybucję i wykorzystanie. W ramach takich dolin następuje połączenie poszczególnych projektów i budowanie partnerstw strategicznych na rzecz rozwoju transportu niskoemisyjnego, ochrony środowiska czy rozwoju zaawansowanych technologicznie dziedzin przemysłu.

Jakie są teraz największe wyzwania, jeśli chodzi o wodę?

Woda jako źródło życia, ale również niezbędny zasób wykorzystywany w przemyśle i energetyce ma ogromne znaczenie dla dalszego rozwoju nowych technologii. Umiejętne gospodarowanie wodą może pomóc budować kapitał technologiczny.

eprasa.pl 88247e8817

W Polsce na mieszkańca przypada średnio 1600 sześc. wody – **TRZY RAZY MNIEJ NIŻ ŚREDNIO W EUROPIE,** *dlatego musimy zadbać o retencję i systemy melioracyjne.*

Jest to szczególnie ważne w dobie zmieniającego się gwałtownie klimatu.

Temat wody wiąże się także z tematem wodoru, gdyż bardzo duże ilości wody są potrzebne do jego produkcji przy stosowaniu elektrolizy. Woda do tego celu musi być specjalnie przygotowana. W tym obszarze jest duże pole do popisu dla technologii nanowęglowych, mówimy o grafenie, o nanorurkach, które stosowane są do oczyszczania wody. Mamy wśród naszych partnerów w ramach 3W firmy oferujące tanie technologie oczyszczania wody przy wykorzystaniu nanotechnologii węglowej.

Nanotechnologie węglowe, czyli np. grafen, fulereny, nanorurki węglowe, to też część 3W. Taki węgiel

eprasa.pl 88247e8817

zmienia świat, na przykład w zakresie technologii cyfrowych. Ale może on być też ważnym elementem przemysłu obronnego. Jak go można wykorzystać?

Przemysł obronny to duży rynek, który w kontekście ostatnich zmian geopolitycznych nabrał jeszcze większego znaczenia i to znaczenie będzie rosło. Dla tego rynku technologie węglowe to kopalnia pomysłów wykorzystujących właściwości alotropowych odmian węgla, czyli różnych struktur powodujących, że różne materiały mają zupełnie inne właściwości fizykochemiczne i mogą mieć przeróżne zastosowanie. Nanorurki węglowe mają ogromną wytrzymałość, co ma znaczenie dla przemysłu obronnego, mogą stanowić elementy obrony balistycznej, pancerzy czy czołgów. Grafen może być wykorzystywany w lotnictwie, pokryte nim skrzydła samolotu łatwo odmrozić, bo grafen przewodzi prąd.

Artykuł promocyjny

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

wprost.

Raport

FIRMY ODPOWIEDZIALNE

PARTNERZY RAPORTU

Santander

Enea

eprasa.pl 88247e8817

Fot. 123fr

ESG, CZYLI ROZWÓJ, KTÓRY OPŁACA SIĘ WSZYSTKIM

eprasa.pl 88247e8817

PRZYSZŁOŚĆ BIZNESU BUDUJE SIĘ NA FUNDAMENCIE ZRÓWNOWAŻONEGO ROZWOJU, *a inwestorzy i klienci oczekują, że firmy będą dokładały swoje cegiełki do tej konstrukcji. Ścieżkę rozwoju, w którym uwzględnia się środowisko naturalne, dobro pracowników i uczciwe zasady współpracy, wskazuje ESG.*

Tekst: **Marek Luster**

ESG to skrót bardzo dobrze znany inwestorom i dużym firmom, ale też coraz częściej pojawiający się w strategiach mniejszych przedsiębiorstw.

– Buduje to ich wartość w oczach wszystkich interesariuszy, którzy wymagają od przedsiębiorców, by działali zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju. Integralną częścią strategii biznesowej Santander Bank Polska jest Strategia Odpowiedzialnej Bankowości – Responsible Banking. Jej filary to: troska

eprasa.pl 88247e8817

o środowisko i rozwój zielonej oferty, inkluzywna bankowość i edukacja, a także budowanie kultury korporacyjnej w oparciu o różnorodność. – wyjaśnia Katarzyna Teter, menadżerka zespołu zrównoważonego rozwoju i ESG w Santander Bank Polska.

Trzy litery, które wyznaczają kierunek rozwoju

Te trzy litery, które coraz silniej wpływają na kierunek, w którym podążają firmy, odnoszą się do trzech kluczowych z punktu widzenia odpowiedzialnego biznesu zagadnień: E-environment (środowisko naturalne), S-social (otoczenie społeczne), G-corporate governance (ład korporacyjny).

Santander Bank Polska od kilku lat wdraża te zadania do swojej strategii, a rezultaty przedstawia w dorocznych raportach. Jakimi działaniami może pochwalić się ten jeden z największych działających w naszym kraju bank? Choćby realizacją postanowień podpisanej w 2017 roku Karty Różnorodności.

eprasa.pl 88247e8817

– Obliguje ona organizacje do wprowadzenia zakazu dyskryminacji w miejscu pracy, działania na rzecz promocji różnorodności, spójności oraz równości społecznej. Dlatego powstał projekt „Różnosprawni”, który ma zapewnić różnorodne, odpowiednio dostosowane miejsca pracy dla osób ze szczególnymi potrzebami. W 2021 r. bank wprowadził do oferty karty z wycięciem na krawędzi, które ułatwia jej użytkowanie osobom z niepełnosprawnością wzroku, np. w bankomatach lub podczas płatności – opowiada Maria Wlaźlak, dyrektorka Biura Etyki i Relacji w Santander Bank Polska

Same karty w 85 proc. wyprodukowane są z plastiku pochodzącego z recyklingu.

Santander Bank Polska: wszyscy mają się czuć mile widziani. Bez barier

Od kilkunastu lat bank realizuje program „Obsługa bez barier”. Jego celem jest zapewnienie dostępności usług i produktów dla klientów z różnymi potrzebami. W ramach tego programu m. in. wprowadzono

eprasa.pl 88247e8817

„mówiące” bankomaty, możliwość rozmowy online z doradcą w polskim języku migowym. W tym roku po raz kolejny bank znalazł się na liście Diversity IN Check, najbardziej zaawansowanych pracodawców w Polsce pod względem różnorodności oraz tworzenia inkluzywnych miejsc pracy.

> *Warto wspomnieć także* **O ZIELONYM FINANSOWANIU,** *które zostało udzielone w 2021 roku przez spółki z grupy Santander w Polsce: wyniosło ponad 1 714 mln zł.*

– W pierwszym kwartale 2022 r. kwota ta przekroczyła 839 mln zł. Bank angażuje się w finansowania powiązane z czynnikami ESG lub przeznaczone wyłącznie na inwestycje związane z tymi czynnikami (np. inwestycje OZE). Santander Bank Polska jako pierwsza instytucja w Polsce zorganizował kredyt konsorcjalny, w którym wysokość marży była związana ze spełnieniem przez klienta kryteriów społecz-

eprasa.pl 88247e8817

nych i środowiskowych (ESG-linked loans) – mówi Maciej Tarnawski, dyrektor Departamentu Rynków Kredytowych, *Santander* Bank Polska.

Bank nie tylko finansuje inwestycje wspierające środowisko, ale także sam korzysta z czystej energii: energia elektryczna kupowana bezpośrednio przez bank pochodzi w 100 proc. z OZE.

Ranking agencji Moody’s ocenia realizację celów ESG

Na początku kwietnia agencja Moody’s ESG Solutions, która specjalizuje się w ocenach przedsiębiorstw według kryteriów społecznych i środowiskowych, ogłosiła raport, w którym oceniła korporacje przez pryzmat realizacji działań ESG. Wysoko uplasowała się w nim m.in. należąca do Orlenu Energa. W sumie uzyskała 47 punktów, co jest wynikiem lepszym niż w poprzednich latach. W najnowszej edycji za rekordowy wynik odpowiadała przede wszystkim wysoka ocena obszaru środowiskowego (komponent „E”), w którym Energa uzyskała 57 na 100 punktów.

eprasa.pl 88247e8817

To powyżej średniej, która **DLA SPÓŁEK ENERGETYCZNYCH Z CAŁEGO ŚWIATA** *wynosi 53 punkty.*

– Konsekwentnie realizujemy nasze cele strategiczne i to przynosi konkretne efekty – powiedział Lucjan Brudzyński, dyrektor Departamentu Zarządzania Korporacyjnego w Enerdze SA. – Poprawa wyniku cieszy tym bardziej, że metodologia ratingu zakłada konieczność poprawy poszczególnych wskaźników rok do roku. W przeciwnym razie ocena zostaje obniżana. Utrzymywanie wysokiego poziomu to więc zdecydowanie za mało. Kluczowa jest stała poprawa wszystkich wskaźników ESG.

Spośród szczegółowych ocen zrównoważonego rozwoju najwyższą notę Energa otrzymała w kategorii strategia środowiskowa (74/100). Za ten wynik w dużej mierze odpowiada obecność firmy w prestiżowym rejestrze EMAS i dobra ocena w kolejnych audytach.

eprasa.pl 88247e8817

Drugą w kolejności najwyższą ocenę uzyskał ogół działań związanych z zapewnieniem bioróżnorodności (73/100). Na wynik miały wpływ takie działania jak zarybianie i zaraczanie rzek, działania na rzecz ochrony populacji bocianów, wysiewanie łąk kwietnych.

Energa jest najwyżej ocenianą polską firmą w sektorze Electric & Gas Utilities. Kolejne w zestawieniu są: PGE (41 punktów) i Tauron (34 punkty).

CCC. Nie da się zrezygnować z opakowań, ale można zredukować ich liczbę

Kilka tygodni temu piąty raport niefinansowy opublikowała Grupa CCC. Opisuje w nim postępy w zakresie ESG.

– Zrównoważony rozwój jest jednym z priorytetów Grupy CCC zapisanym w naszej strategii „Go.25”. Oznacza to, że zmiany i rozwiązania wprowadzane w całej naszej organizacji odbywają się z uwzględnieniem odpowiedzialności wobec klientów, pracowników, społeczeństwa i środowiska. Jest to zobowiąza-

eprasa.pl 88247e8817

nie wobec naszych interesariuszy, z którego się wywiązujemy – powiedziała w rozmowie z serwisem „Dla Handlu” Kamilla Budnik, manager ds. zrównoważonego rozwoju w Grupie CCC.

Dla firmy, która ma blisko tysiąc salonów w całej Polsce, a ponadto sprzedaje buty i torebki przez internet, bardzo ważne jest ograniczanie liczby zużywanych opakowań. Nie da się z nich zrezygnować, zwłaszcza w e-commerce, ale trzeba kłaść nacisk na to, by stały się one jak najmniej uciążliwe dla środowiska. Kamilla Budnik powiedziała, że

> *Grupa CCC zrezygnowała* **Z TOREB FOLIOWYCH NA RZECZ PAPIEROWYCH,** *pochodzących z recyklingu, z certyfikatem FSC.*

– Korzystamy jedynie z ekologicznych pudełek i opakowań wysyłkowych. Mamy na swoim koncie także kolekcję toreb wielokrotnego użytku, pochodzących z recyklingu CCC Fashion Trends – dodała.

eprasa.pl 88247e8817

Nawet rezygnacja z dołączania do pudełka z zamówieniem jednej kartki może przełożyć się na ogromną oszczędność surowców naturalnych – bo tę jedną kartkę przemnożyć trzeba przez kilka milionów. Przedstawicielka Grupy CCC powiedziała, że dzięki temu, że potwierdzenie sprzedaży internetowej dostarczane jest drogą mailową, a od listopada 2021 roku ewentualny zwrot może być w całości zrealizowany online, bez konieczności korzystania z papierowego formularza zwrotu, rocznie można zaoszczędzić ponad 7 milionów wydruków, do których produkcji potrzeba byłoby ponad 700 drzew.

Wertykalne farmy bez pestycydów. Mniejsze firmy też mogą realizować cele ESG

ESG nie jest jednak domeną wyłącznie największych przedsiębiorstw. Mniejsze, choć nie zostały jeszcze zobligowane do wdrożenia strategii, również ją wdrażają. Uznają, że tak należy, bo identyfikują się z celami lub chcą to robić ze względu na klientów i inwestorów.

eprasa.pl 88247e8817

Firmą, która z własnej inicjatywy podjęła takie działania, jest Vertigo Farms, założyciele fermy wertykalnej, czyli uprawy piętrowej w zamkniętym pomieszczeniu. Firma rozwija też unikatową metodę wytwarzania z wyhodowanych roślin wyciągów, które są poszukiwanym surowcem do produkcji zarówno żywności (np. suplementy diety, napoje) i kosmetyków.

Dawid Drzewiecki, prezes zarządu Vertigo Farms wyjaśnia, że nowością zaproponowaną przez start-up, który założył wraz z żoną, jest duże skrócenie procesu produkcji. – Zaproponowaliśmy nowy sposób pozyskiwania wyciągów roślinnych. To takie składniki, które są używane w produktach codziennego użytku: w kosmetykach, suplementach diety, wyrobach medycznych – mówi.

Tym samym firma połączyła dwa dotychczas odrębne procesy, w których za uprawę roślin odpowiadało uprzemysłowione rolnictwo, a za ekstrakcję podmioty przemysłowe, które skupowały od rolników rośliny.

Dzięki nowatorskiemu podejściu udało się zredukować emisję dwutlenku węgla, a system recyrkulacji

eprasa.pl 88247e8817

sprzyja oszczędzaniu wody. Z kolei dzięki temu, że rośliny są izolowane od środowiska zewnętrznego, na uprawach nie pojawiają się chwasty anii szkodniki, więc praktycznie nie trzeba używać pestycydów i herbicydów.

Innowacyjnym sposobem pozyskiwania ekstraktów roślinnych zainteresowały się duże firmy kosmetyczne, a za swoje podejście Vertigo Farms zdobyła w 2021 roku wyróżnienie w organizowanym przez PwC i Giełdę Papierów Wartościowych w Warszawie konkursie Liderzy ESG.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

ZIELONA TRANSFORMACJA – WYZWANIE I SZANSA DLA MŚP

Fot. 123RF

eprasa.pl 88247e8817

W Unii Europejskiej działają 23 miliony małych i średnich firm, które zatrudniają około 100 milionów ludzi i wytwarzają ponad połowę europejskiego PKB. Ich udział w łącznej emisji CO2 przez firmy wynosi 63 proc. Dlatego warto zdać sobie sprawę, że **SUKCES ZIELONEJ TRANSFORMACJI NIE ZALEŻY JEDYNIE OD SEKTORA ENERGETYCZNEGO CZY NAJWIĘKSZYCH KORPORACJI, ALE W ZNACZNEJ MIERZE TAKŻE OD MŚP**.

Tekst: **Łukasz Gabler,** *menedżer ds. public policy, Santander Bank Polska*

Tegoroczne badanie Eurobarometr, przeprowadzone na małych i średnich firmach w UE pokazuje, że dotychczas jedynie 24 proc. z nich ma konkretny plan zmniejszenia śladu węglowego, a jedna trzecia (32 proc.) ma w swoim asortymencie produkty ekologiczne. Chociaż jest to

eprasa.pl 88247e8817

solidna poprawa w stosunku do wyników tego badania z 2018 r. i obiecujący początek, biorąc pod uwagę presję czasu związaną z dynamiką zmian klimatycznych, konieczne jest przyspieszenie.

Jak wykorzystać szansę?

Transformacja energetyczna to jeden z globalnych megatrendów – nieodwracalny i długoterminowy. Wyniki badania Deloitte[1], zrealizowanego wśród członków zarządów firm wskazują, że

> *aż 97 proc. przedsiębiorstw już odczuło* **NEGATYWNE SKUTKI ZMIAN KLIMATU,** *połowa przyznała, że wpłynęły one na działalność operacyjną, głównie poprzez zakłócenia łańcuchów dostaw.*

Dla wielu firm z sektora MŚP przestawienie działalności na zrównoważone tory stanowi ogromne wyzwanie ekonomiczne. Z drugiej strony jednak, dzięki płaskiej strukturze organizacyjnej mogą

eprasa.pl 88247e8817

one szybciej niż duże przedsiębiorstwa dostosować się do zmian na rynku. Jak wynika z raportu „Zrównoważone finansowanie a MŚP” przygotowanego przez Wise Europa i Santander Bank Polska, transformacja niesie szereg szans. Pierwsza z nich to szansa na poprawę pozycji rynkowej, dzięki większej elastyczności w reagowaniu na zmiany klimatyczne, wynikająca z wprowadzonych innowacji. Druga to szybszy rozwój, na który wpływ ma rosnący popyt na zrównoważone produkty i usługi. Trzecią z szans jest możliwość uzyskania przewagi konkurencyjnej – kryteria zrównoważonego rozwoju będą odgrywały coraz większą rolę w procesie doboru dostawców przez największe korporacje. Tym samym małe i średnie firmy nie wpisujące się w ten globalny megatrend mogą znaleźć się w przyszłości na marginesie biznesu. Dlatego powinny one skorzystać z czwartej z szans, którą jest dostęp do preferencyjnych form finansowania zrównoważonych inwestycji.

eprasa.pl 88247e8817

Jak więksi mogą pomóc mniejszym w ograniczaniu emisji?

Państwa członkowskie Unii Europejskiej porozumiały się w sprawie redukcji emisji gazów cieplarnianych o 55 proc. do roku 2030. Znaczącą rolę w procesie zielonej transformacji mogą odegrać duże korporacje. Jednak ograniczenie przez nich emisji nie wystarczy – ślad węglowy wytwarzany w łańcuchu dostaw jest średnio 11 razy wyższy niż ich własny[2].

Stąd najwięksi gracze muszą nie tylko wymagać od swoich dostawców i partnerów – w przeważającej mierze firm z sektora MŚP – proklimatycznych zmian, ale także służyć im wskazówkami, a nawet narzędziami pozwalającymi zmniejszać ślad węglowy.

Co ciekawe, są już korporacje, które oferują dostawcom nawet finansowanie przejścia na korzystanie z **ENERGII ZE ŹRÓDEŁ ODNAWIALNYCH.**

eprasa.pl 88247e8817

Jest to o tyle istotne, że jak wskazują wyniki ankiety przeprowadzonej przez SME Climat Hub[3] wśród właścicieli małych i średnich firm, aż dwie trzecie badanych jako kluczową barierę we wdrażaniu rozwiązań zmniejszających emisję wskazuje brak zasobów.

W Polsce wsparcie MŚP w zielonej transformacji jest szczególnie istotne – firmy z tego sektora stanowią bowiem przeważającą większość przedsiębiorstw, z tego aż 97 proc. mikroprzedsiębiorstwa (GUS, 2019). O ile ślad węglowy pojedynczej, małej firmy jest relatywnie niewielki, to w skali kraju bez zmian w tym sektorze osiągniecie celów klimatycznych nie będzie możliwe.

Zrównoważona transformacja MŚP – od modernizacji i zmiany sposobu działania po zmiany strategiczne

Zrównoważony rozwój obejmuje ograniczenie wpływu na środowisko i społeczność lokalną dzięki m.in. kompleksowemu odzyskiwaniu zasobów naturalnych, wykorzystaniu energii odnawialnej, oszczędzaniu

eprasa.pl 88247e8817

energii lub wody. Z tego względu łączy się on z celami biznesowymi firm i ich codziennym funkcjonowaniem.

MŚP mogą zmieniać sposób działania czy prowadzić inwestycje modernizacyjne, oszczędzać materiały i energię, opracowywać technologie ograniczające negatywny wpływ na środowisko, modernizować urządzenia pod kątem bardziej efektywnego wykorzystania zasobów czy zmniejszenia emisji. Tego typu zmiany przyczyniają się do uzyskania przewagi konkurencyjnej, redukcji kosztów i podniesienia marż oraz budowania wizerunku firmy jako zrównoważonej, wpisującej się w globalny megatrend i stosującej zasady ESG (środowisko, społeczność, zarządzanie).

> *Kolejnym, wyższym poziomem transformacji jest* **ZMIANA CELÓW STRATEGICZNYCH I OPERACYJNYCH FIRMY.** *Taki proces oznacza uwzględnienie w strategii firmy wpływu działalności przedsiębiorstwa na otoczenie.*

eprasa.pl 88247e8817

Obejmuje on skorzystanie z usług doradczych, pozwalających na zgromadzenie wiedzy i know-how na temat zrównoważonego rozwoju oraz źródeł jego finansowania, a także przeszkolenie managementu i pracowników pod kątem realizacji celów ESG. Dzięki temu firma może wyznaczyć oraz realizować długofalowe cele społeczne i środowiskowe. Takie kompleksowe podejście niesie zmianę priorytetów strategicznych i operacyjnych, a także zmianę kultury firmy w kierunku celów ESG.

Cyfryzacja to także zielone inwestycje

Zrównoważony rozwój potrzebuje technologii cyfrowych.

> *Potencjał ten dostrzega Unia Europejska, dlatego* **STRATEGIA CYFROWA UE** *jest częścią unijnego Zielonego Ładu.*

W obecnej perspektywie budżetowej do roku 2027 znacząco zostały zwiększone nakłady także na roz-

eprasa.pl 88247e8817

wój technologii cyfrowych. Trwające dziesięciolecie ma być „cyfrową dekadą”, podczas której intensywnie wspierany będzie rozwój nowych technologii, infrastruktury 5G i sieci światłowodowej, innowacji związanych ze sztuczną inteligencją, komputerami kwantowymi i blockchain.

Dla wielu przedsiębiorstw może to być ogromna szansa na zmianę technologiczną, unowocześnienie parku maszyn i automatyzację procesów. Projekty cyfrowe związane z redukcją zużycia surowców, wody, papieru czy emisji potrzebnych do wyprodukowania towaru lub dostarczenia usługi mogą się wydatnie przyczynić do realizacji celów ESG i zielonej transformacji firm.

Zjakiego finansowania korzystać?

Z punktu widzenia polityki publicznej wyzwaniem jest ukształtowanie instrumentów wsparcia i regulacji, które przyczynią się do tego, by firmy MŚP powszechnie stosowały strategiczne założenia polityki klimatycznej – w szczególności redukcji emisji

eprasa.pl 88247e8817

CO2, rozwoju OZE, termomodernizacji – oraz polityki środowiskowej, obejmującej m.in. rozwój gospodarki o obiegu zamkniętym, likwidację smogu i zrównoważoną gospodarkę wodną.

Z perspektywy MŚP kluczowe jest zmniejszenie ryzyk związanych z finansowaniem zrównoważonych inwestycji – poprzez system publicznych gwarancji kredytowych, programy dotacyjne dot. OZE czy wymiany źródeł ciepła oraz tworzenie rynku na zielonych rozwiązań dzięki zamówieniom publicznym w tym obszarze.

Ogromną rolę ma do odegrania także sektor finansowy – oferując m.in. nowe produkty dla zielonych MŚP oraz finansowanie proklimatycznych zmian. W procesie tym ważne jest przygotowanie dokumentacji czy biznesplanu, optymalnie bazujących na szerszej biznesowej strategii zrównoważonego rozwoju. Pomocne może być w tym korzystanie z wielu istniejących możliwości szkoleniowych i doradczych, ułatwiających zidentyfikowanie kluczowych opcji transformacyjnych i opracowanie listy

eprasa.pl 88247e8817

niezbędnych kroków. Ponadto niezwykle ważne jest zakotwiczenie planów w megatrendach technologicznych i regulacyjnych oraz wskazanie szans rozwojowych, co potwierdza trafny kierunek planowanej inwestycji i może mieć wpływ na łatwiejszy dostęp do finansowania.

> *Zawsze warto rozważyć pozyskanie* **FINANSOWANIA Z KILKU ŹRÓDEŁ** *np.: kredytu bankowego, funduszy venture capital, leasingu, grantów, funduszy europejskich, gwarancji bankowych, crowdfundingu czy faktoringu.*

Przydatne mogą być też instrumenty pomocowego finansowania inwestycji z gwarancjami np. Biznesmax. Rosnącym trendem na świecie jest także realne, finansowe wsparcie zielonej transformacji MŚP przez współpracujące z nimi korporacje.

eprasa.pl 88247e8817

Rozwiązania ułatwiające finansowanie proekologicznej transformacji małych i średnich są kluczowe. Bez zielonych zmian w sektorze MŚP osiągnięcie celów klimatycznych nie będzie możliwe – zarówno w Polsce jak i w całej Unii.

1. https://www2.deloitte.com/global/en/pages/risk/articles/2021-climate-check-business-views-on-environmental-sustainability.html

2. https://www.cdp.net/en/articles/companies/smes-equipped-to-join-race-to-net-zero-with-dedicated-c3. limate-disclosure-framework

3. https://smeclimatehub.org/new-survey-reveals-small-business-barriers-climate-action/

Artykuł promocyjny

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

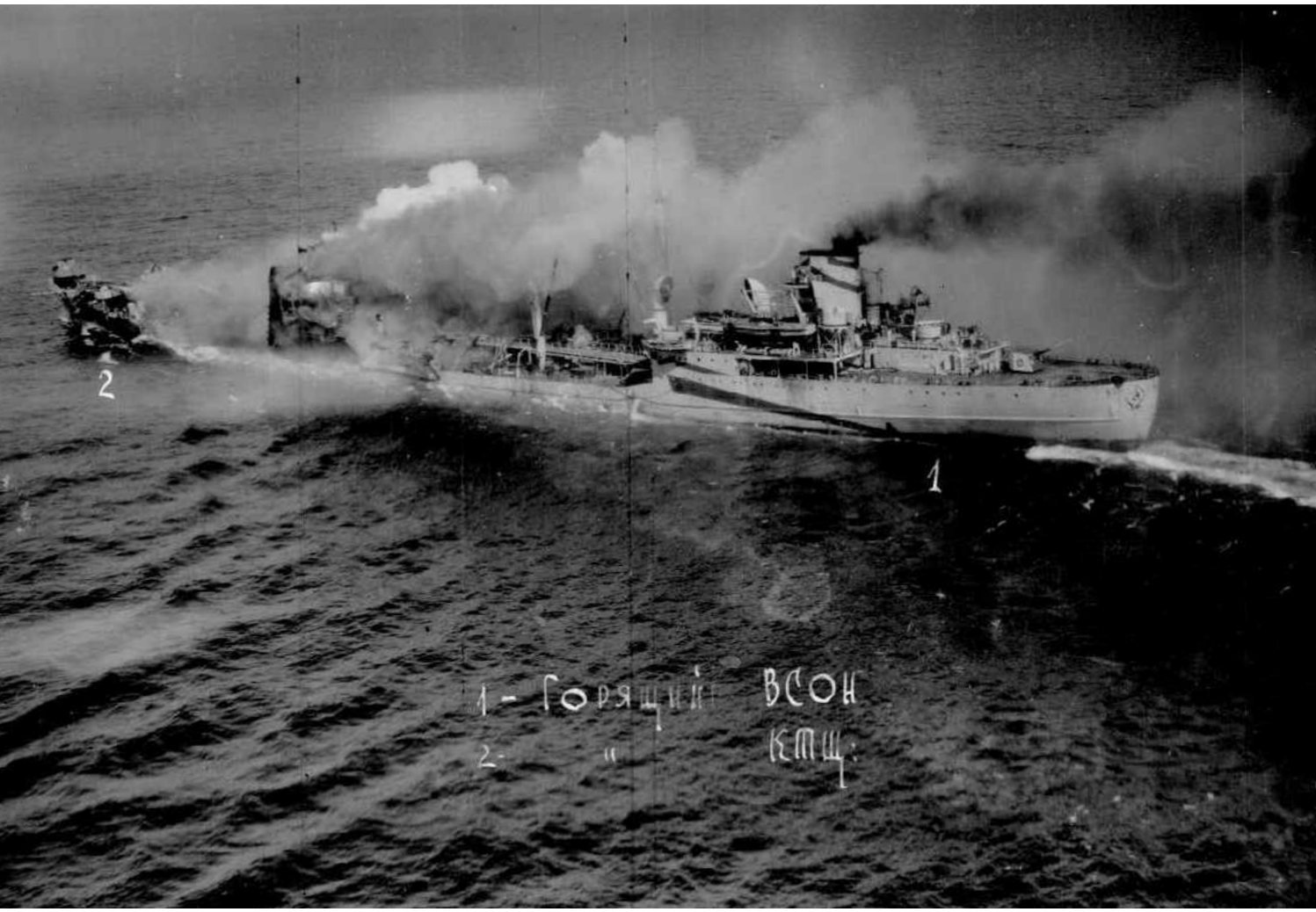
#Mamy wspólne cele

Santander

Santander Bank Polska wspiera realizację Celów Zrównoważonego Rozwoju

CELE ZRÓWNOWAŻONEGO ROZWOJU

CELE ZRÓWNOWAŻONEGO ROZWOJU



Fot. Materiały archiwalne

ZDEMILITARYZOWAĆ BAŁTYK

Podczas II wojny światowej na Bałtyku tonęły tankowce i okręty wojenne

eprasa.pl 88247e8817

Na dnie naszego morza czają się niebezpieczeństwa, które umieścił tam człowiek. Po dekadach **NADSZEDŁ CZAS, BY I TAM POSPRZĄTAĆ**. *A jest co.*

Tekst: **Marek Luster**

Bałtyk przez stulecia żywił mieszkańców Wybrzeża i nie tylko, pozwalał na handel z całym światem (z centrum tegoż w Gdańsku). O dominację na tym kluczowym dla wielu państw obszarze toczono wojny. Polska w swojej historii raz traciła, raz odzyskiwała dostęp do tego morza. Wschodnia część Pomorza, znana nam jako Pomorze Gdańskie, przechodziła z rąk do rąk, choć jeszcze na początku pierwszego tysiąclecia była związana z państwem pierwszych Piastów.

W połowie XV w. odbicie terenów na północy przez Kazimierza Jagiellończyka było zwieńczeniem sporów z Krzyżakami o tzw. Prusy Królewskie. Póź-

eprasa.pl 88247e8817

niej odzyskanie przez Polskę dostępu do morza było jednym z ważniejszych wydarzeń w odradzającej się II Rzeczpospolitej. Nie dość, że po 123 latach państwo znów wróciło na mapy, to jeszcze udało mu się zdobyć mały korytarz na północnym wybrzeżu, który dosłownie otwierał okno na świat. „Zaślubiny” Polski z Bałtykiem w lutym 1920 roku doczekały się specjalnej oprawy, gdy w Pucku generał Józef Haller wrzucił do morza platynowy pierścień.

Morze Bałtyckie było więc świadkiem całej skomplikowanej historii Polski, a także świata. Jednak w wyniku tych wszystkich zdarzeń mocno ucierpiało, zamieniając się w toksyczną bombę, która ciągle tyka. Zwłaszcza II wojna światowa sprawiła, że teraz Bałtykiem trzeba się zainteresować w inny niż dotychczas sposób. Na bok odłożyć to, że pozwala nam na handel, daje pracę rybakom, a lada moment ma też być obszarem pozyskiwania czystej energii, w związku z mającymi powstać na nim farmami wiatrowymi. Nasze - i nie tylko - morze jest w sporym niebezpieczeństwie.

eprasa.pl 88247e8817

W trakcie największego konfliktu zbrojnego w historii, a także po jego zakończeniu, na dno Bałtyku trafiły nie tylko zatopione statki oraz amunicja, ale również **GROŹNE DLA ŚRODOWISKA CHEMIKALIA.**

Cień tragicznej historii

Morze zanieczyszczono najbardziej blisko 80 lat temu, gdy po kapitulacji III Rzeszy alianci zdecydowali o demilitaryzacji Niemiec, które, choć pokonane, nadal posiadały spory arsenał. Dotyczyło to także broni chemicznej, bojowych środków trujących, w szczególności gazu musztardowego (iperyt), środków paralityczno-drgawkowych i gazu łzawiącego. Tylko w wyniku rozbrajania Niemiec do Bałtyku trafiło około 50 tys. ton broni chemicznej, którą raz po raz wysyłano m.in. z niemieckiego portu Wolgast.

W połowie XX w. nie znano lepszego sposobu na „neutralizację” szkodliwych substancji jak umiesz-

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Fundacja Mare

Po II wojnie światowej dno Bałtyku zamieniło się w wysypisko toksycznych odpadów

eprasa.pl 88247e8817

czanie ich w beczkach i zatapianie. Teraz, po dziesięcioleciach, wiemy, jak bardzo szkodliwa jest to metoda. Głębie Bałtyku zamieniły się w wysypisko toksycznych odpadów. Najwięcej z nich trafiło do Basenu Bornholmskiego, a więc obszaru w rejonach zachodniego, polskiego wybrzeża. Bojowe środki trujące zatopiono także w Głębi Gdańskiej i w okolicach Rynny Słupskiej. Oczywiście, podobny proceder miał miejsce także na Adriatyku i Morzu Północnym, jednak te zbiorniki różnią się od Bałtyku.

Morze Bałtyckie jest po prostu płytsze (jego średnia głębokość to 52 m, podczas gdy Adriatyku - ok. 250 m), dodatkowo jest też zbiornikiem kontynentalnym, przez co wymiana wód np. z Oceanem Atlantyckim jest niewielka. To przekłada się na mniejsze możliwości samooczyszczania się. Każdy podobny wyciek tych substancji będzie miał katastrofalne skutki, ale dla Bałtyku to jak wyrok. To właśnie to morze najmocniej odczuje tego typu zdarzenia. I bez chemikaliów na dnie Bałtyk ma mnóstwo problemów, ponieważ na jego obszarze występują

eprasa.pl 88247e8817

niedobory tlenu, wywołane zanieczyszczeniami wód fosforanami i azotanami. Doszło do tego, że mówi się o martwych strefach w Morzu Bałtyckim, czyli obszarach, w których brak tlenu sprawił, że nie mogą tam żyć różne stworzenia. Te strefy mają około 70 tys. km kw., czyli dwa razy tyle ile ma województwo mazowieckie.

Jakby tego było mało, nie są to jedyne pozostałości po II wojnie światowej w Bałtyku. W trakcie konfliktu także na morzu dochodziło do walk, a na dno szły tankowce i okręty wojenne. W głębinach morza leżą m.in. M/S Wilhelm Gustloff, tankowiec T/S Franken czy S/S Stuttgart. Akurat te trzy są uznawane za szczególnie niebezpieczne, zwłaszcza tankowiec, na którego pokładzie znajdowało się ponad 3 tys. m sześc. paliwa. Według szacunków Komisji Ochrony Środowiska Morskiego Bałtyku na dnie morza jest od 8 do 10 tys. wraków różnego rodzaju, głównie na szwedzkiej części. Jednak u wybrzeży Polski także można na nie natrafić - ma być ich ponad 400, z czego około 100 w samej Zatoce Gdańskiej.

eprasa.pl 88247e8817

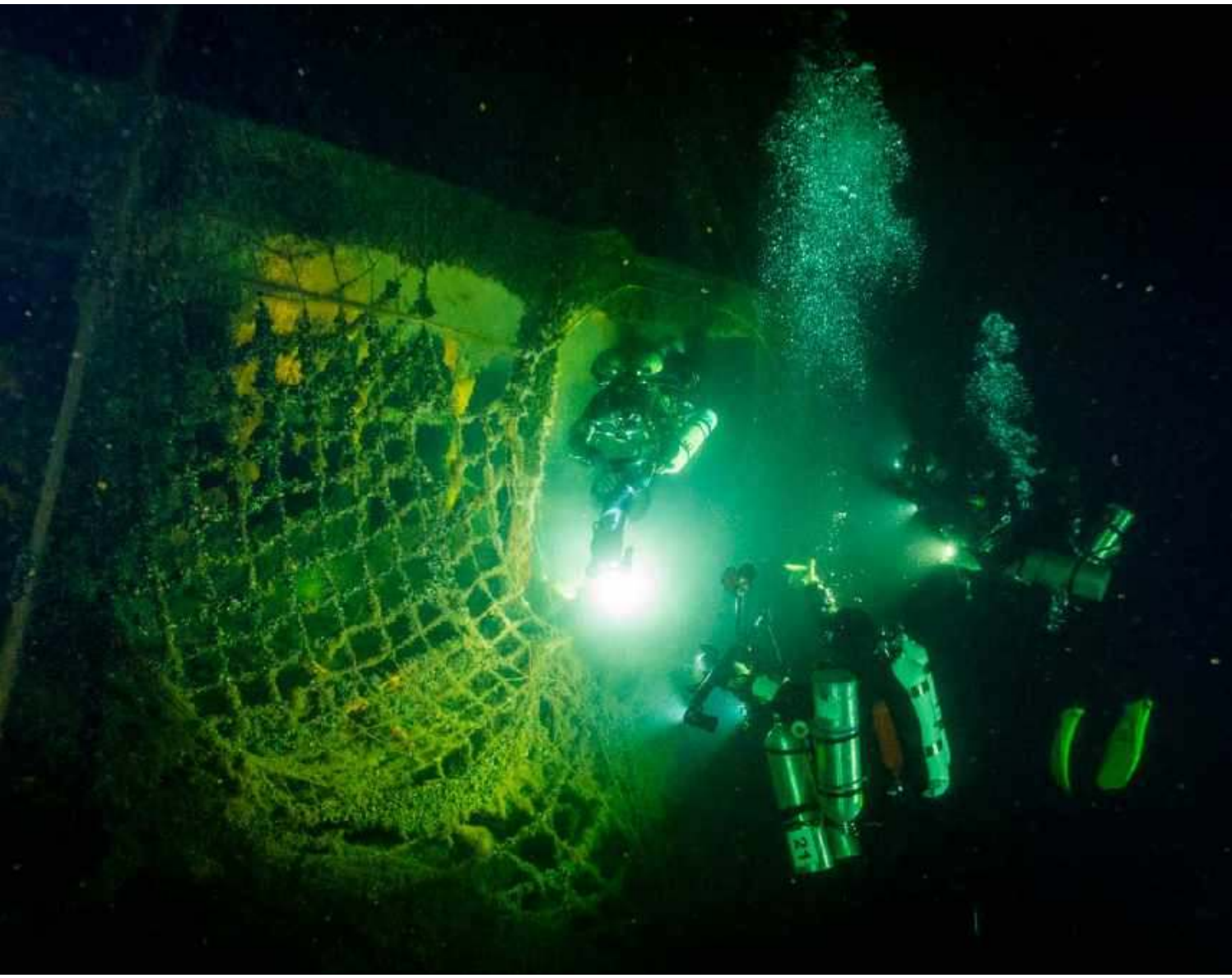
Spośród wspomnianych czterech setek wraków w polskiej części Bałtyku co najmniej 18 z nich jest uznawanych za **NIEBEZPIECZNE DLA ŚRODOWISKA.**

Wśród nich są wspomniane Stuttgart i Franken. Z tych statków do wód Bałtyku już wyciekło sporo paliwa, a może być go więcej - postępująca korozja zbiorników wraków co roku przybliża nas do środowiskowej katastrofy. Co więcej, do tego „arsenału” w morskich głębinach należy doliczyć blisko pół miliona amunicji, która leży gdzieś na dnie. Mówienie więc o „tykającej bombie” w Bałtyku nie jest na wyrost. To zagrożenie, które z roku na rok staje się coraz bardziej realne.

Na ratunek Bałtykowi

W związku z tymi niebezpieczeństwami grupa Enea zainicjowała akcję #BałtykDlaPokoleń. Spółka energetyczna, operująca w zachodniej i północno-

eprasa.pl 88247e8817



Fot. Sławomir Paćko/BaltCF

Na dnie Bałtyku leży od 8 do 10 tys. wraków różnego rodzaju

eprasa.pl 88247e8817

-zachodniej części kraju, chce zwrócić uwagę na niebezpieczeństwa, które czyhają na dnie Bałtyku. Enea zaangażowała się tym samym w szerszy ruch, ponieważ także Parlament Europejski zaapelował do całej UE, aby podjąć działania na rzecz oczyszczenia morza z broni chemicznej.

Jeśli komuś wydaje się, że problem jest odległy, to srogo się myli. Zaledwie niecałe 10 lat po tym, jak zatopiono iperyt, na brzeg plaży w Darłówku morze wyrzuciło beczkę z tą substancją. Ucierpiały wówczas dzieci bawiące się w okolicy, część z nich straciło wzrok. Od połowy lat 40. XX w. u wybrzeży Bałtyku do takich sytuacji dochodzi co jakiś czas. Morze wyrzuca trujące środki na brzeg albo beczki trafiają do rybackich sieci, a w wyniku tych zdarzeń cierpią ludzie.

Nie można zapominać o faunie i florze żyjącej w morzu, która jeszcze częściej ma styczność z tymi chemikaliami. Problemem są też wyławiane z wody bomby i pociski, które potem muszą zabezpieczać służby. Tego typu niebezpieczeństwa dotkną także

eprasa.pl 88247e8817

planowanych inwestycji w morskie farmy wiatrowe, bo nie wiadomo, gdzie woda przeniesie problematyczne substancje.

Każdy kto był nad Bałtykiem, spotkał się z ostrzeżeniami przed sinicami, widział rosnące sterty śmieci, które generuje turystyka. Te zanieczyszczenia są widoczne na pierwszy rzut oka, dlatego też o nich częściej się mówi. W niedawnym badaniu IBRiS, które zrealizowano na zlecenie Enei, Polki i Polacy podzielili się swoimi opiniami na temat zanieczyszczenia Morza Bałtyckiego. Wynika z niego, że wiedzą o śmieciach czy glonach, ale ponad połowa z nich zdaje sobie sprawę z zagrożenia na dnie morza, czyli z zalegającej w głębinach broni chemicznej.

Co druga ankietowana osoba jest świadoma tego, co grozi Bałtykowi - to dobry moment, by ponownie zaapelować o to, by nad problemami, nie tylko naszego morza, pochyliło się więcej osób. Żyjemy w czasach, w których naprawiamy wiele błędów popełnionych w przeszłości i warto, aby i dla Bałtyku włączyć program naprawczy. M.in. dlatego wystartowała

eprasa.pl 88247e8817

akcja #BałtykDlaPokoleń, a na baltykdlapokolen.pl można podpisać apel do Komisji Europejskiej, by podjęła działania w tej sprawie. Przed laty zamieniono Bałtyk w prawdziwy arsenał. Czas aby i jego objęła demilitaryzacja. Dla dobra wszystkich.

Fot. Artykuł sponsorowany

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Archiwum prywatne

TYKAJĄCA BOMBA NA DNIE BAŁTYKU

Prof. Jacek Bełdowski, wiceprzewodniczący Rady Naukowej Instytutu Oceanologii PAN

eprasa.pl 88247e8817

POTRZEBNA JEST MIĘDZYNARODOWA WSPÓŁPRACA. ABY SKUTECZNIE ROZWIĄZAĆ PROBLEM BRONI CHEMICZNEJ I KONWENCJONALNEJ, SPOCZYWAJĄCEJ NA DNIE M.IN. BAŁTYKU, *należy stworzyć społeczność polityków, naukowców i specjalistów od ochrony środowiska, podobną do tej, jaką stworzono dla rozwiązania problemu zmian klimatu. Tylko działając wspólnie, możemy działać skutecznie – mówi* **PROF. JACEK BEŁDOWSKI**, *wiceprzewodniczący Rady Naukowej Instytutu Oceanologii PAN.*

Tekst: **Olga Kowalska**

Setki tysięcy ton broni konwencjonalnej, kilkadziesiąt tyś ton broni chemicznej i wypełnione paliwem wraki statków. To wszystko zalega dziś na dnie Bałtyku. Skąd w tym zestawieniu broń chemiczna?

Jeżeli chodzi o broń chemiczną, mamy do czynienia z arsenałem przejętym przez aliantów po II woj-

eprasa.pl 88247e8817

nie światowej. To broń, którą w 1945 roku podzielono pomiędzy poszczególne państwa alianckie, przy czym każde z państw swoją część zobowiązało się zniszczyć do 1947 roku. To, co znajduje się dziś na dnie Bałtyku, to ok. 40 tys. ton zakazanej Konwencją Genewską broni chemicznej, która w udziale przypadła Rosjanom. Początkowo zatapiano ją na Głębi Gotlandzkiej, ale ponieważ cała operacja przebiegała bardzo wolno, podjęto decyzję o zmianie miejsca. W efekcie największe składowisko broni chemicznej na dnie Bałtyku znajduje się dziś w duńskiej wyłącznej strefie ekonomicznej, na Głębi Bornholmskiej.

A broń konwencjonalna?

Prof. Jacek Bełdowski

– wiceprzewodniczący Rady Naukowej Instytutu Oceanologii Polskiej Akademii Nauk. Kierownik pracowni Współczesnych Zagrożeń Ekosystemów Morskich. Zajmuje się badaniami nad bronią chemiczną i konwencjonalną zalegającą na dnie Bałtyku oraz jej wpływem na ekosystem morski.

eprasa.pl 88247e8817

To m.in miny morskie z obu wojen światowych. W czasie I wojny światowej bardzo szczelnie zaminowano m.in podejście do Petersburga. To cały obszar Zatoki Fińskiej, dziś bardzo problematyczny. Podobnie jak Zatoka Kilońska i, choć już w mniejszym stopniu, obszary takie jak Cieśniny Duńskie czy Zatoka Gdańska. Mówimy o wielkiej ilości min, które nie zdetonowały, skorodowały i z czasem zatonęły. Dziś leżą na dnie, stanowiąc zagrożenie m.in. dla flory i fauny Bałtyku. Gros min zalegających na dnie Bałtyku to także pozostałości z czasów II wojny światowej, choć w przypadku tej ostatniej wielkiej batalii dużo większym problemem są wraki i szczątki wraków statków.

Dobrym przykładem tego, z jakim zagrożeniem mamy do czynienia, są pozostałości zatopionego na wodach Zatoki Gdańskiej niemieckiego statku szpitalnego Stuttgart. Paliwo, którym jednostka była zasilana, wyciekło, powodując nieprawdopodobne wręcz skażenie osadów dennych. Dodatkowo z powodu nachylenia stoku, na którym leży Stuttgart, plama

eprasa.pl 88247e8817

pochodzącego z resztek wraku oleju wciąż podróżuje w głąb Zatoki Gdańskiej. Jednak to niejedyny problem. Na początku bieżącego roku podjęliśmy badania, w ramach których przenalizowaliśmy m.in. osady z miejsca skażenia. W osadach dennych stwierdzono skażenie metalami śladowymi, m.in. rtęcią.

> *Stężenie rtęci w osadach dennych Bałtyku to średnio od 50/100 ng na gram. Tam, gdzie leży Stuttgart, to nawet 4000/4500 tysiąca ng na gram.* **SKAŻENIE JEST BARDZO POWAŻNE.**

Stężenie rtęci w osadach dennych Bałtyku to średnio od 50/100 ng na gram. Tam, gdzie leży Stuttgart, to nawet 4000/4500 tysiąca ng na gram. Skażenie jest bardzo poważne.

Skąd pochodzi rtęć?

*P*od koniec wojny Niemcy nie mieli już dostępu do ropy i robili paliwo np. z węgla. Jedna z hipotez jest taka, że domieszki, które obecne są w węglu, w proce-

eprasa.pl 88247e8817

sie przetwarzania go na paliwo zostały zagęszczone do bardzo wysokich stężeń. To tłumaczyłoby obecność m.in. rtęci w badanych przez nas osadach.

Jaka jest strategia radzenia sobie z tego typu zanieczyszczeniem?

Skażenie osadów dennych to duży problem. Znana jest m.in. metoda, w której izoluje się materiał skażony od wody za pomocą piasku lub amorficznej krzemionki. Jednak ten sposób w przypadku Morza Bałtyckiego może nie być skuteczny. Stosunkowo niewielka głębokość, na której leżą m.in. pozostałości Lazarettschiff „C” Stuttgart plus duże falowanie Bałtyku powodują, że naniesioną na skażenie barierę mógłby rozbić pierwszy większy sztorm.

Wydobycie skażonego osadu?

Teoretycznie można to zrobić, oczywiście niezwykle ostrożnie, tak, by nie rozprzestrzenić skażenia. Cała operacja musiałaby być poprzedzona odpowiednimi badaniami i bardzo starannie zaplanowana, jednak co zrobić z wydobytym, silnie skażonym, materiałem po przewiezieniu na ląd? Umieścić na wysypi-

eprasa.pl 88247e8817

sku z innymi odpadami toksycznymi? To oczywiście możliwe, ale problemem jest ilość. Tego byłyby tony, bo skażony obszar jest bardzo rozległy.

Neutralizacja?

Dobre rozwiązanie, ale odpowiednią technologię, przeznaczoną za każdym razem do konkretnego skażenia, należałoby dopiero opracować. Jest jeszcze inna możliwość. Razem ze specjalistami od rozlewów olejowych na powierzchni morza doszliśmy do wniosku, że skoro stosuje się specjalne sorbenty do wychwytywania oleju napędowego i ropy z powierzchni wody, to być może podobna metoda mogłaby być skuteczna także do oczyszczenia osadów dennych. To oczywiście jedynie hipoteza, którą należałoby sprawdzić.

Przy tak dużym problemie z oczyszczaniem osadów łatwiej działać, zanim dojdzie do skażenia. Istnieje coś takiego jak rejestr obiektów wymagających możliwie szybkiej reakcji?

Niektóre kraje, np. Szwecja czy Finlandia, dysponują spisami potencjalnie niebezpiecznych wraków

eprasa.pl 88247e8817

na swoich wodach terytorialnych i na bieżąco monitorują ich stan. Co roku z kilku najbardziej zagrożonych obiektów paliwo jest wypompowywane, a jeśli na ich pokładzie znajdują się niebezpieczne substancje, usuwa się je. To oczywiście tylko przykład, bo każdy kraj ma własną strategię działania. Problem monitorują także jednostki badawcze. Mój zespół w ramach projektu DAIMON stworzył narzędzie do oceny ryzyka. Z jego pomocą, biorąc pod uwagę wszystkie dostępne dane, jesteśmy w stanie ocenić, jak bardzo konkretny obiekt może być niebezpieczny dla Bałtyku. W tej chwili mamy w swojej bazie już kilkaset obiektów, do których udało nam się dotrzeć.

Które niepokoją najbardziej?

> *Z pewnością skażone osady w otoczeniu Stuttgarta i obszar Głębi Bornholmskiej, czyli* **NAJWIĘKSZE SKŁADOWISKO BRONI CHEMICZNEJ NA BAŁTYKU.**

eprasa.pl 88247e8817

Newralgicznym punktem wydaje się także Zatoka Kilońska z dużą ilością amunicji, ale tu na szczęście Niemcy zaczynają już bardzo rozsądnie działać.

Rozsądnie?

Jeśli chodzi o amunicję konwencjonalną, często mamy do czynienia z niekoniecznie rozsądnym jej „utylizowaniem”. Dobrym przykładem są miny wysadzane w wodzie. W efekcie wybuchu potencjalnie skażone osady denne zostają rozniesione na dużą odległość, a szkodliwe, silnie rakotwórcze substancje, wchodzące w skład materiałów wybuchowych, które normalnie latami przesączałyby się do wody, zostają uwolnione w pełnym stężeniu, w jednej chwili. Niemcy bardzo silnie naciskają na to, żeby broń konwencjonalną wydobywać i niszczyć na lądzie. To bardzo dobry kierunek. Inne państwa Morza Bałtyckiego zdecydowanie powinny pójść w tę stronę.

Głębia Gdańska. Od kilkudziesięciu lat mówi się o mających znajdować się tam beczkach m.in. z cyklonem B i sarinem. To prawda?

eprasa.pl 88247e8817

Głębia Gdańska przez długie lata była legendą. To tu w 1954 roku NRD do spółki z innymi państwami Układu Warszawskiego zrobiła zrzut 60 ton amunicji. Teoretycznie miała zostać zrzucona amunicja konwencjonalna, jednak w polskiej Marynarce Wojennej krążyły o tym zrzucie przeróżne opowieści. Mówiono m.in. że zrzucanie odbywało się w pełnych kombinezonach, co rodziło podejrzenia, że zrzucano nie broń konwencjonalną, ale chemiczną. Dodatkowo, w 1954 roku na plażę w Jastarni morze wyrzuciło niemiecką bombę z gazem musztardowym, a jeden z rybaków wytrałował podobną w pobliżu miejsca zrzutu. To wszystko dało początek legendzie, zgodnie z którą w Głębi Gdańskiej jest prawdopodobnie broń chemiczna, ale nie wiadomo dokładnie – co ani ile.

Dopiero mój zespół w programie CHEMSEA, pierwszym dotyczącym broni chemicznej europejskim projekcie, który koordynowałem, postanowił to zweryfikować. Popłynęliśmy w tamten rejon i szukaliśmy m.in. osadów, których wygląd mógłby wskazywać na bliską obecność niebezpiecznych substancji.

eprasa.pl 88247e8817

Pobraliśmy także próbki. W części z nich stwierdzono pochodne iperytu, adamsytu i luizytu, czyli gazów parzących. Próbki były dodatkowo weryfikowane w Szwecji i Finlandii. Wszystkie laboratoria potwierdziły obecność śladów broni chemicznej w osadach.

Co dalej?

> *W mojej ocenie mamy do czynienia* **Z BOMBAMI Z IPERYTEM** *i jest ich maksymalnie 60 ton, o ile informacje dostarczone przez NRD były choć w niewielkim stopniu prawdziwe.*

Badania tego obszaru muszą być jednak kontynuowane. Potrzebne są m.in. zakrojone na szeroką skalę badania sonarowe, które pozwolą ustalić dokładnie nie tylko gdzie, ale i co tak naprawdę tam leży.

Na podstawie tego, co wiemy dziś, czy to ‚co znajduje się na dnie Głębi Gdańskiej, jest dużym zagrożeniem?

eprasa.pl 88247e8817

Średnia prędkość korozji w warunkach Morza Bałtyckiego jest taka, że jeśli to, co tam było, było w beczkach, to już od dawna jest w wodzie. Jeśli niebezpieczne substancje znajdowały się w bombach, to rozszczelnienie lub już nastąpiło lub nastąpi do roku 2030. Jeśli zatopiono pociski artyleryjskie, to ich rozszczelnienie nastąpi prawdopodobnie w koło roku 2100. Kolejne pytanie brzmi, czy rozszczelnienie, jeśli dopiero ma nastąpić, nastąpi „nagle” czy stopniowo. Z naszych obliczeń wynika, że stopniowe rozszczelnienie nie niesie z sobą większego zagrożenia dla flory i fauny Bałtyku. Rozszczelnienie mniej więcej w tym samym czasie większej liczby obiektów może mieć naprawdę duży wpływ na organizmy morskie.

Jak dochodzi do odkrycia miejsc potencjalnego skażenia? Mogą być takie, o których nie wiemy?

Bardzo ważne w procesie lokalizowania miejsc, w których może znajdować się zatopiona broń, są oczywiście archiwalia. Kraje alianckie, które utylizowały broń chemiczną, w tym Rosjanie, dostarczyły do

eprasa.pl 88247e8817

Komisji Helsińskiej odpowiednią dokumentację. Problem w tym, że dokumentacja rosyjska jest niekompletna. To właściwie jedynie podsumowanie całej akcji, bez np. dzienników okrętowych statków z danymi, gdzie, kiedy i co konkretnie transportowano. To problem, bo wiemy, że Rosjanie zatopili część broni „po drodze” do punktów docelowych.

Jeżeli chodzi o amunicję konwencjonalną, w wielu materiałach wojennych znajdujemy szczegółowe informacje o zaporach minowych i miejscach zatopienia statków. Wiele z takich obiektów właśnie w ten sposób udało się zlokalizować. Pewnych informacji dostarczają nam firmy budujące rurociągi i farmy wiatrowe, zobowiązane do sporządzenia map dna przed inwestycją. Są oczywiście także dane o tzw. zaczepach rybackich, czyli miejscach, w których rybacy tracą sieci. Każde z nich jest zgłaszane i później badane. Skoordynowanego wysiłku,by stworzyć kompletną mapę dna Bałtyku z oznaczeniem, gdzie i co leży, jednak jeszcze nie ma.

eprasa.pl 88247e8817

Problem zatopionej broni, także tej chemicznej, to problem tylko Bałtyku?

Nic podobnego i to należy podkreślić.

> *Ten problem dotyczy wszystkich mórz i oceanów.* **W PONAD 200 MIEJSCACH NA CAŁYM ŚWIECIE** *obecność zatopionej broni potwierdzono, w kolejnych 500 taką obecność podejrzewamy.*

Dlatego tak bardzo potrzebna jest w tej sprawie międzynarodowa współpraca. Na forum ONZ i UE. Należy stworzyć wokół tego problemu społeczność polityków, naukowców i specjalistów od ochrony środowiska, podobną do tej, jaką stworzono dla rozwiązania problemu zmian klimatu. Tylko to daje szanse znalezienia adekwatnego i skutecznego rozwiązania. Od 2011 roku miałem szczęście prowadzić wszystkie unijne projekty dotyczące broni chemicznej na Bałtyku. Udało się nam stworzyć niesamowitą społeczność naukowców z poszczególnych państw

eprasa.pl 88247e8817

basenu Morza Bałtyckiego i, co ważne, polityków. Jednak potrzebne jest znacznie więcej. Współpracę trzeba rozszerzyć. Na Morze Czarne, Północne, Śródziemne. Tam procesy podobne do tych obserwowanych na Morzu Bałtyckim także zachodzą. W innych warunkach, czasem szybciej, czasem wolniej, ale odpowiednio duża baza danych i wiele perspektyw badawczych pozwolą nam zrozumieć więcej, a więc i działać znacznie skuteczniej.

Fot. Artykuł sponsorowany

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

wprost | 40

Innowacje

NOWA SEKCJA NA WPROST.PL

PARTNER STRATEGICZNY

ORLEN

PARTNERZY GŁÓWNI

Bank Polski

LOTOS

BGK

PGNiG

PARTNERZY

żabka

Enea

eprasa.pl 88247e8817

wprost.

Raport

PRIVATE BANKING

PARTNER RAPORTU

Bank Pekao

25 LAT BANKOWOŚCI PRYWATNEJ BANKU PEKAO S.A.

eprasa.pl 88247e8817

Private banking

Jarosław Fuchs, wiceprezes Banku Pekao S.A.

APETYT NA RYZYKO

Fot. Agnieszka Murak

<< SPIS TREŚCI NASTĘPNY ARTYKUŁ >

eprasa.pl 88247e3817

Młodzi są bardzo świadomi. Starsi boją się ryzyka. Są i tacy, którzy chcą inwestować w akcje BMW, bo lubią te samochody. **JAROSŁAW FUCHS, WICEPREZES BANKU PEKAO S.A. OPOWIADA O BANKOWOŚCI PRYWATNEJ** *i o tym, w co inwestują najbogatsi Polacy.*

Rozmawiał **Szymon Krawiec**

Od ilu złotych zaczyna się klient private bankingu?

Od miliona.

Na koncie?

Chodzi o milion złotych w aktywach. Nieważne, czy to pieniądze na koncie, czy akcje, czy obligacje. Nieruchomości się nie liczą.

Klient ma milion, zostaje klientem private bankingu Pekao. Co zyskuje?

Przede wszystkim dostaje swojego indywidualnego bankiera. Osobę, która kompleksowo obsługuje

eprasa.pl 88247e8817

zamożnego klienta. Prowadzi go cały czas za rękę – wspiera przy instalacji aplikacji bankowej, otwiera mu rachunek maklerski, wyrabia karty bankowe. Realizuje jego potrzeby i inwestuje jego pieniądze.

W co dzisiaj inwestują najbogatsi?

Przy zerowym oprocentowaniu depozytów, które przed podniesieniem stóp procentowych utrzymywało się u nas dość długo, klienci zaczęli szukać nowych alternatyw: akcji, obligacji, instrumentów szytych na miarę.

Co to za instrumenty?

Zależą głównie od tego, czy klient ma większy apetyt na ryzyko, czy nie. Najpierw robimy ocenę adekwatności. Sprawdzamy doświadczenie takiego

---

Jarosław Fuchs

Wiceprezes zarządu Banku, nadzoruje Pion Bankowości Prywatnej i Produktów Inwestycyjnych.
Z Bankiem Pekao S.A. związany od grudnia 2007 r. Odpowiadał m.in. za zarządzanie relacjami z klientami private banking.

eprasa.pl 88247e8817

klienta, jego wykształcenie, oceniamy, czy jest konserwatywny, czy chce ponieść ryzyko. Rolą indywidualnego bankiera jest pokazanie pełnej palety możliwości według skali apetytu klienta.

Najbogatsi lubią ryzykować czy nie?

> *Większość szuka* **BEZPIECZNYCH ROZWIĄZAŃ.** *Ale są oczywiście i tacy, którzy mają pełną świadomość wysokiego ryzyka i inwestują.*

Instrumentów jest bardzo dużo. Mamy dostęp praktycznie do wszystkiego, co jest w tej chwili na rynku. Patrząc na to, co dzieje się na naszej rodzimej giełdzie, gdzie obroty są niewysokie, a płynność słaba, to klienci szukają też alternatyw na rynkach zagranicznych.

Jak inwestują najbogatsi?

Tutaj nie ma jednej metody, którą można opisać. Podejścia są różne, więc oferta jest szeroka. Mamy na przykład instrumenty szyte na walorach marek luk-

eprasa.pl 88247e8817

susowych jak Louis Vuitton. Są klienci, którzy lubią BMW. Jeżdżą samochodami tej marki od lat. Wiedzą, że to dobra, bezpieczna firma, wierzą, że się będzie rozwijać, więc chcą w nią zainwestować. Umożliwiamy im to.

A młodzi, piękni i bogaci?

Wśród młodych widzimy trend do poszukiwania inwestycji związanych z ekologią. Nie chcą inwestować w spółki węglowe. Mają bardzo dużą świadomość tego, gdzie chcą ulokować swoje pieniądze.

Bogaty klient to wybredny klient?

Tak bym nie powiedział. Na pewno bardziej wymagający. Na pewno trzeba się bardzo starać, ale my budujemy ze swoimi klientami wieloletnie relacje. W private bankingu działamy już ćwierć wieku. Indywidualny bankier, którego dostaje każdy klient, to nie jest pracownik, który zmienia się co parę miesięcy czy nawet parę lat. On jest z tym klientem od samego początku. Poznaje jego nawyki, jego charakter, wchodzi w rolę długodystansowca.

Pekao nie jest jedynym bankiem, który ma ofertę bankowości prywatnej. Coś was wyróżnia na rynku?

eprasa.pl 88247e8817

Na pewno jesteśmy hiperbezpiecznym bankiem. Drugim co do wielkości z kapitałem skarbu państwa. Mamy potężne zaplecze kapitałowe.

> *Wyróżnia nas z pewnością szeroka oferta, bo możemy kupić praktycznie* **KAŻDY INSTRUMENT** *poprzez nasze biuro maklerskie, które działa w Polsce już od 30 lat.*

Jesteśmy też jedynym bankiem, który ma jedną aplikację na usługi bankowe i maklerskie. A wkrótce ruszamy z własną platformą do zarządzania majątkiem.

Mówimy akcje, obligacje, a co z NFT, kryptowalutami?

Jako branża jesteśmy na to otwarci, ale na razie nie ma regulacji. Nadzór podchodzi do takich produktów bardzo konserwatywnie.

Słusznie?

Myślę, że nie da się tego zatrzymać. Mimo braku regulacji ludzie kryptowaluty kupują i trend jest coraz

eprasa.pl 88247e8817

bardziej popularny. Regulator chyba nie będzie miał wyboru, jak tylko dać zielone światło. Dzisiaj nie trzeba kupować jednego bitcoina, a jego tysięczną część za niewielkie pieniądze. Chociaż patrząc na to, że jeszcze w kwietniu bitcoin kosztował ponad 45 tys. dolarów, a dzisiaj niewiele ponad 20 tys., to razem z taką zgodą musi iść szeroka kampania informująca o ryzyku.

Coś poprawiło się z edukacją ekonomiczną Polaków?

Niestety niewiele. Nadal uważam, że edukacja jest na bardzo niskim poziomie i niewiele się zmienia. Widzimy to choćby po ostatnich podwyżkach stóp. Polacy dziwią się, że ceny walut mogą się zmieniać, że stopy mogą rosnąć albo spadać, że rata kredytu może być stała albo zmienna.

Jakieś pomysły na to, jak tę edukację poprawić?

Ważna jest koordynacja. Wspólne działania NBP, ministerstwa, banków. Oraz systematyczność, czyli lekcja ekonomii przynajmniej raz w tygodniu już od 5-6 klasy szkoły podstawowej.

Artykuł promocyjny

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

Bank Pekao
Bankowość Prywatna

OD DEKAD ZDOBYWAMY NAGRODY.
TA NAJWAŻNIEJSZA TO TWOJE **ZAUFANIE**.

BANKOWOŚCI PRYWATNEJ
BANKU PEKAO S.A.

Od ponad 25 lat doskonalimy się w zarządzaniu finansami naszych klientów. Nieustannie proponujemy najbardziej nowoczesne rozwiązania, które zawsze dostosowujemy do sytuacji i dynamicznie zmieniających się potrzeb. Dziękujemy, że jesteś z nami.

BEST PRIVATE BANK AWARD 2021
GLOBAL FINANCE

NAJWYŻSZA JAKOŚĆ
QI
QUALITY INTERNATIONAL
2021

5 gwiazdek Forbes

eprasa.pl 88247e8817

PAŁAC BOURBON BLIŻEJ KREMLA

Parlamentarne wybory wygrało ugrupowanie Emanuela Macrona, ale ze zbyt małą przewagą, by nadal „rządzić” w parlamencie.

Fot. POOL / Reuters / Forum

<< SPIS TREŚCI

NASTĘPNY ARTYKUŁ >

SKRAJNE PARTIE Z PRAWEJ I LEWEJ STRONY SZTURMEM WZIĘŁY FRANCUSKI PARLAMENT. *Tradycyjnie prorosyjska polityka Paryża stanie się jeszcze bardziej korzystna dla Moskwy, bo prawicowych i lewicowych radykałów łączy niechęć do UE i wielka miłość do Rosji.*

Tekst: **Jakub Mielnik**

Koniec laby dla Emanuela Macrona. Stabilna większość w parlamencie, która przyklepywała dotąd wszystkie prezydenckie pomysły, to przeszłość. Koalicja prezydenta traci ją na rzecz skrajnej lewicy, na której czele stoi 71-letni weteran Jean-Luc Melenchon i nacjonalistów Marine Le Pen. By utrzymać rządową większość, konieczne będzie podzielenie się władzą z republikanami.

Oznacza to, że prezydencka republika francuska będzie musiała przenieść część władzy z Pałacu Eli-

eprasa.pl 88247e8817

zejskiego do parlamentu, gdzie skrajna lewica i prawica będą miały wiele sposobności do szachowania Macrona. Przyjdzie to o tyle łatwiej, że mimo pozornych różnic ideowych, lewicowcy Melenchona i nacjonaliści Le Pen mają bardzo zbliżone programy polityczne.

> *Oba ugrupowania łączą poważne zastrzeżenia do UE i obecności Francji w NATO. Oba* **SĄ TAKŻE ZDECYDOWANIE PROROSYJSKIE.**

Nad partią Le Pen wisi długi cień pożyczki w kremlowskim banku, zaciągniętej na kampanię wyborczą, a nad Melenchonem poparcie, jakiego udzielił w 2014 roku rosyjskiej aneksji Krymu.

Właściwie, gdyby nie czysto wizerunkowe przeszkody, obie te partie mogłyby właściwie utworzyć rządową koalicję we Francji. Oczywiście do tego nie dojdzie, co nie zmienia faktu, że francuska polityka w jeszcze większym stopniu niż obecnie,

eprasa.pl 88247e8817

będzie chuchać i dmuchać na rosyjskie interesy w Europie.

Wynik wyborów parlamentarnych to potężny cios nie tylko dla prezydenckiej partii En Marche, ale także dla samego Macrona. Wyborcy masowo odwrócili się od jego centrowego programu w kierunku ugrupowań zdecydowanie skrajnych. Lewicy Melenchona od dawna przepowiadano reaktywację, ale zaskakujący jest bardzo dobry wynik nacjonalistów, której liderkę Marcon pokonał w ostatnich wyborach prezydenckich. Partia Marine Le Pen aż dziesięciokrotnie zwiększyła liczbę mandatów w parlamencie.

Stabilność francuskiej polityki była dotąd jednym z filarów jej pozycji w Europie. To się teraz mocno zmieni, skoro lewicowi i prawicowi radykałowie, każdy na swój sposób, kwestionują dotychczasowe kierunki integracji europejskiej.

Francja stanie się także jeszcze bardziej wątpliwej jakości sojusznikiem w niezwykle istotnych dla Pol-

eprasa.pl 88247e8817

ski kwestiach, związanych z wojną na Ukrainie i podejściem do Rosji.

Kraj ten, niezależnie od tego, jaki reżim rządził na Kremlu, zawsze cieszył się we Francji szczególnym traktowaniem. Teraz będzie ono miało solidne parlamentarne podstawy, szczególnie istotne w sytuacji, gdy kwestia rosyjska stanie się być może jedynym spoiwem, łączącym najbardziej niestabilny od ponad 20 lat układ władzy we Francji.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

NEUTRALNI, ALE NIE BEZBRONNI

Fot. Arnd Wiegmann / Reuters / Forum

<< SPIS TREŚCI NASTĘPNY ARTYKUŁ >

eprasa.pl 882

– DLA WROGA TO KRAJ PUŁAPKA. NIE ŻYCZĘ ŻADNEJ ARMII, ŻEBY WALCZYŁA ZE SZWAJCARIĄ *– mówi dr Beata Górka-Winter, analityk ds. bezpieczeństwa międzynarodowego z Uniwersytetu Warszawskiego. Od ponad 220 lat na atak na Szwajcarię nikt się nie zdecydował – nawet w trakcie światowych wojen. Nie tylko przez neutralny status kraju, ale też – a może przede wszystkim – jego doskonalone przez dekady przygotowanie do samoobrony.*

Tekst: **Michał Banasiak**

70 proc. terytorium Szwajcarii to góry. Raj dla narciarzy i piekło wojskowych strategów. Kiedy Niemcy planowali napaść na Szwajcarię w trakcie II wojny światowej, sama geografia dostarczała im solidną listę argumentów przeciwko: ograniczone możliwości przemieszczania się, koszmarne warunki jazdy dla czoł-

eprasa.pl 88247e8817

gów, trudności z namierzeniem i likwidacją pozycji przeciwnika.

Ale Szwajcarzy nie pozostawili kraju jedynie pod opieką matki natury. Swojemu szczęśliwemu położeniu postanowili dopomóc. Plan obrony przed wojskami Hitlera zakładał wysadzenie linii kolejowych oraz dróg i mostów, którymi wróg będzie próbował się wedrzeć. Ładunki wybuchowe rozmieszczono w ponad trzech tysiącach strategicznych punktów. Ostatnie z nich zostały zdemontowane w... 2014 roku.

W górskich jaskiniach i nad szlakami poukrywano gniazda karabinów maszynowych. Wyrastające jeden po drugim alpejskie domki były potencjalnymi kryjówkami żołnierzy i magazynami broni. Szwajcarzy deklarowali, że są w stanie wystawić do walki 850 000 żołnierzy.

To był mistrzowski pokaz polityki odstraszania.

Profilaktyka doskonała

Wojna się skończyła, ale Szwajcarzy nie zaprzestali rozwijania swoich możliwości obronnych. W atomo-

eprasa.pl 88247e8817

wej i zimnowojennej rzeczywistości zaczęli na potęgę budować schrony. I nie były to tylko betonowe konstrukcje pod ziemią. Wentylowane, zbrojone, zaopatrzone w zapasy żywności, miały chronić ludność na wypadek ataku chemicznego, biologicznego, a nawet jądrowego. Gdy w latach 70. w okolicach Lucerny powstawał autostradowy tunel Sonnenberg, został zaprojektowany tak, by pełnić również funkcję schronu dla 20 tysięcy osób.

Prawo nakazywało (i wciąż nakazuje) budować schrony również przy inwestycjach prywatnych. Dzięki temu Szwajcaria stała się jedynym na świecie państwem gwarantującym miejsce w schronie każdemu obywatelowi. Dla porównania następne na liście Szwecja i Finlandia są w stanie zmieścić w schronach 70-80 proc. populacji. Polska czy Niemcy – 3 proc.

W szczytowym momencie Szwajcaria miała pod bronią 880 tysięcy ludzi – 12 proc. społeczeństwa. Jednak po zimnej wojnie nastąpiła skokowa redukcja armii. W połowie lat 90. służyło w niej 400

eprasa.pl 88247e8817

tysięcy osób. Teraz zostało 150 tysięcy. Trzymanie się suchych liczb byłoby jednak mocno mylące.

– Szwajcaria **NIE MA ARMII. SZWAJCARIA JEST ARMIĄ** *– mówi Agnieszka Kamińska, dziennikarka,*

autorka książki „Szwajcaria. Podróż przez raj wymyślony”. – To armia typu milicyjnego, co oznacza, że każdy obywatel ma obowiązek obrony kraju. W Szwajcarii wciąż obowiązuje powszechny pobór do wojska, a każdy dorosły Szwajcar (dla kobiet służba jest dobrowolna) musi ukończyć szkolenie dla poborowych, które trwa 18 tygodni – dodaje.

Jeszcze 15 lat temu broń i amunicję żołnierze trzymali głównie w domach. Przepisy jednak zaostrzono, za czym poszło zmniejszenie liczby posiadanej przez Szwajcarów broni. Statystycznie nadal posiada ją co czwarty mieszkaniec kraju. Czyni to Szwajcarię jednym z najbardziej uzbrojonych państw świata.

eprasa.pl 88247e8817

– Pod względem obrony swojego terytorium są znakomicie przygotowani. Są w stanie obronić się sami – komentuje dr Beata Górka-Winter.

Neutralność popłaca(ła)

Ostatnim krajem, z którym Szwajcaria walczyła była napoleońska Francja. Na początku XIX wieku Szwajcarzy zadeklarowali neutralność, którą później potwierdziły traktaty międzynarodowe. Według nich, Szwajcaria nie tylko nie angażuje się w jakiekolwiek konflikty zbrojne i nie dostarcza broni wojującym stronom, ale też sama ma zagwarantowaną nienaruszalność swoich granic.

Tę nienaruszalność gotowi byli zdeptać naziści, ale oprócz ufortyfikowanych Alp powstrzymał ich jeszcze jeden aspekt: możliwość handlu z neutralnym państwem i wymiany w nim zrabowanego złota na pieniądze.

Sytuacja nie była zerojedynkowa. Handel z Niemcami był gospodarczym elementem polityki obronnej, ale łatka „banku nazistów” ciągnie się za Szwaj-

eprasa.pl 88247e8817

carią do dziś. Podobnie jak opinia wyrachowanych bankierów, patrzących tylko na zawartość portfela i ignorujących krew na przyjmowanych w depozyt pieniądzach.

To w Szwajcarii często urywały się tropy dziennikarskich śledztw, śledzących pieniądze wyprowadzane z różnych państw przez polityków i biznesmenów. W Szwajcarii konta „na czarną godzinę” zakładali afrykańscy liderzy i watażkowie. Krytyków Szwajcarzy zbywali krótkim: „nie oceniamy, jesteśmy neutralni”. Taka postawa dobiegła końca w ostatnim tygodniu lutego. Huk spadających na Ukrainę rakiet nie od razu dotarł do politycznych gabinetów, ale szwajcarska ulica upomniała się o przyzwoitość swoich liderów. Szwajcaria dołączyła do unijnych sankcji na Rosję, a potem dobrała się do majątków oligarchów.

Czy to oznacza, że zerwała ze swoją neutralnością? Nie, bo traktatowa neutralność nie oznacza ani izolacji, ani braku współpracy międzynarodowej.

To nie neutralność, a wola Szwajcarów sprawia, że kraj nie należy do Unii Europejskiej ani nawet

eprasa.pl 88247e8817

Europejskiego Obszaru Gospodarczego. Ostatni raz na temat ewentualnej akcesji do UE Szwajcarzy wypowiedzieli się w 2001 roku. Przeciwko otwarciu negocjacji z Brukselą opowiedziało się blisko 80 proc. głosujących w referendum. Za to rok później ponad połowa zdecydowała o przystąpieniu kraju do ONZ.

Teraz nie w referendum, a w demonstracjach Szwajcarzy wypowiedzieli się za reakcją na rosyjską agresję.

Korekta - tak, zwrot - nie

Podjęte przez Szwajcarię kroki – przyłączenie się do sankcji i zamrożenie części rosyjskich aktywów – zostały odebrane za jeden z symboli jednoczenia się Zachodu wobec Rosji i zapowiedź geopolitycznego przewrotu. Pojawiły się hasła o zerwaniu z neutralnością, dostawach szwajcarskiej broni na Ukrainę, a nawet dołączeniu do NATO. Gdy jednak opadł pierwszy kurz okazało się, że Szwajcaria jest gotowa na korektę swojej polityki, ale nie na rewolucję.

eprasa.pl 88247e8817

– Szwajcaria w NATO to scenariusz, który wykluczają nawet ci, którzy opowiadają się za zbliżeniem do Sojuszu. Mówi się raczej o zacieśnieniu współpracy. Poparcia dla Szwajcarii w NATO nie ma też wśród obywateli. W sondażu przeprowadzonym w kwietniu 2022 roku za taką opcją opowiedziało się niespełna 20 procent pytanych – zauważa Agnieszka Kamińska.

> *Na razie Szwajcarzy – tradycyjnie –* **ZACZYNAJĄ OD SWOJEGO PODWÓRKA.** *Budżet na armię będzie do 2030 rósł o 300 milionów franków rocznie.*

Trwa też dyskusja nad podwyższeniem wieku zwolnienia z czynnej służby wojskowej.

W swoich poczynaniach za granicą poruszają się bardzo ostrożnie, niemal po omacku – jak to organizm wybudzony z tak długiego letargu. Z jednej strony sygnalizują gotowość do zmian, ale z drugiej wygląda na to, że nie do końca wiedzą, na ile mogą sobie pozwolić.

eprasa.pl 88247e8817

– Szwajcarska neutralność to doktryna polityczna i taka również – polityczna – jest tocząca się debata na jej temat – komentuje Agnieszka Kamińska.

Szwajcaria zablokowała wysłanie Ukrainie produkowanej u siebie broni. Wozy opancerzone chciała przekazać Dania, a pociski do wozów piechoty Niemcy. W obu przypadkach Szwajcarzy podnieśli argument o neutralności i militarnym nieangażowaniu się w konflikt w choćby dalece pośrednim stopniu.

Z ofiarowania Ukrainie pomocy humanitarnej o wartości 90 milionów franków szydziła nawet szwajcarska prasa wskazując, że to kwota nieprzystająca do wielkości i rangi kraju.

Kolejne sondaże pokazują jednak, że mieszkańcy Szwajcarii opowiadają się za bliższą współpracą z Europą i kontynuacją polityki sankcji wobec Rosji. Chcą stanąć po właściwej stronie historii i nie zamierzają pozwolić, by kolejny raz bezstronność oznaczała bezrefleksyjną współpracę i z ofiarą, i agresorem.

Szwajcaria nadal chce być neutralna, ale już nie obojętna.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

Felieton

Fot. Adam Jagielak

Gen. Waldemar Skrzypczak

Bilans zysków i strat wychodzi na korzyść Ukraińców

Czytam z trwogą wyrażane w mediach opinie ekspertów o przebiegu wojny. Brzmią one jak komunikaty wojenne z... Kremla. Bo jak inaczej można odnieść się do informacji o treści „na razie Ukraina wojnę przegrywa”. Zachodzę w głowę, skąd ten wniosek?

eprasa.pl 88247e8817

Staram się na podstawie analiz operacyjnych z przebiegu działań wojsk taki wniosek wysnuć. Ale nijak mi to nie wychodzi przy założeniu, że stosuję znane sobie, wyniesione ze studiów wojskowych i z praktyki dowódczej na poziomie operacyjnym, metody oceny sytuacji operacyjnej. Żadna analiza operacyjna tego, co dzieje się na polach Ukrainy do takiej tezy nie uprawnia.

Jeżeli jest to ocena wynikająca z upadku Mariupola, czy dobrze prowadzonej operacji obronnej w rejonie Łuku Donbaskiego gdzie Rosjanie mają zaledwie kilka sukcesów taktycznych od 3 kwietnia (ponad 70 dni ataków!), kiedy rozpoczęli ataki od Iziumu. To daj Boże jak najwięcej takich przegranych wojen. Wojen, w których agresor płaci najwyższą z możliwych cen za zdobycie kilkudziesięciu kilometrów terytorium Ukrainy, mierzącego od granicy wschodniej do zachodniej ponad 600 km. Skala strat Rosjan jest ogromna. Nie warta takich korzyści, jakie w wyniku ataków uzyskują.

eprasa.pl 88247e8817

W prowadzenie operacji wojskowych wpisywane są działania wojskowych formacji wynikające z planu, który tym formacjom **WYZNACZA MISJE DO REALIZACJI.**

Na przykładzie operacji w rejonie Łuku Donbaskiego pokazać można, jak Ukraińcy prowadzą działania obronne, w sytuacji, gdy ścierają się z wielokrotnie silniejszym przeciwnikiem, atakującym z kilku kierunków jednocześnie. Doskonale przygotowana ukraińska obrona na kilku zasadniczych liniach obrony, z obronnymi rubieżami pośrednimi, oddalonymi od siebie o 2-3 km i połączonymi pozycjami ryglowymi, z zaporami minowymi i fortyfikacjami, czyni z tego obszaru obrony REJON UMOCNIONY.

Doskonale sprzyja temu teren Wysoczyzny Donieckiej, uprzemysłowiony rejon Donbasu i liczne rzeki z Siewierskim Dońcem na czele. To tak w skrócie.

eprasa.pl 88247e8817

Warto dodać, że sztuka wojenna obok innych, jak sztuka operacyjna łączy w sobie i geografię wojenną. Bez tej synergii żaden plan operacji nie powstaje. Bez analizy terenu nie rodzi się żaden plan użycia wojsk. To kompozycja, może nie artystyczna, ale jednak. Połączenie zasad sztuki wojennej ze studium teatru działań wojennych, a w tym przypadku terenu prowadzonej operacji wojskowej.

I właśnie działania Ukraińców w Łuku Donbaskim są – moim zdaniem – przykładem świetnie prowadzonej operacji obronnej.

Ukraińcy w sposób planowy wycofują się na kolejne pozycje obronne pod naciskiem przeważających sił. Kontratakują tam, gdzie mogą zaskoczyć, odrzucając Rosjan, czego przykładem jest bitwa o Siewierodonieck. To zaświadcza o dobrym dowodzeniu i efektywnym oraz manewrowym wykorzystaniu własnych wojsk. Nie widzę w działaniu Ukraińców niczego, co by nosiło w sobie znamiona klęski. Przeciwnie, to dobrze prowadzona operacja obronna nastawiona na maksymalizowanie strat Rosjan. I ta misja jest wypełniana.

eprasa.pl 88247e8817

Eksperci alarmują, że Ukraińcy się cofają. Tak, robią to planowo i w sposób zorganizowany. Eksperci alarmują, że ginie dużo Ukraińców. Tak, obie strony ponoszą straty. Rosjanie znacznie większe.

> *Ale to nie gra wojenna na komputerze.* **TO PRAWDZIWA WOJNA, ZE WSZYSTKIMI KONSEKWENCJAMI** *starcia dwóch armii.*

Na pewno decyzja obrony Donbasu jest obciążona wielkim wysiłkiem ze strony armii ukraińskiej. Wysiłek Rosjan jest wielokrotnie większy. Natomiast bilans zysków i strat wychodzi na korzyść Ukraińców.

Aby rzucić nieco innego światła na tę rzekomo przegrywaną wojnę trzeba popatrzeć na inne kierunki operacyjne, gdzie Ukraińcy swoimi działaniami wprawili Rosjan w poważne kłopoty, zmuszając ich do przechodzenia z natarcia do obrony, a nawet do odwrotu jak ma to miejsce na północ od Charkowa. Nie silę się na przesądzanie, kto tę wojnę wygra, ale wzbraniam

eprasa.pl 88247e8817

się przed definiowaniem przegranej Ukraińców tylko na podstawie kilku zdarzeń na poziomie taktycznym, które w żaden sposób nie zmieniają położenia operacyjnego armii ukraińskiej.

Wskazywanie zwycięzców na tym etapie wojny jest mocno przedwczesne. Nie ma to nic wspólnego z oceną rozwoju sytuacji operacyjnej, a zapewne wynika z oczekiwań mediów łaknących „powalających” opinii. I potrzeb ekspertów głoszących apokalipsę, a głównie walczących o ilości odsłon w YouTube.

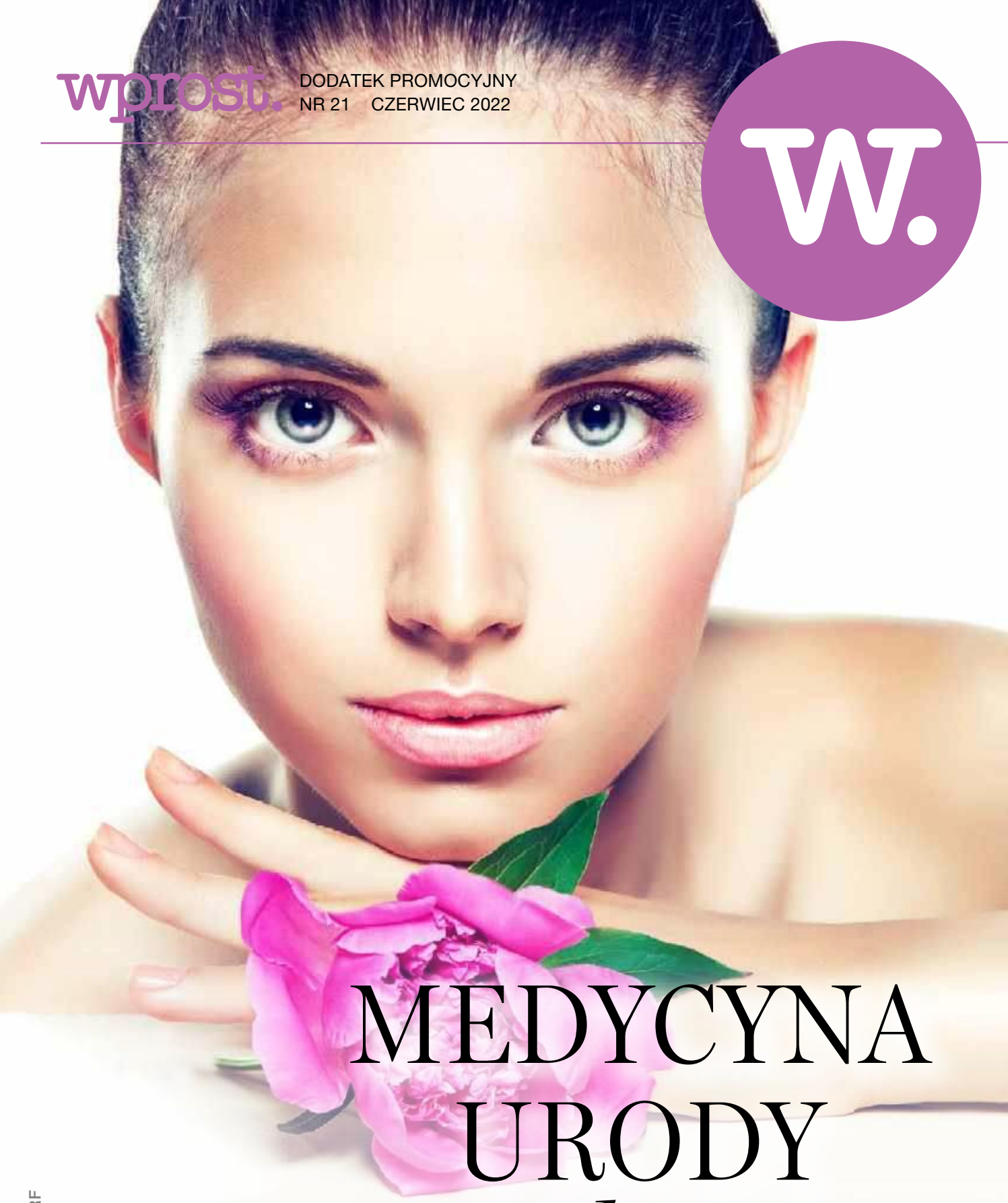
Każdy ma prawo głosić swoje opinie i poglądy. Ale nie powinny one wypaczać rzeczywistego przebiegu działań. Nie powinny wprowadzać w swojej narracji niczym nieuzasadnionych, przesądzających stwierdzeń, które wprowadzają zamieszanie. Szczególnie, gdy zmagania na Ukrainie pochłaniają ogromne ofiary. I wtedy, gdy prawie zjednoczona Europa i USA czynią wielkie wysiłki, żeby Ukraina tej wojny nie przegrała. Bo to wojna, przypominam o tym kolejny raz, o naszą przyszłość.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

wprost.
DODATEK PROMOCYJNY
NR 21 CZERWIEC 2022

W.



MEDYCYNA URODY *i Zdrowie*

Fot. 123RF

eprasa.pl 88247e8817

Zabiegi „Last Minute” – TOP 3 medycyny estetycznej

Fot. 123RF

<< SPIS TREŚCI
NASTĘPNY ARTYKUŁ >

eprasa.pl 88247e8817

Przed urlopem warto odwiedzić lekarza medycyny estetycznej. Pomoże przygotować skórę na spotkanie z wiatrem i słońcem, zastopuje powstawanie zmarszczek, zlikwiduje boczki, fałdki... **DR MARIUSZ KACZOROWSKI POLECA TOP 3 ZABIEGÓW PRZED WYJAZDEM**: mezoterapię, HIFU i botoks.

Rozmawiała **Dorota Bardzińska**

Jaki zabieg medycyny estetycznej warto wykonać „na ostatnią chwilę” przed wymarzonym urlopem?

Zdecydowanie rekomenduję zabiegi mezoterapii igłowej. Czyli podanie preparatu do skóry na tzw. grudkę przy użyciu igły i strzykawki. Mezoterapia zarówno na bazie stężonego kwasu hialuronowego, jak i kwasu lekko usieciowanego, świetnie nawilży skórę, a kwas hialuronowy w niej zawarty zabezpieczy i ograniczy skutki przesuszającego działania wiatru i słońca.

eprasa.pl 88247e8817

Kwas hialuronowy to „król” mezoterapii?

Rzeczywiście, najczęściej stosuje się preparaty kwasu hialuronowego, wzbogaconego witaminami,

Dr Mariusz Kaczorowski

Dyplomowany lekarz medycyny estetycznej, z medycyną estetyczną związany od ponad dziesięciu lat. Członek Polskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej i Anti-Aging oraz Polskiego Towarzystwa Medycyny Prewencyjnej i Przeciwstarzeniowej. Absolwent Podyplomowej Szkoły Medycyny Estetycznej Polskiego Towarzystwa Lekarskiego w Warszawie. Szkoleniowiec i trener w zakresie nowoczesnych technik medycyny estetycznej. Specjalizuje się w bezoperacyjnych i laserowych korektach defektów estetycznych twarzy i ciała. Wykonuje zabiegi zapobiegające przedwczesnemu starzeniu się skóry. Współpracownik, konsultant medyczny kilku renomowanych klinik i gabinetów w kraju.

eprasa.pl 88247e8817

mikroelementami, hydroksyapatytem wapnia, glicerolem czy innymi organicznymi związkami chemicznymi. W gabinetach medycyny estetycznej dostępne są gotowe takie preparaty, zamknięte w sterylnych ampułkostrzykawkach, o większej bądź mniejszej objętości. Lekarz może też sam dobrać odpowiednie składniki, mieszając je bezpośrednio przed zabiegiem.

Alternatywą dla bardziej wymagających skór są mezoterapie z użyciem lekko usieciowanego kwasu hialuronowego. Taka formuła kwasu powoduje, że utrzymuje się on w tkankach dłużej niż preparat nieusieciowany, a procedurę podania można wykonywać rzadziej, tj. w większych odstępach czasowych.

Jak przebiega sam zabieg? Jest bolesny?

Zabieg przebiega tak samo, pierwszym etapem jest przygotowanie skóry polegające na dokładnym jej oczyszczeniu i zaaplikowaniu preparatu znieczulającego (kremu). Dlatego zabieg nie jest bolesny.

eprasa.pl 88247e8817

> Po znieczuleniu obszaru lekarz wykonuje liczne iniekcje, im więcej „ukłuć” tym korzystniej dla skóry – każde bowiem jest **DODATKOWĄ STYMULACJĄ.**

Jedyną różnicą w procedurze mezoterapii kwasem usieciowanym jest głębokość podania preparatu, w tym przypadku są to głębsze warstwy skóry.

Mezoterpia tylko nawilża skórę? Czy też tą metodą można osiągnąć jeszcze jakieś dodatkowe korzyści?

W swojej praktyce często metodą mezoterapii aplikuję również preparaty działające biostymulująco – takie jak polinukleotydy. To łańcuchy składające się z małych cząstek kwasów nukleinowych DNA i RNA. Stymulują fibroblasty, dzięki czemu wzmaga się synteza kolagenu, elastyny, glukozaminoglikanów i glikoprotein. Wykazują również mocne działanie antyoksydacyjne, co w obecnych czasach stresu i tzw. szybkiego życia ma ogromne znaczenie. Polinukleotydy również aplikujemy nieco głębiej, podobnie jak w przypadku

eprasa.pl 88247e8817

zabiegów z kwasem hialuronowym usieciowanym. Po mezoterapii polinukleotydami uzyskujemy efekt nawilżenie tkanek głębokich, zdrową, odświeżoną skórę a nawet subtelny efekt uniesienia tkanek.

Ostrzykiwanie stosujemy tylko na twarz? Czy można jeszcze np. na szyję, na której często widać oznaki upływu czasu?

> Procedury **ZABIEGÓW MEZOTERAPII** wykonuje się nie tylko na obszarach skóry twarzy, ale też szyi, a także dekoltu i dłoni oraz ciała i owłosionej skóry głowy.

Na specjalna uwagę zasługuje okolica oczu – do tych delikatnych struktur przeznaczone są specjalne rodzaje preparatów. Często oprócz wymienionych wyżej substancji w tej okolicy stosuję mezoterapię z kolagenu.

Jak działa wstrzykiwany kolagen?

To taka regeneracja biorusztowania skóry. Kolagenowe mozetrapie stosuję również na pozostałe

eprasa.pl 88247e8817

wymienione wcześniej okolice zabiegowe. W zabiegach mezoterapii jest ważne, by preparat był odpowiednio dobrany do skóry pacjenta i prawidłowo podany...

Prawidłowo - czyli jak?

Na odpowiedniej głębokości i w stosownej ilości. Taka prawidłowo nawilżona i odżywiona skóra będzie zdecydowanie bardziej odporna na czynniki atmosferyczne i szaleństwa wakacyjne.

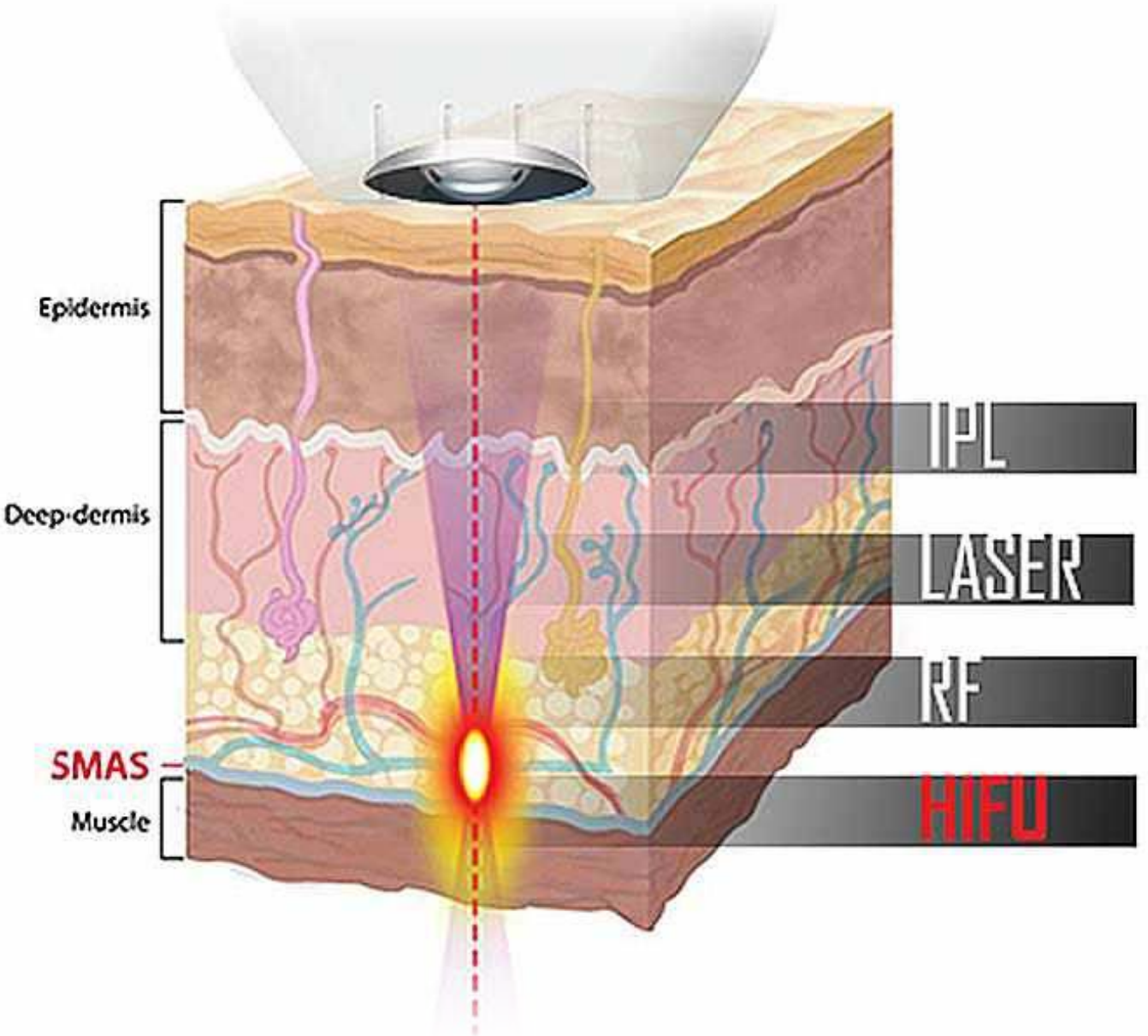
Latem przeciwwskazane jest stosowanie np. laserów, ale czy można stosować zabiegi wykonywane za pomocą innych, zaawansowanych technologii?

Z całą pewnością można wykonać zabieg HIFU. To stymulacja skóry falami wysokiej częstotliwości, której efektem jest poprawa wyglądu, napięcia i kolorytu skóry. Ty będziesz odpoczywała na urlopie, a Twoja skóra będzie się regenerowała dzięki uruchomionemu procesowi naprawczemu...

Jak działa HIFU?

Zabieg polega na wytworzeniu kontrolowanych mikrourazów tkanek przez fale wysokiej częstotliwo-

eprasa.pl 88247e8817



Fot. Materiały prasowe

HIFU działa w głębszych warstwach skóry

eprasa.pl 88247e8817

ści. Taka stymulacja uruchamia procesy regeneracji i naprawy poprzez wzmożoną produkcję kolagenu. Skóra w kilkanaście tygodni odzyskuje sprężystość, staje się mocniejsza i bardziej napięta. Zabiegi HIFU nie wymagają rekonwalescencji.

Czyli HIFU to taki lifting bez skalpela?

Tak, to trafne określenie.

Gdzie, czyli w jakich okolicach, się go stosuje?

> **NA TWARZ I CIAŁO:** wiotka skóra w okolicy oczu, luźny owal, czyli tzw. chomiki, drugi podbródek czy pogorszenie napięcia skóry szyi, dekoltu... To stany, w których z pomocą przychodzi siła zogniskowanych fal wysokiej częstotliwości.

HIFU działa głęboko, ale bez uszkodzenia ciągłości naskórka.

Dziennikarze nazywają HIFU falami młodości, a pacjenci są tego samego zdania. Odpowiednio dobrane głowice zabiegowe dokonują rewolucji

eprasa.pl 88247e8817

w jakości skóry. W zależności od okolicy – czyli od grubości skóry – możemy oddziaływać na różnych głębokościach podczas jednego zabiegu.

Proces naprawczy polega na indukcji punktów koagulacji w skórze – najczęściej stosuje się kartridże działające na 1,5 mm, 3 mm oraz 4,5 mm w głąb skóry. Mikrouszkodzenia, jak już mówiłem, stymulują wytwarzanie nowego kolagenu, co w efekcie daje widoczną i długotrwałą poprawę napięcia i jakości skóry, ale HIFU ma też inne działanie...

Czy to prawda, że dzięki HIFU można się pozbyć niechcianych depozytów tłuszczu? To ważna informacja, szczególnie dla tych pań, które nie są zadowolone ze swojego wyglądu w bikini...

Ta technologia z powodzeniem jest również wykorzystywana do redukcji tkanki tłuszczowej – na przykład boczków czy brzucha, ale także okolicy podbródka. Po prawidłowo wykonanym zabiegu na skórze może być widoczne lekkie zaczerwienienie, które dość szybko ustępuje. Zabieg nie należy do bolesnych, nie wymaga rekonwalescencji pozabiegowej.

eprasa.pl 88247e8817

Procedury HIFU można wykonywać przez cały rok, bez względu na nasłonecznienie.

Czy przed urlopem można ostrzyknąć się botoksem, żeby nie wrócić z całą kolekcją zmarszczek wokół oczu od mrużenia ich w słońcu?

Tak, warto wykonać botoks, ale przynajmniej dwa tygodnie przed urlopem. Zabiegi toksyną botulinową wykonuje się przez cały rok, przed wakacjami również, by na wczasach nie robić groźnej miny złośnika. Botoks to zresztą najlepsze rozwiązanie na zmarszczki mimiczne. Jak się już zaczynają pojawiać, to trzeba je skutecznie leczyć.

Jest to jeden z najczęściej wykonywanych zabiegów w gabinetach medycyny estetycznej. Lekarz po zakwalifikowaniu pacjenta do leczenia nadmiernej kurczliwości mięśni danej okolicy wyznaczy właściwe punkty podania leku. Delikatne iniekcje i wystarczy tylko cierpliwie poczekać na efekt. Zazwyczaj już po kilku dniach możemy się cieszyć młodszym wyglądem i taki stan utrzyma się przez mniej więcej pół roku.

eprasa.pl 88247e8817

Bezpośrednio po zabiegu należy pamiętać, by stosować się do zaleceń lekarskich takich jak: brak aktywności fizycznej, niepochylanie się i niekładzenie się przez kilka godzin. Po takiej wizycie w gabinecie lekarskim na twarzy praktycznie nie ma śladów, czasami małe zaczerwienienie w miejscu iniekcji.

Podobno leczy Pan botoksem nie tylko zmarszczki...

> Botoks to lek mający wiele zastosowań w medycynie, „boją się” go nie tyko zmarszczki. W swojej praktyce wykorzystuję go również do **LECZENIA BRUKSIZMU (ZGRZYTANIE ZĘBAMI) ORAZ MIGREN.**

Czyli trzy zabiegi polecane przez Pana przed urlopem to mezoterapia, HIFU i botoks. A jakie rady dałby Pan jako lekarz medycyny estetycznej na wakacje?

Na koniec zdanie o profilaktyce. Pamiętajmy o piciu właściwej ilości wody oraz stosowaniu ochron-

eprasa.pl 88247e8817

nych filtrów przeciw promieniowaniu UVA i UVB. Wysoką ochronę dają preparaty oznaczone jak SPF od 30 do 50 oraz PA+++, PA++++. Stosując kremy z wysokimi filtrami, nie tylko chronimy skórę przed fotostarzeniem, ale również przed nowotworowymi chorobami skóry!

© Wszelkie prawa zastrzeżone

Dr Mariusz Kaczorowski

Zapraszam na konsultacje i zabiegi
tel. 601 255 353

HTTPS://WEB.FACEBOOK.COM/DRMARIUSZKACZOROWSKI/

eprasa.pl 88247e8817

Dr n. med. Magdalena Łopuszyńska, specjalista dermatologii, lekarz medycyny estetycznej, ekspert z ponad 25-letnim doświadczeniem z zakresu medycyny Anti-Aging, założycielka gabinetu kosmetyki lekarskiej BELLA w Warszawie.

Zabiegi na lato

Fot. Bella

eprasa.pl 88247e8817

Dr Magdalena Łopuszyńska, właścicielka Gabientu Bella, poleca **ZABIEGI NA LATO**.

Tekst: **Dr Magdalena Łopuszyńska**

LATO w naszej szerokości geograficznej na pewno nie jest porą, kiedy powinniśmy się poddawać intensywnym zabiegom złuszczającym, laserowym czy wykonywać głęboko złuszczające pilingi. Nie oznacza to jednak, że powinniśmy całkowicie rezygnować z medycyny estetycznej: możemy robić zabiegi botoksem, kwasem hialuronowym, a także mezoterapię. Oczywiście kilka dni po zabiegu, kiedy jeszcze widać ślady po ukłuciach, ograniczmy lub całkowicie eliminujmy ekspozycję na słońce. Jeśli są siniaki, to do momentu całkowitego zejścia zasinienia nie możemy się opalać, ponieważ może dojść do przebarwień. Można również wykonywać zabiegi, które działają od środka: fale

eprasa.pl 88247e8817

radiowe np. Venus, HIFU, czyli zogniskowane ultradźwięki, endermologię twarzy. Są silnie ujędrniające, budują kolagen, ale nieinwazyjne, jeśli chodzi o zewnętrzną warstwę skóry.

Z zabiegów pielęgnacyjnych polecam słabe pilingi, np. ferulowy, argipeel czy migdałowy, dostosowane do warunków słonecznych, ale – uwaga! – trzeba bardzo dbać o używanie filtrów słonecznych, zawłaszcza w przypadku skór trądzikowych, które również musimy pielęgnować w okresie lata.

Inne zabiegi, które polecam w porze letniej, to:

Krioterapia

Zabieg wykonywany przy użyciu aparatu Cryolift3 to wyjątkowa metoda łącząca działanie wysokiej jakości preparatów odmładzających z biostymululacją przez stabilizowane zimno i światło LED. Produkty, które wprowadzamy do skóry, to unikatowa bomba 55 składników odżywczych, antyoksydantów, wyciągów komórkowych otrzymywanych z kawioru łososia. Stymulują fibroblast do produkcji kolagenu i elasty-

eprasa.pl 88247e8817

ny, przyspieszają metabolizm komórkowy, odżywiają oraz regenerują, dając efekt odświeżenia, ujędrnienia, nawilżania i liftingu.

Niska temperatura pobudza mikrokrążenie poprawiające transport składników aktywnych i zwiększające dotlenienie komórek skóry. Światło LED w zależności od zastosowanego koloru ma właściwości przeciwzapalne, łagodzi podrażnienia, dotlenia komórki, przyspiesza regenerację, rozjaśnia, normalizuje zaburzoną melanogenezę, a także ma działanie przeciwbakteryjne.

Rezultat zabiegu? Skóra zyskuje promienny, młodszy, wygląd, staje się jędrna i gładka, bez wykwitów chorobowych, a objawy starzenia, czyli zmarszczki, przebarwienia i nierówności, ulegają redukcji bez bólu, dyskomfortu, jak też konieczności izolacji – niezależnie od pory roku i typu skory

Geneo

To błyskawiczny zabieg pielęgnacyjny zainspirowany naturą i wykorzystujący biologiczne mechanizmy

eprasa.pl 88247e8817

organizmu. Daje efekt odmłodzenia, dotlenienia i rozjaśnienia skóry .

W zabiegu jest wykorzystana technologia MicroBubble, która powoduje naturalne, głębokie dotlenienie skóry, złuszczanie zrogowaciałej warstwy naskórka oraz wchłanianie składników rewitalizujących skórę.

W zależności od pożądanych efektów i potrzeb skóry Geneo proponuje: Neo Revive – zabieg odmłodzenia skóry oraz Neobright – zabieg rozjaśniający i odżywiający skórę.

Latem polecamy też **ZABIEGI MIKRONAKŁUWANIA,** które dzięki temu, że bardzo powierzchownie nakłuwają skórę, nie są inwazyjne.

Do tego celu stosujemy np.:

Dermapen 4

Zabieg wykonywany urządzeniem Dermapen 4 firmy Equipmed to nieinwazyjny sposób stymulacji skóry do procesów samoregeneracji. Wzmaga produkcję

eprasa.pl 88247e8817

kolagenu i elastyny, dzięki czemu formują się nowe tkanki – pogrubiające i zagęszczające skórę, która wizualnie staje się również napięta, nawilżona i bardziej elastyczna. Proces naprawy skóry trwa kilka miesięcy, a jego efekty są widoczne i długotrwałe. Dermapen 4 poprawia stan naszej skóry w sposób naturalny, niemal fizjologiczny i zatrzymuje procesy starzenia.

Nanopore

Zabieg z wykorzystaniem Nanopore (firmy Sesderma) jest przeznaczony przede wszystkim dla osób, które obserwują u siebie pierwsze objawy starzenia, takie jak: zmarszczki, brak jędrności i witalności skóry czy przebarwienia. Polecamy go również w przypadkach blizn i rozstępów, a także łysienia. Nanopore działa na zasadzie stymulacji mikroigłowej, przeprowadzanej za pomocą urządzenia Nanopore. To urządzenie oferuje specyficzny sposób poruszania się innowacyjnych igieł, na regulowanej głębokości (od 0,15 mm do 2,5 mm). Zabieg jest praktycznie bezbolesny, bezpieczny i doprowadza do szybkiej regeneracji skóry. Gwarantuje efekt

eprasa.pl 88247e8817

odmłodzenia, napięcia, poprawy kolorytu i zmniejszenia zaczerwienienia skóry, dzięki uruchomieniu naturalnych procesów naprawczych.

R.Pen by Urgo Aesthetics R

To urządzenie przeznaczone do wykonywania zabiegów odmładzających skórę, redukujących drobne linie i zmarszczki, rozstępy, blizny, zmiany pozapalne, niedoskonałości i przebarwienia. Możliwość wszechstronnego wykorzystania to tylko jedna z jego zalet. Zaawansowana technologia umożliwia stosowanie zmiennej głębokości nakłuć i prędkości pracy, dzięki czemu możliwe jest osiągnięcie oczekiwanych efektów. Dodatkowo R.Pen wyposażony jest w innowacyjny system świateł LED-Derma BioLights, które działają wspomagająco na skórę.

Kolejny zabieg jaki możemy wykonać latem to :

Acquagold

Fine Touch to rewolucyjny zabieg, który sprawi, że skóra stanie się wyraźnie rozświetlona, nawilżona,

eprasa.pl 88247e8817

a drobne niedoskonałości ulegną wyraźnemu zmniejszeniu. Zabieg polega na podaniu poprzez mikronakłucia spersonalizowanego koktajlu, który trafia bezpośrednio do skóry właściwej, dzięki użyciu innowacyjnego aplikatora.

> Aplikator Aquagold Fine Touch pokryty jest 24-karatowym złotem. Jego unikatowa budowa pozwala na dostarczenie spersonalizowanego koktajlu, połączonego często z toksyną botulinową, **DO SKÓRY WŁAŚCIWEJ**

Zabieg można wykonać w obrębie twarzy, szyi, dekoltu, czy górnej części dłoni. Nie wymaga on rekonwalescencji, a już na drugi dzień widoczne są pierwsze efekty. Pełne efekty zabiegu jesteśmy w stanie zaobserwować po tygodniu, dlatego często wybiera się ten zabieg, jako idealny sposób na odmłodzenie cery przed ważnymi uroczystościami.

eprasa.pl 88247e8817

Biostymulatory tkankowe

Je również można stosować latem (pod warunkiem że stosujemy filtry i nie eksponujemy skóry na słońce w dniu zabiegu). To spełnienie marzeń o młodej skórze i efekcie wow! bez potrzeby wstrzykiwania kwasu hialuronowego czy innych wypełniaczy, które niestety z upływem czasu zmieniają rysy twarzy. Świat coraz bardziej stawia na stymulatory, aby zachować młodość skory oraz żeby odwracać zmiany, które już zaszły w starzejącej się skórze, w sposób naturalny i bezpieczny.

Biostymulatory nie działają od razu jak kwas hialuronowy, tylko są zapalnikiem do rozpoczęcia procesów odbudowy skóry, co wymaga czasu. Dlatego efekt po zabiegach biostymulujacych oceniamy po serii zabiegów wykonanych w odpowiednich odstępach czasowych.

Dzięki biostymulacji pobudzamy naturalne procesy regeneracyjne zachodzące w komórkach i tkankach. Możemy w ten sposób uzyskać kompleksową odnowę i poprawę wyglądu. Biostymulacyjnie można zadziałać

eprasa.pl 88247e8817

BIOSTYMULATORY TKANKOWE to spełnienie marzeń o młodej skórze i efekcie wow! bez potrzeby wstrzykiwania kwasu hialuronowego czy innych wypełniaczy, które niestety z upływem czasu zmieniają rysy twarzy.

Fot. Bella

eprasa.pl 88247e8817

na wiele sposobów – na przykład laserami (tak zwane miękkie lasery). Można też zastosować biostymulatory tkankowe, które podaje się bezpośrednio do skóry.

Poniżej przedstawię najbardziej znane biostymulatory tkankowe.

Nucleofill

Jest preparatem, dzięki któremu można uzyskać efekty liftingu, antyoksydacji i nawilżenia. To potrójne działanie wynika z aktywności polinukleotydów zawartych w preparacie. Kiedy polinukleotydy znajdą się w skórze, uruchamiają trzy bardzo ważne mechanizmy bioodnowy. Pobudzają fibroblasty w skórze do przekształcania się w miofibroblasty, które mają zdolność produkcji wielu białek (w tym kolagenu i elastyny), które odpowiedzialne są za zabliźnianie ran i niwelowanie niedoskonałości skórnych oraz za zagęszczanie struktury skóry i uniesienie powierzchni tej tkanki.

Polinukleotydy działają też antyoksydacyjnie i zmiatają wolne rodniki. Dzięki nim skóra staje się nawilżona i jędrna.

eprasa.pl 88247e8817

> Efekt liftingujący uzyskuje się bezpośrednio po iniekcji, a utrzymuje się on do mniej więcej **12 MIESIĘCY OD PODANIA.**

Po tym czasie preparat ulegnie naturalnemu wchłonięciu.

Profhilo

To stymulator tkankowy, który działa niczym milion sprężynek i w ten sposób przywraca skórze parametry, które traciła przez całe lata, poddając się upływowi czasu. Działanie tego preparatu opiera się na wysokim stężeniu kwasu hialuronowego, którego w jednej dawce znajduje się aż 64 mg. Po wstrzyknięciu preparat wolno i długotrwale uwalnia się z miejsca podania i stopniowo poprawia napięcie, elastyczność oraz jędrność skóry. Duża zawartość kwasu hialuronowego powoduje, że skóra od razu staje się dobrze nawilżona, sprężysta i wygląda jak po liftingu.

eprasa.pl 88247e8817

> Natomiast pobudzenie produkcji elastyny i kolagenu skutkuje tym, że biostymulator ten doprowadza z czasem do długotrwałego wygładzenia zmarszczek, a także przywrócenia **UTRACONEGO KONTURU TWARZY.**

Zabieg Profhilo stosuje się przy różnych, nieraz odmiennych, problemach urodowych. Preparat podaje się do skóry, której brakuje napięcia i elastyczności, naznaczonej zmarszczkami poziomym i pionowymi, zwiotczałej, z deficytem objętości, cienkiej lub przesuszonej. Może być także zastosowany do ujędrnienia szyi i poprawienia owalu twarzy poprzez likwidację „chomiczków”.

Jalupro

To rewitalizacja skóry twarzy, szyi, dekoltu, dłoni i innych części ciała np. ramion czy kolan.

Produkty Jalupro®, zawierają najbardziej aktywną, fizjologiczną sekwencję aminokwasów AA,

eprasa.pl 88247e8817

niezbędnych do inicjowania syntezy kolagenu typu I i II, oraz kwas hialuronowy.

To biostymulator tkankowy, który służy bioregeneracji skóry poprzez odbudowę macierzy pozakomórkowej, a więc tej części tkanki, która zajmuje przestrzenie pomiędzy komórkami i wypełniona jest głównie włóknami kolagenu i elastyny, a także cząstkami kwasu hialuronowego. Jednocześnie intensywnie nawilża skórę, a także ją rozświetla i ujędrnia oraz wygładza zmarszczki.

Oprócz jalupro Classic i HMW ostatnio pojawił się na rynku

Jalupro Super Hydro. Oprócz aminokwasów i kwasu hialuronowego wzbogacony jest również w trzy peptydy. Jest to pierwszy tego typu preparat, który stawia na regenerację więzadeł, co w rezultacie odmładza całą twarz.

Karisma

To kolejny innowacyjny preparat, który w naturalny sposób przywraca skórze jędrność i napięcie. Jest

eprasa.pl 88247e8817

idealny dla osób, które chcą zredukować niedoskonałości skóry twarzy, przedefiniować kontury lub u których występuje szczególnie nieustrukturyzowana tkanka podskórna. Preparat całkowicie składa się z naturalnych substancji: kolagenu rekombinowanego, kwasu hialuronowego o wysokiej masie cząsteczkowej i karboksymetylocelulozy.

W wyniku korzystnego działania produktu Karisma na struktury skóry poprawia się jej jędrność i napięcie oraz kontur. Następuje synteza włókien nowego kolagenu, co daje wyraźny efekt odmłodzenia twarzy.

Sculptra

Kwas polimlekowy nadaje się szczególnie dla osób, u których w wyniku chorób czy chudnięcia doszło do szczególnej utraty objętości twarzy. W sposób naturalny, stopniowy i silny odbudowywane utraconą z wiekiem objętość .

Nie jest wypełniaczem takim jak kwas hialuronowy, jego zadaniem jest stopniowa odbudowa skóry

eprasa.pl 88247e8817

i nadanie głębokiej objętości twarzy. Rezultaty pojawiają się stopniowo, wraz z upływem czasu.

Sculptra zawiera kwas polimlekowy, który stymuluje syntezę kolagenu, odbudowując utraconą objętość tkanek głębokich, stanowiących rusztowanie dla skóry twarzy. W efekcie dochodzi do naturalnego liftingu, czyli naprężenia i uniesienia opadających partii skóry, która jednocześnie staje się bardziej napięta, bardziej jędrna i widocznie młodsza w okresie kilku tygodni, dlatego też ostateczne zmiany odbierane są przez otoczenie jako naturalny efekt wypoczętej twarzy i nie są kojarzone z zabiegiem

RRS HA Long Lasting

To nowy preparat przeznaczony do iniekcji śródskórnych, stosowany w celu poprawy elastyczności i nawilżenia skóry twarzy, a także redukcji głębokości zmarszczek .

Koncepcja tego zabiegu to Skin Builder: Full Face 3D Rejuvenation, czyli całościowe odmłodzenie twarz w jednym zabiegu.

eprasa.pl 88247e8817

> Nie jest stymulatorem tkankowym ani wypełniaczem – to **PRODUKT HYBRYDOWY** pomiędzy fillerem a biorewitalizatorem.

Jest to produkt na bazie kwasu hialuronowego usieciowanego, bardzo wysokiej jakości i odpowiednio dobranych właściwościach reologicznych w postaci gęstego żelu z dodatkiem buforu 15 aminokwasów. Aminokwasy chronią kwas hialuronowy, spowalniają jego biodegradację oraz mają właściwości regenerujące.

Unikalny skład, odpowiednia technika sieciowania i dodatek aminokwasów zapewniają wyraźny efekt napięcia skóry po zabiegu i utrzymywanie jej w dobrej kondycji przez długi czas.

Volite

To coś pomiędzy mezoterapią i wypełnianiem, czyli dwoma najpopularniejszymi zabiegami w medycynie estetycznej. Łączy zalety obu, ale nie ma ich wad .

eprasa.pl 88247e8817

Choć przypomina mezoterapię, to jakość tego zabiegu jest o wiele wyższa. Fenomen Volite polega na tym, że do superefektu wystarczy jeden zabieg na 6 miesięcy. Kolejny można wykonać po upływie tego czasu, dla podtrzymania efektu.

> Nie ma na razie mezoterapii, która wykonana **TAK RZADKO** daje taki efekt jak jeden zabietg Volite.

Przy każdej innej stymulacji tkankowej po co najmniej 3 zabiegach uzyskujemy bardzo subtelne efekty nawilżenia i rozświetlania skóry, a z kolei zabiegi wypełniania gęstymi preparatami są dla wielu klientek zbyt mocną ingerencją w ciało. Volite sytuuje się między nimi. Niezwykle silnie, tak jak gęsty wypełniacz, stymuluje skórę do regeneracji, nawilża, rozświetla pobudza produkcję kolagenu, zagęszcza, wygładza i ujędrnia. Jednocześnie nie ryzykujemy efektu „wypchanej” czy „opuchniętej” twarzy, której obawia się wiele klientek.

eprasa.pl 88247e8817

Restylane SkinBoosters

Służy do rewitalizacji skóry. Nie modeluje rysów twarzy, gdyż charakteryzuje się małym rozmiarem cząsteczki HA i minimalną siłą unoszenia. Przeznaczony do poprawy jakości skóry i rewitalizacji. Nie nadaje objętości ani nie zmienia rysów twarzy. Nie jest wypełniaczem. Jego celem jest m.in. stymulacja produkcji kolagenu typu I i elastyny.

Zawiera stabilizowany kwas hialuronowy, który rozkłada się powoli i utrzymuje w skórze miesiącami, co wiąże się też z mniejszą ilością zabiegów. Skinbooster powoduje naturalne odmłodzenie skóry, m.in. przywracając jej prawidłowe nawilżanie i poprawiając sprężystość oraz zwiększając napięcie

Regeneris® extra

Zwany także przez pacjentów „wampirzym liftingiem” to specjalny program biostymulacji komórek skóry, który opiera się na uzyskaniu osocza bogatopłytkowego z własnej krwi. Komórki i czynniki wzrostu z krwi

eprasa.pl 88247e8817

pobudzają skórę do regeneracji, dzięki czemu odzyskuje ona młodzieńczą witalność. W efekcie staje się ona gładsza, bardziej elastyczna i wyraźnie młodsza.

Regeneris® jest produktem w 100 proc. biokompatybilnym, a rewitalizacja skóry twarzy możliwa jest dzięki tzw. autologicznej odnowie komórkowej (ACR – Autologous Cellular Regeneration) – czyli regeneracji komórek skóry dzięki działaniu własnych czynników wzrostu i komórek macierzystych.

> Warto pamiętać, że **NIE MA BIOSTYMULATORA UNIWERSALNEGO** – ponieważ każda tkanka ma inne potrzeby.

I pod kątem tych właśnie zróżnicowanych wymagań dobieramy odpowiednią metodę biostymulacji i preparat, a także sposób wstrzyknięcia. Nie u każdego też biostymulacja da odpowiedź taką samą i na podobnie długi czas. Wszystko zależy od stanu wyjściowego skóry, wieku, stylu życia. I od liczby zabiegów z wykorzystaniem biostymulatorów – bo

eprasa.pl 88247e8817

pamiętajmy, że choć biostymulatory tkankowe pobudzają procesy służące odnowie skóry już po jednokrotnym zastosowaniu, to zawsze najlepszy efekt uzyskuje się po serii zabiegów.

W każdym gabinecie lekarz zapewni ci indywidualnie dopasowane zabiegi, dzięki którym Twoja skóra naturalnie wypięknieje!

© Wszelkie prawa zastrzeżone

GABINET KOSMETYKI LEKARSKIEJ BELLA

Gabinet Kosmetyki Lekarskiej BELLA

Warszawa, ul. Piękna 19
tel. 22 625 33 00, 608 094 484

WWW.BELLA-DERM.PL

Fb: gabinet kosmetyki lekarskiej BELLA
Inst: gabinet_bella

eprasa.pl 88247e8817

Terapie

Zapomnieć o trądziku

Fot. 123RF

<< SPIS TREŚCI NASTĘPNY ARTYKUŁ >

eprasa.pl 88247e8817

Choć słońce sprzyja łagodzeniu objawów chorób skórnych, problem sam nie minie. **POTRZEBNE SĄ ODPOWIEDNIE LECZENIE** oraz właściwa pielęgnacja.

Tekst: **Iwona Wawska**

Czy wiesz, że trądzik pospolity jest najczęściej występującą chorobą skóry? Nie jest to problem wyłącznie ludzi bardzo młodych. Choć rzeczywiście cierpią na niego głównie nastolatki – aż 85 proc. chłopców i 80 proc. dziewcząt – to dotyka również osoby dorosłe (głównie pomiędzy 30. a 45. rokiem życia), a nawet... niemowlęta. Trądzik pojawia się, gdy wskutek zmian hormonalnych albo innych czynników, o których jeszcze będzie mowa, gruczoły włosowo-łojowe stają się nadaktywne i produkują zbyt dużo zatykającego

eprasa.pl 88247e8817

pory skóry sebum. Prowadzi to do powstawania stanów zapalnych i tzw. wyprysków, głównie w obrębie twarzy, pleców i klatki piersiowej.

Czy można go uniknąć?

Trudne pytanie. O ile nastolatki na pojawienie się trądziku mają niewielki wpływ – jest on wynikiem związanej z dojrzewaniem burzy hormonalnej, o tyle osoby dorosłe poprzez swój styl życia mogą mieć pośredni wpływ na wystąpienie problemu.

> Jedną z przyczyn jego powstawania są bowiem **BŁĘDY DIETETYCZNE** – żywienie ubogie w warzywa i owoce, obfitujące za to w produkty wysokoprzetworzone, ostre przyprawy, czekoladę oraz alkohol.

Niekorzystny wpływ na pracę gruczołów ma także palenie papierosów. Choć naukowcy podkreślają, że nie istnieje dieta, która mogłaby wyleczyć trądzik albo jemu zapobiec, to z pewnością unikanie

eprasa.pl 88247e8817

pokarmów z czarnej listy, a także spożywanie posiłków regularnie, pozwoli złagodzić objawy choroby. Ważnym czynnikiem wyzwalającym trądzik, którego w obecnych czasach trudno uniknąć, jest także stres – ten klasyczny, jak i oksydacyjny, na który składa się wiele czynników, takich jak: przewlekły stres, zanieczyszczenie środowiska, brak aktywności fizycznej i otyłość, spożywanie alkoholu, palenie, zbyt duża ilość spożywanego cukru oraz tłuszczów nasyconych oraz przyswajane wraz z żywnością pestycydy.

Błędy w pielęgnacji

W tym przypadku zdecydowanie kobiety szkodzą sobie same. Przyczyną trądziku może być także używanie zbyt ciężkich kosmetyków, niedostosowanych do rodzaju skóry. Jest to istotne zwłaszcza teraz, gdy skóra się poci pod warstwą podkładu, pudru i innych kolorowych kosmetyków, które powodują podrażnienia i prowadzą do powstawania stanów zapalnych. Mimo że u dorosłych kobiet najczęściej pojawią się

eprasa.pl 88247e8817

niezbyt liczne wypryski na policzkach, brodzie, wzdłuż linii szczęki oraz na szyi, jest to już stan chorobowy.

> Warto ponadto wziąć sobie do serca tezę kosmetologów, którzy przekonują, że **DEMAKIJAŻ JEST WAŻNIEJSZY OD MAKIJAŻU.**

Niezmywany lub nawet niedokładnie usunięty make-up nie tylko postarza skórę, lecz także zakleja pory, przyczyniając się do powstawania podrażnień, wyprysków i wągrów. Makijaż z definicji ma tuszować mankamenty skóry, a nie je generować, dlatego należy go zmywać dokładnie, delikatnie i z zastosowaniem odpowiednio dobranych do typu cery preparatów, najlepiej niekomedogennych, czyli niezatykających porów skóry.

Zacznij leczyć

Z jednej strony ekspozycja na słońce nieco wysusza zmiany, z drugiej jednak wzmożone pocenie się

eprasa.pl 88247e8817

pobudza gruczoły do pracy i paradoksalnie problem może się latem nasilić. Dlatego nie wystarczy wystawianie twarzy do słońca, potrzebna jest odpowiednia terapia. Obecnie dostępne są skuteczne preparaty, warto więc z nich skorzystać.

> Jednym z nich jest Skinoren – dostępny bez recepty lek, który sprawdzi się w przypadku drobnych zmian trądzikowych **ZARÓWNO U MŁODZIEŻY, JAK I OSÓB DOJRZAŁYCH.**

Substancją czynną jest w tym preparacie kwas azelainowy. Jest to związek organiczny, który naturalnie jest wytwarzany przez drożdże obecne w mikrobiomie skóry. Jest stosowany w dermatologii i kosmetologii od ponad 40 lat, a więc został doskonale przebadany pod kątem skuteczności i bezpieczeństwa. Choć początkowo był wykorzystywany wyłącznie do usuwania przebarwień, z czasem udowodniono jego wielokierunkowe działanie – stosowany na skórę wyka-

eprasa.pl 88247e8817

zuje właściwości przeciwzapalne, antybakteryjne, przeciwłojotokowe, a także delikatnie złuszczające. Ponadto hamując aktywność melanocytów – komórek pigmentowych skóry, działa rozjaśniająco na przebarwienia, zarówno potrądzikowe, jak i powstałe po ekspozycji na słońce. Co ważne, jest to składnik dobrze tolerowany przez skórę, a więc zawierające go preparaty można stosować długotrwale.

> Skinoren ma postać kremu lub żelu. Spośród innych preparatów przeciwtrądzikowych lek ten wyróżnia to, że można go **STOSOWAĆ TAKŻE LATEM.**

Jego lekka formuła sprawia, że z powodzeniem można go nakładać pod makijaż, a ponadto nie wykazuje właściwości fotouczulających. Można go tez łączyć z innymi kremami pielęgnacyjnymi. Wyraźną poprawę stanu skóry uzyskuje się po około czerech tygodniach aplikowania preparatu,

eprasa.pl 88247e8817

a optymalne efekty można uzyskać po kilkumiesięcznej terapii. Należy pamiętać, że samodzielnie można leczyć trądzik o niewielkim nasileniu. Jeśli problem jest poważniejszy lub terapia nie przynosi zamierzonych skutków, konieczna jest wizyta u specjalisty.

Obejrzyj wideo:

SKINOREN. GDY NIE MASZ CZASU NA TRĄDZIK

SKINOREN.COM.PL

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

feedSKIN

naturalna pielęgnacja cery z przebarwieniami

z kodem SUN 20% rabatu
na kosmetyki FEEDSKIN

www.sylveco.pl

eprasa.pl 88247e8817

Dr Katarzyna Szczepanowska

Fot. Materiały prasowe

Niebezpieczne trendy. Jak zachować umiar

eprasa.pl 88247e8817

To, co chciałabym dać kobietom w moim gabinecie, to przekonanie, że **PIĘKNO JEST TAM, GDZIE JEST ZDROWIE – I TO FIZYCZNE, ALE RÓWNIEŻ TO PSYCHICZNE,** które bierze się z głębokiego poczucia, że jesteśmy wystarczająco dobre takie, jakie jesteśmy – **MÓWI DR KATARZYNA SZCZEPANOWSKA**.

Tekst: **Zofia Szkarłat**

Dzisiejszy świat (czytaj: media oraz koncerny kosmetyczne, modowe czy branża fitness) wmawia nam, kobietom, nie tylko konieczność bycia wiecznie młodym, ale i wyglądania w określony sposób. Chyba w żadnych czasach do wyglądu zewnętrznego nie przykładano tak dużej wagi, jak dzisiaj. Ba, poprzez to, jak wyglądamy, definiuje się nasze wnętrze, np. osoby z nadwagą często są określane jako „leniwe” czy „nieogarnięte”.

Tego typu przekonania są szkodliwe społecznie, gdyż wywierają na kobiety ogromną presję. Istnieją

eprasa.pl 88247e8817

liczne badania pokazujące wpływ, jaki ma nierealny ideał piękna i młodości lansowany w m.in. mediach społecznościowych na rozwój zaburzeń odżywiania u dzieci, młodzieży i dorosłych[1] oraz występowanie zaburzeń depresyjnych[2].

Dr Katarzyna Szczepanowska

Nazywam się Katarzyna Szczepanowska i pomagam zachować Twoje naturalne piękno. Jestem lekarzem. Prowadzę gabinet medyczny, a nie salon piękności. Dlatego leczę i przywracam piękno, a nie przykrywam je nieprofesjonalnymi zabiegami. Nie proponuję zabiegów, które są zbędne. Dzięki wieloletniemu doświadczeniu medycznemu zawsze proponuję zindywidualizowaną terapię i umiejętnie prowadzę pacjenta przez drogę do wymarzonego piękna – zarówno poprzez intensywność, jak i częstotliwość zabiegów. I wspólnie odnosimy sukces!

eprasa.pl 88247e8817

Kobiety quasi-idealne

Presja, by być pięknym i młodym jest bardzo silna także dlatego, że jesteśmy nauczeni, by utożsamiać wygląd zewnętrzny z sukcesem życiowym.

> Nie wiadomo do końca, jak to się stało, że bardziej cenimy młodość i urodę niż starość i mądrość – a przecież przez wieki było **DOKŁADNIE ODWROTNIE.**

W dodatku panujące obecnie standardy urody są bardzo wyśrubowane: trzeba być chudym, ale mieć duży biust i krągłe pośladki – oczywiście bez śladu cellulitu. Trzeba mieć duże oczy, mały, dziecięcy nosek oraz wydatne wargi i kości policzkowe. Ideały piękna w mediach społecznościowych wyglądają jak klony – ciężko je od siebie odróżnić.

Nie chciałabym, aby rola lekarza medycyny estetycznej ograniczała się do tworzenia kolejnych klonów quasi-idealnych kobiet.

eprasa.pl 88247e8817

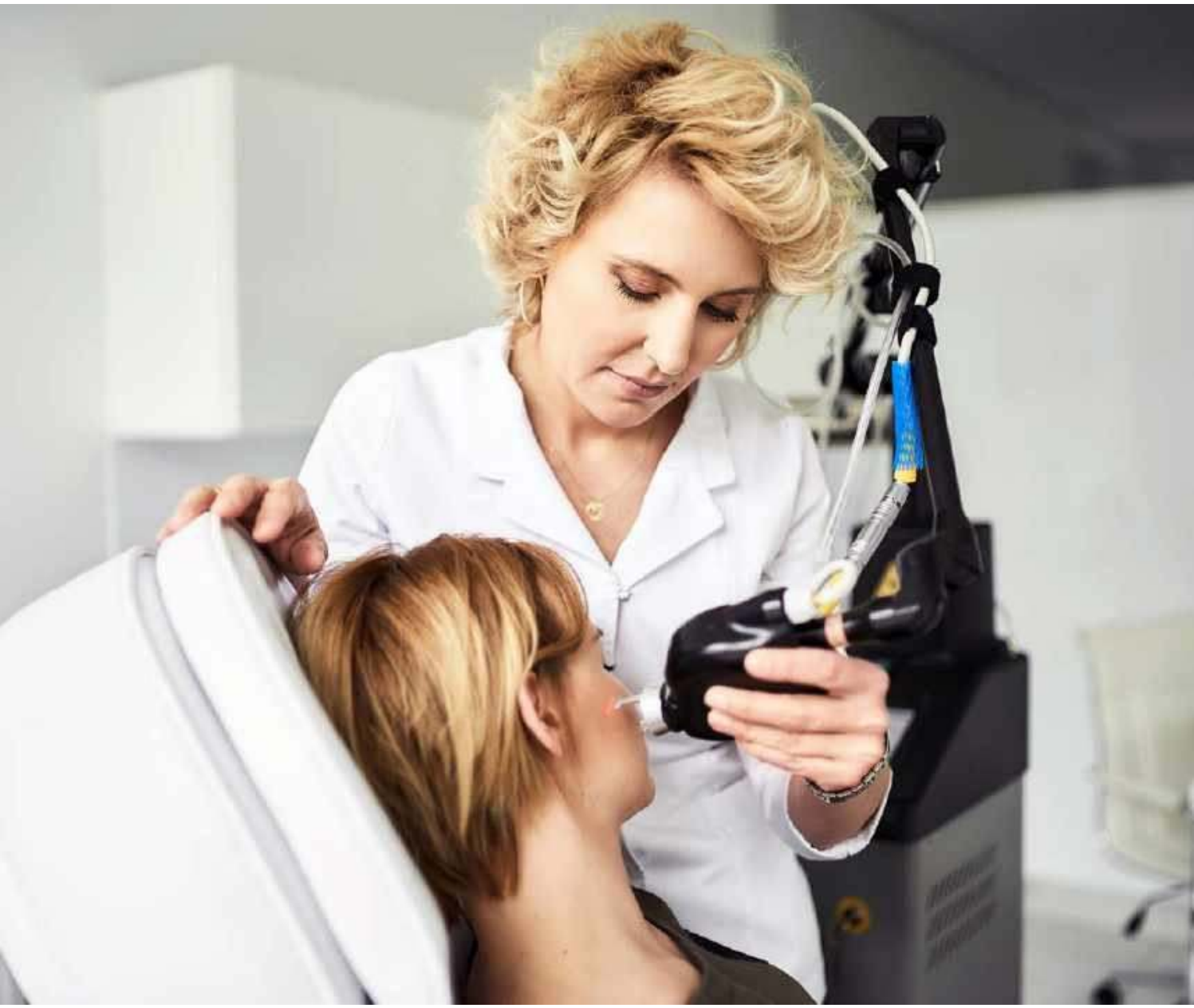
Takie działania są sprzeczne z medycyną i zdrowiem. Są sprzeczne z realnym postrzeganiem siebie.

Medycyna estetyczna jutra

Myślę, że przyszłość medycyny estetycznej to raczej pomoc kobietom i mężczyznom (choć presja wywierana na nich przez media czy koncerny jest nieporównywanie słabsza) w pogodzeniu się z własnym wyglądem oraz ze starością i sprawieniu, że będzie ona komfortowa.

Widzę tu przyszłość w zabiegach odwracających proces fotostarzenia, czyli nadmiernego starzenia spowodowanego słońcem. Należą do nich zabiegi regenerujące z wykorzystaniem własnych komórek macierzystych i czynników wzrostu płytek krwi pacjenta. Mam tu na myśli podawanie odpowiednio przygotowanego osocza bogatopłytkowego w warstwę skóry właściwej i tkanki podskórnej w celu odbudowy białka, które uległo destrukcji na skutek promieniowania UVA czy niedokrwienia spowodowanego paleniem papierosów.

eprasa.pl 88247e8817



Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

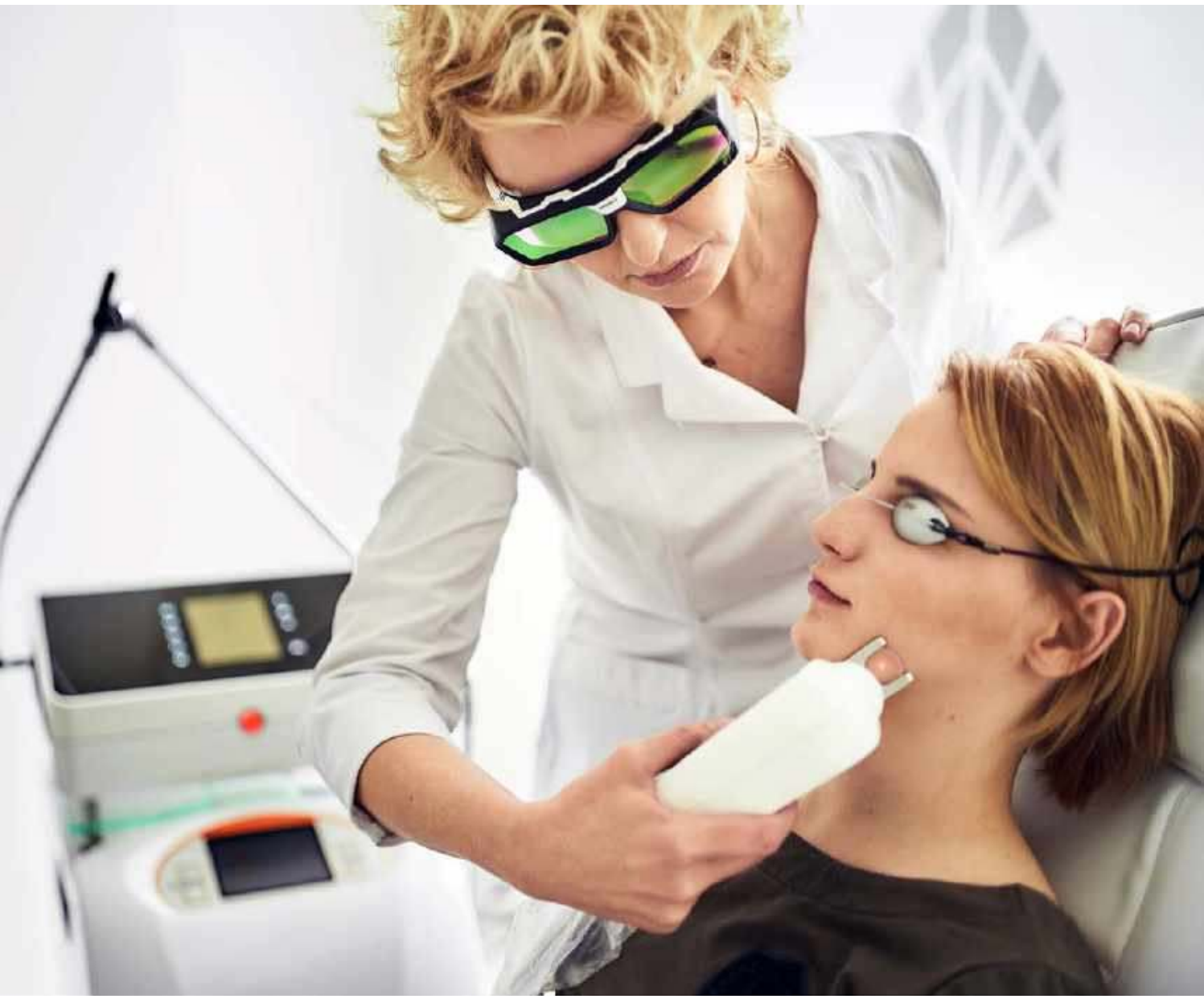
> Oczywiście **STARZENIA NIE DA SIĘ ZATRZYMAĆ.** Każdy z nas ma w dodatku indywidualny, zaprogramowany genetycznie, proces naprawy uszkodzeń wywołanych trybem życia, słońcem, stresem czy smogiem.

To, co lekarz medycyny estetycznej może zrobić, to minimalizować skutki tych uszkodzeń poprzez np. dostarczanie tkankom substratów do naprawy w zabiegach mezoterapii z wykorzystaniem aminokwasów odbudowujących kolagen lub podawaniu w głębsze warstwy skóry utraconego kwasu hialuronowego, identycznego jak ten stworzony przez nasz organizm. Ważna jest też edukacja pacjentów, jak należy dbać o skórę i jak prowadzić zdrowy tryb życia.

Źródła piękna

To, co chciałabym dać kobietom w moim gabinecie, to przekonanie, że piękno jest tam, gdzie jest zdrowie – i to fizyczne, ale również to psychiczne, które bie-

eprasa.pl 88247e8817



Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

rze się z głębokiego poczucia, że jesteśmy wystarczająco dobre takie, jakie jesteśmy, że nic nie musimy, a najwyżej chcemy, i że

> slogan o „najlepszej wersji siebie” jest stworzony po to, aby dążyć do nieistniejącego ideału – czytaj: **ABY WYDAWAĆ PIENIĄDZE.**

Chciałabym, aby w moim gabinecie kobiety poczuły się bezpiecznie. Nie będą namawiane na zabiegi, które nie są im potrzebne. Nie będą musiały dać się kroić i nakłuwać, by spełniać nierealistyczne oczekiwania. Chciałabym, aby z moją pomocą zobaczyły siebie takimi, jakimi są naprawdę. Aby poczuły się ładne i zdrowe – dla samych siebie.

Zabiegi, które polecam i lubię, które nie zmieniają rysów twarzy, ale jedynie leczą i naprawiają szkody wyrządzone przez czynniki środowiskowe czy niezdrowy tryb życia, to regeneracja skóry za pomocą zabiegów laserowych – na przykład zamknięcie

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

rozszerzonych naczyń krwionośnych laserem QuadroStar Pro Yellow, odbudowa skóry uszkodzonej słońcem i smogiem za pomocą lasera frakcyjnego CO2, wypełnianie bruzd żelem z komórek macierzystych z krwi pacjenta, przygotowanych w zestawach CGF Harmony.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

1. Boepple L., Thompson J.K. A content analytic comparison of fitspiration and thinspiration websites. International Journal of Eating Disorders. 2016; 49(1):98-101
2. Fardouly J., Diedrichs P.C., Vartanian L.R., Halliwell E. Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. Body Image. 2015; 13:38-45.

dr SZCZEPANOWSKA
MEDYCYNA ESTETYCZNA

Dr Szczepanowska

ul. Dywizjonu 303 113 lokal 2U, 01-470 Warszawa
tel: + 48 503 182 264, kontakt@drszczepanowska.pl

WWW.DRSZCZEPANOWSKA.PL

FB: https://www.facebook.com/k.szczepanowska
IG: drszczepanowska

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Barbara Bogacka

Dysponujemy coraz doskonalszymi metodami leczenia

Dr n. med. Paweł Wisz, kierownik Centrum Chirurgii Robotycznej Neo Hospital w Krakowie

eprasa.pl 88247e8817

O ROLI NOWOCZESNYCH METOD LECZENIA RAKA PROSTATY oraz ich wpływu na efekty zabiegów, stan zdrowia i kondycję pacjentów **MÓWI DR N. MED. PAWEŁ WISZ**, kierownik Centrum Chirurgii Robotycznej Neo Hospital w Krakowie, międzynarodowy trener w chirurgii robotycznej w Orsi Academy, członek zarządu sekcji robotycznej European Association of Urology.

Rozmawiała **Małgorzata Okoniewska**

Rak prostaty to w tej chwili już pierwszy co do częstości nowotwór złośliwy u mężczyzn. Jednym z czynników ryzyka jego wystąpienia jest wiek. Jakie jeszcze inne czynniki ryzyka można wymienić?

Tak, rzeczywiście rak prostaty, który niedawno był na drugim miejscu po raku płuca wśród nowotworów złośliwych występujących u mężczyzn, teraz znalazł się na pierwszym miejscu. Oprócz wieku drugim istotnym czynnikiem ryzyka są predyspozycje gene-

eprasa.pl 88247e8817

tyczne, możemy je podejrzewać, gdy w rodzinie występują także przypadki raka prostaty. Wówczas zaleca się wykonanie badania tzw. czynnika PSA od 40. roku życia, w pozostałych przypadkach – od 45. roku życia.

Pozostałe czynniki ryzyka, o mniejszym znaczeniu, to otyłość, szczególnie otyłość brzuszna,

Dr n. med. Paweł Wisz

- jeden z najlepszych w Europie specjalistów z zakresu urologii robotycznej. Ma wieloletnie doświadczenie w zakresie leczenia raka prostaty, w tym zabiegów wykonywanych z użyciem robota da Vinci. Doświadczenie zdobywał między innymi w Klinice Urologii w Leverkusen w Niemczech oraz w ośrodku ORSI Academy, największym na świecie centrum szkoleniowym w chirurgii robotycznej. Jest jednym z siedmiu urologów na świecie, którzy zdobyli mistrzowskie certyfikaty w dziedzinie chirurgii robotycznej u boku prof. Alexandre'a Mottriego z Belgii oraz prof. Vipula Patela z USA. Jest również jedynym polskim międzynarodowym trenerem w chirurgii robotycznej w ośrodku ORSI Academy. Jako pierwszy Polak pełni prestiżową funkcję w zarządzie Europejskiego Towarzystwa Urologicznego – Sekcja Robotyczna (ERUS).

eprasa.pl 88247e8817

a także dieta. Badania wykazały między innymi, że spożywanie dużych ilości tłuszczów zwierzęcych, jak również mięsa i produktów mlecznych zwiększa ryzyko zachorowania na raka prostaty. Czynnikiem ryzyka jest także kraj pochodzenia, więcej przypadków raka prostaty notuje się u mieszkańców Ameryki Północnej i Australii.

Jak ważna w przypadku raka prostaty jest profilaktyka?

> Profilaktyka jest kluczowa w przypadku raka prostaty, ponieważ nowotwór ten w początkowym stadium **NIE DAJE ŻADNYCH OBJAWÓW.**

Wykonywanie badań profilaktycznych jest więc niezbędne w celu wykrycia wczesnych zmian.

Natomiast objawami, które powinny skłonić mężczyzn do jak najszybszej konsultacji ze specjalistą w dziedzinie urologii, są problemy z oddawaniem moczu, parcie na pęcherz, częstomocz, obecność

eprasa.pl 88247e8817

krwi w moczu lub nasieniu czy częste wizyty w toalecie w godzinach nocnych.

Czynnikiem zniechęcającym do wizyty u lekarza często bywa strach przed diagnozą. Czy słusznie?

Nie tylko przed diagnozą, ale także przed badaniem. Te obawy są zupełnie niepotrzebne. Podstawowe badania, które wykonujemy to badanie PSA. Jest to badanie z krwi. Poza nim wykonujemy także badanie per rectum. Mężczyźni są bardzo zachęcani do badań przez żony czy partnerki, które obserwując u nich niepokojące objawy, zachęcają ich do wizyty u urologa i często dzięki temu udaje się wiele zmian wykryć wcześniej i zapobiec dalszemu rozwojowi choroby. Poza tym wczesne rozpoznanie daje możliwość zastosowania mniej inwazyjnych metod leczenia i doprowadzenia do całkowitego wyleczenia choroby nowotworowej.

Badanie krwi w kierunku czynnika PSA jest znane od kilkudziesięciu lat. Czy jego podwyższony poziom zawsze wskazuje na raka prostaty?

Niekoniecznie. Podwyższony poziom PSA może oznaczać łagodny przerost prostaty, następujący

eprasa.pl 88247e8817

z wiekiem albo infekcję. Dlatego po jego stwierdzeniu zleca się kolejne badania, takie jak analiza moczu i USG przezodbytnicze. Gdy podczas badania per rectum wykryty zostaje guzek, badanie rezonansu pozwala stwierdzić wielkość, objętość i umiejscowienie zmian. Na kolejnym etapie wymaganym badaniem jest także biopsja fuzyjna, czyli biopsja poprzedzona badaniem rezonansu magnetycznego i prowadzona pod kontrolą rezonansu i USG.

Jakie metody leczenia raka prostaty są obecnie stosowane? Czy są one skuteczne?

Jest wiele skutecznych metod leczenia, a wybór metody zależy od tego, na jakim etapie rozwoju została zdiagnozowana choroba.

> Warto podkreślić, że wcześnie wykryty rak prostaty **JEST WYLECZALNY.**

W przypadku pacjentów, u których zdiagnozowany został nowotwór gruczołu krokowego, w NEO Hospital wykonujemy zabiegi z wykorzystaniem

eprasa.pl 88247e8817

robota da Vinci metodą „Collar”. Wyniki leczenia tą metodą zostały potwierdzone w badaniach naukowych, a rezultaty opublikowano w 2018 r. Istotą operacji usunięcia prostaty z powodu nowotworu jest jego całkowite wyeliminowanie przy zachowaniu jakości życia sprzed operacji, w szczególności w kwestii trzymania moczu oraz funkcji seksualnych. Operacja metodą „Collar” minimalizuje ryzyko pooperacyjnego pozostawienia komórek nowotworowych, tzw. dodatnich marginesów, przy jednoczasowo doskonałym wyniku funkcjonalnym. W przypadku nowotworu ograniczonego do prostaty i zabiegu wykonanego z wykorzystaniem robota da Vinci metodą „Collar” wyniki badania wykazały 0 przypadków z dodatnim marginesem, a w grupie kontrolnej, czyli w przypadku zastosowania innych metod, było to 8,9 proc. przypadków z dodatnim marginesem. To jest istotna różnica.

Dodatkowo pacjent otrzymuje operację znikomo inwazyjną, przeprowadzoną w niezwykle precyzyjny sposób, co przekłada się bezpośrednio na jego znaczą-

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Marzena Rej-Brodowska

Operacja metodą „Collar” minimalizuje ryzyko pooperacyjnego pozostawienia komórek nowotworowych przy jednoczasowo doskonałym wyniku funkcjonalnym

eprasa.pl 88247e8817

co krótszy czas hospitalizacji. Cewnik pęcherzowy usuwany jest już w drugiej dobie po zabiegu w przeciwieństwie do operacji laparoskopowych, po których usuwany jest po 14 dniach. Przekłada się to na powrót do pełnej sprawności przy zachowanym idealnym wyniku onkologicznym, jak i funkcjonalnym, lepszym w porównaniu do operacji innymi metodami.

Bardziej złożone jest leczenie w przypadku zaawansowanego miejscowo raka prostaty. Rak prostaty zaawansowany miejscowo to takie stadium rozwoju nowotworu, w którym komórki rakowe nie ograniczają się wyłącznie do gruczołu krokowego, ale wykraczają poza jego granice, naciekając na znajdujące się poniżej pęcherzyki nasienne czy przylegającą do nich milimetrową powięź Denonvilliersa, pokrywającą także ścianę odbytnicy.

W tym wypadku również wykonuję zabieg chirurgiczny metodą „Collar”. Prostata położona jest w miednicy mniejszej, przylega do pęcherza moczowego oraz cewki moczowej, a leży na odbytnicy. W trakcie zabiegu chirurg musi odciąć prostatę

eprasa.pl 88247e8817

od pęcherza moczowego, odciąć nasieniowody i wypreparować pęcherzyki nasienne, oddzielić prostatę od odbytnicy, a w kolejnym kroku odciąć gruczoł krokowy od cewki moczowej. Poza tym w przypadku nowotworu zaawansowanego miejscowo chirurg musi usunąć także milimetrowej szerokości powięź Denonvilliersa. Po usunięciu prostaty chirurg musi przyszyć pęcherz do cewki moczowej aby pacjent mógł prawidłowo oddawać mocz.

Wypreparowanie cewki moczowej oraz usunięcie powięzi Denonvilliersa to dwa najbardziej skomplikowane etapy operacji. Wynika to z faktu, że

> cewka moczowa to bardzo mała struktura, która ma średnicę około 10 mm. W tym momencie zabiegu, aby pacjent pooperacyjnie prawidłowo trzymał mocz, kluczowe jest, aby oszczędzić **KAŻDY JEJ MILIMETR.**

Poza tym w trakcie usuwania powięzi Denonvilliersa, której szerokość wynosi tylko 1 mm, nie-

eprasa.pl 88247e8817

zwykle istotne jest uniknięcie operacyjnego uszkodzenia odbytnicy, które może się wiązać z poważnymi komplikacjami, takimi jak życie ze stomią.

Taką precyzję umożliwia przeprowadzanie operacji za pomocą systemu robotycznego. Jest to standard na przykład w USA, gdzie tą metodą wykonuje się 95 proc. operacji raka prostaty. Metoda ta dostępna jest także w Polsce, między innymi w Neo Hospital. Ile zabiegów dotyczących raka prostaty jest wykonywanych w tej placówce i ile z nich odbywa się za pomocą robota da Vinci?

Co miesiąc wykonuję 35-40 operacji raka prostaty, przeprowadziłem już ponad 1000 takich operacji, wszystkie za pomocą robota da Vinci. Wielu pacjentów szuka ośrodków wykonujących operacje z wykorzystaniem robota da Vinci, gdyż zależy im na zachowaniu jakości życia po wyleczeniu choroby, a to zapewnia im właśnie operacja wspomagana robotycznie wykonana przez doświadczonego w tej dziedzinie lekarza.

eprasa.pl 88247e8817

> Warto podkreślić, że sam robot jest jedynie narzędziem **WSPIERAJĄCYM CHIRURGA.**

W czym pomaga chirurgowi takie urządzenie jak robot da Vinci?

Robot da Vinci, który stanowi przedłużenie rąk chirurga, umożliwia wykonanie zabiegu w niewielkiej przestrzeni, w polu wielkości zaledwie od 2 do 5 cm. Szczególnie istotne są wymiary narzędzi chirurgicznych znajdujących się na ramionach robota, które swoją wielkością nie przekraczają 0,80 cm, a ponadto mają zakres ruchomości 560 stopni. Sprawia to, że operacja z użyciem robota da Vinci ma istotną przewagę nad operacjami laparoskopowymi czy otwartymi. Chirurg może nie tylko sprawnie poruszać się w wąskich przestrzeniach, ale również precyzyjne wyłuskać tkanki zajęte przez nowotwór milimetr po milimetrze, co w efekcie w połączeniu z jego umiejętnościami i doświadczeniem przesądza o wartości zabiegu dla pacjenta, w tym czystości

eprasa.pl 88247e8817

onkologicznej zabiegu, jak również jakości życia po zabiegu. Zachowane pęczków nerwowo-naczyniowych pozwala na uniknięcie nietrzymania moczu po operacji i na utrzymanie funkcji seksualnych, co jest istotne zwłaszcza wtedy, gdy raka prostaty stwierdzamy u młodszych mężczyzn, w wieku 50 czy nawet 40 lat.

Czy jest to najlepsza technika operacyjna w przypadku tej choroby?

W publikacji podsumowującej badania i efekty leczenia pacjentów z zaawansowanym miejscowo rakiem prostaty w latach 2015-2018, która ukazała się w sierpniu 2020 roku w prestiżowym piśmie „European Urology”, potwierdzono przewagę operacji z wykorzystaniem robota da Vinci nad innymi technikami operacyjnymi takimi jak laparoskopia i chirurgia otwarta.

Przytoczone tam badania statystyczne wyników pooperacyjnych wykazały, że w grupie 80 pacjentów tylko 11 wymagało dalszego leczenia (radioterapii i/lub hormonoterapii), czyli w większości przypadków

eprasa.pl 88247e8817

udało się osiągnąć czystość onkologiczną i usunąć wszystkie komórki rakowe.

Jak zastosowanie tej metody wpływa na kondycję pacjenta?

> Priorytetem każdej **OPERACJI RAKA PROSTATY** jest wyeliminowanie nowotworu, ale istotne są także takie czynniki jak jakość życia po zabiegu, w tym m.in. prawidłowe trzymanie moczu.

Wśród korzyści dla pacjentów wynikających z operacji robotycznych jest również mniejszy uraz operacyjny, szybsza rekonwalescencja i powrót do pełni sił.

Jest to szczególnie ważne u mężczyzn ze zdiagnozowanym rakiem prostaty zaawansowanym miejscowo, ponieważ w niektórych przypadkach z uwagi na stopień zaawansowania nowotworu konieczne może być wdrożenie leczenia uzupełniającego w postaci radioterapii. To właśnie lepsze samopoczucie po zabiegu robotycznym, a także krótsza

eprasa.pl 88247e8817

rekonwalescencja pozwalają tej grupie pacjentów na podjęcie kolejnego etapu leczenia w lepszej formie i kondycji, co ma istotny wpływ na poprawę rokowań.

Czy operacja zaawansowanego raka prostaty jest skomplikowana i czy wymaga dużego doświadczenia od chirurga?

Jest to dużo trudniejsza operacja niż operacja raka we wczesnej fazie i wymaga od chirurga dużego doświadczenia. Operacyjne leczenie raka prostaty, a tym bardziej nowotworu miejscowo zaawansowanego, to zabieg wymagający niezwykłej precyzji oraz dużej sprawności manualnej od operatora.

Dlatego tak bardzo istotne jest szkolenie lekarzy. Na przebieg tego szkolenia również mają wpływ nowoczesne metody robotyczne...

Można powiedzieć, że robotyka wręcz zrewolucjonizowała sposób szkolenia lekarzy. Tradycyjna metoda szkolenia oparta jest na kontakcie lekarza z mentorem, który przekazuje mu swoją wiedzę, a lekarz uczy się od niego, wykonując zabiegi. Obecnie mamy

eprasa.pl 88247e8817

dostęp do centrów szkoleniowych, wyposażonych w symulatory, które pozwalają zweryfikować umiejętności operatora, zanim zacznie on wykonywać operacje u pacjentów.

> Można takie szkolenie porównać do **SZKOLENIA PILOTÓW,** którzy muszą opanować konieczne procedury za pomocą symulatorów, zanim będą mogli przejąć odpowiedzialność za setki pasażerów.

W trakcie takiego szkolenia można wykryć błędy, które popełnia lekarz, i je skorygować. Kolejnym etapem jest szkolenie w certyfikowanych ośrodkach posiadających odpowiednie doświadczenie oraz robota z zestawem dwóch konsoli. Przy drugiej konsoli siada mentor, który na bieżąco koryguje ruchy szkolącego się. W ramach zarządu Europejskiego Towarzystwa Urologicznego – Sekcja Robotyczna (ERUS) odpowiadam między innymi za programy szkoleniowe.

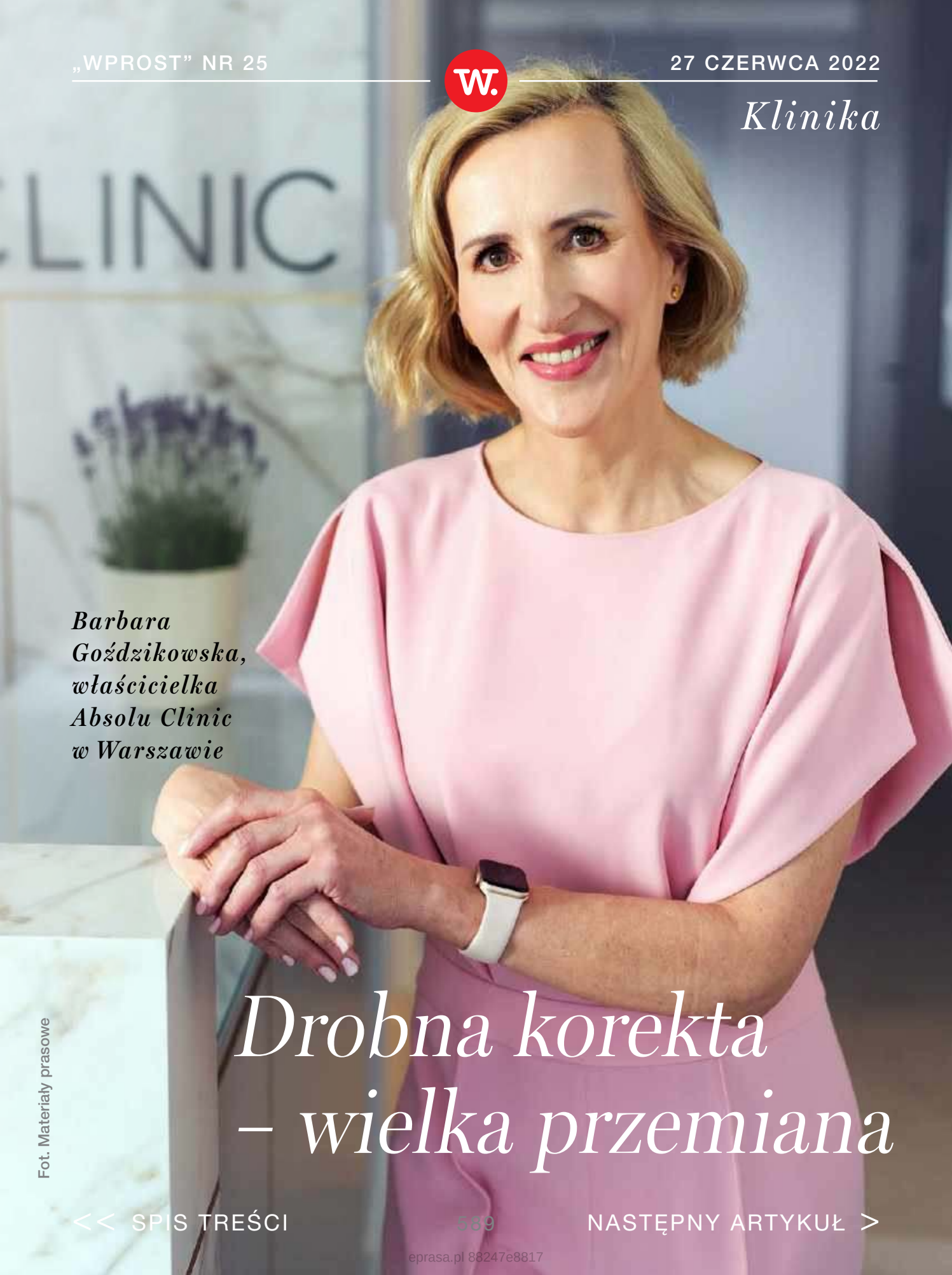
eprasa.pl 88247e8817

Nowy system szkoleń jest zwalidowany i oparty na zasadzie proficiency-based progression, czyli treningu postępów w oparciu o biegłość. Operacja podzielona została na etapy, do których przypisana jest określona metodologia. Obiektywna ocena jej efektów jest dokonywana przez system, który dokładnie sprawdza, czy operator przestrzega wymaganych procedur. Wszystko to sprawia, że lekarze szkoleni w ten sposób są doskonałymi fachowcami i mogą skutecznie pomagać pacjentom.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

Klinika



Barbara Goździkowska, właścicielka Absolu Clinic w Warszawie

Drobna korekta – wielka przemiana

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

Przychodzi taki moment, gdy kremy już nie wystarczą. **IM WCZEŚNIEJ SIĘ ZACZNIE KORZYSTAĆ – W RACJONALNY SPOSÓB – Z ZABIEGÓW, TYM SKUTECZNIEJ DZIAŁAJĄ PREWENCYJNIE**: w wieku 40 lat będziemy wyglądać na 30, a w wieku 60 – na 45 – **MÓWI BARBARA GOŹDZIKOWSKA, WŁAŚCICIELKA ABSOLU CLINIC** w Warszawie.

Rozmawiała **Zofia Szkarłat**

Jak to jest z nabywaniem nowych kompetencji w średnim wieku? Pani wiele lat pracowała na kierowniczych stanowiskach w branży kosmetycznej, a mimo to nie czuła się Pani w pełni gotowa na własny biznes. Czego jeszcze brakowało?

Korporacja dała mi ogromną wiedzę i dużą samoświadomość, co umiem, a czego nie. To mnie skłoniło do refleksji. Patrząc, jak szybko się zmienia świat,

eprasa.pl 88247e8817

nasze nawyki i sposób konsumowania, jak się zmienia wiele branż, zaczęłam sobie zadawać pytanie, w jakim miejscu jestem.

> Gdy się nie rozwijamy, to się cofamy. Chciałam mieć własny biznes, realizować swoją wizję, **SWOJĄ STRATEGIĘ.**

A czego mi brakowało? W korporacji ma się wiele mechanizmów wsparcia. Są procesy, procedury, narzędzia, technologie. Wdraża się je na kolejnych rynkach i to idzie siłą rozpędu. Ma się duży, kompetentny zespół. Miałam świadomość tego wszystkiego, więc nie podeszłam do robienia własnego biznesu hurraoptymistycznie. Było dużo obmyślania, analizowania, excella. Ten proces pokazał, ilu rzeczy muszę się nauczyć. W korporacji jest kilku dyrektorów i każdy za coś odpowiada. Tu o wszystkim muszę pomyśleć sama. Zarejestrować firmę, zrozumieć technologię, poznać preparaty. Musiałam cały ten proces rozłożyć na czynniki pierwsze i samodzielnie

eprasa.pl 88247e8817

przepracować. Poza tym, pracując w korporacji, o wiele łatwiej wydaje się pieniądze. Tworząc własny biznes, obraca się każdą złotówkę i zastanawia, czy na pewno chcę ją oddać, czy wolę coś zrobić samodzielnie. Wiele rzeczy robię sama, na przykład napisałam teksty na stronę. Mam agencję, ale bardziej od aspektów technicznych, na których się w ogóle nie znam.

Nie przeszła Pani jednak prosto z korporacji do zakładania własnego biznesu. „Po drodze” została Pani prezesem Drogerii Natura. Ten etap był potrzebny?

Wiedziałam, że w tym miejscu będę musiała trochę zejść na ziemię. Miałam mniej ludzi do pomocy, pracowałam bez asystentki, więcej musiałam załatwiać sama. To pozwoliło nie tylko sprawdzić, czy potrafię robić pewne rzeczy, ale też się zastanowić nad tym, czy chcę je robić. Potrzebowałam zejść do podstaw. Gdy trzeba czasem usiąść w recepcji, to siadam. To jest odświeżające, daje fajną energię.

eprasa.pl 88247e8817

Fot. Materiały prasowe

Absolu Clinic – relaks i zabiegi pielęgnacyjne

<< SPIS TREŚCI

NASTĘPNY ARTYKUŁ >

eprasa.pl

I to wszystko jest warte tego, żeby rzucić karierę kierowniczą i mieć zamiast tego ciężką pracę u podstaw, ale też satysfakcję?

To zależy, dla kogo. Każdy jest inny i ma inną wizję siebie, inne marzenia i potrzeby. Myślę, że dla wielu osób korporacja jest fantastycznym miejscem. Są postawione oczekiwania i wystarczy je realizować. Ja jednak po prawie 30 latach byłam zmęczona, nie czułam się już dobrze w tym schemacie – kolejnego planowania kolejnego planu pięcioletniego, robieniu kolejnych prezentacji na kolejne spotkania zarządu.

> Potrzebowałam **TOTALNEJ ZMIANY** i zrobiłam to z całą świadomością. Czułam, że przyszedł ten moment, by zobaczyć, czy się da inaczej.

Czyli kompetencje brakujące do założenia własnego biznesu po latach pracy w korporacji zdobywała Pani w praktyce, pracując w innej firmie?

eprasa.pl 88247e8817

Tak, tam nie było tylu ludzi, struktur, procedur i narzędzi. Po tym doświadczeniu było mi łatwiej zająć się własną firmą, gdzie trzeba o wszystkim zadecydować samemu: z jaką agencją pracować, jak ma wyglądać strona, kogo zrekrutować, ile osób zatrudnić, jaka ma być oferta, jakie ceny – każdy element trzeba przepracować samodzielnie. Oczywiście korporacja daje wiedzę, dzięki której się to wszystko potrafi. Wszystkie elementy strategii, modelu biznesowego miałam opanowane. Musiałam się natomiast nauczyć robienia tego w oddolny sposób.

Jakie cechy i umiejętności są potrzebne kobiecie-przedsiębiorcy?

Na pewno potrzeba bardzo dużo wytrwałości i determinacji. Bo nic nie idzie gładko. Nie jest tak, że sobie coś zaplanujemy i realizujemy krok po kroku. Życie nas zaskakuje. Ja otworzyłam swoją klinikę dwa tygodnie przed rozpoczęciem wojny w Ukrainie. Chcieliśmy już zapraszać kobiety, a tu priorytety się nagle zmieniły – nikt nie myślał wtedy o zabiegach,

eprasa.pl 88247e8817

odmładzaniu czy redukcji cellulitu. Niezbędne są więc też pokora i elastyczność. Czasem trzeba pewne rzeczy zmienić, bo taka jest potrzeba. Przydadzą się też wiara w powodzenie, optymizm i umiejętność przekazywania go innym. To ważne na przykład podczas pozyskiwania dobrych specjalistów do czegoś, czego jeszcze nie ma. Klinika nie była jeszcze gotowa, trwał remont, więc opowiadałam im, co tam ma być. I te dziewczyny mi zaufały. Trzeba zarażać ludzi swoją pasją, energią. Takie podejście zapewnia dobrą atmosferę w pracy.

> Kolejną konieczną umiejętnością jest też oczywiście **PLANOWANIE.** Trzeba to wszystko policzyć, przeanalizować, stworzyć parę scenariuszy, żeby wypaliło.

Za Pani opowieścią o nieistniejącej klinice stało jednak prawie 30 lat Pani doświadczenia w branży...

Pomogła mi umiejętność komunikowania się w taki sposób, by osiągnąć cel, skutecznego motywo-

eprasa.pl 88247e8817

Klinika

Zabiegi na ciało to silny trend w medycynie estetycznej

Fot. Materiały prasowe

wania, przedstawiania korzyści – nie tylko zarobkowych, ale też rozwojowych.

Zaczynałyśmy skromnie, od trzech kosmetologów i dwóch recepcjonistek, czyli ze mną w sześć osób. Pierwsze dwa tygodnie to były tylko szkolenia. Część czasu poświęciłyśmy na omówienie, jak chcemy pracować, jakim chcemy być zespołem, co jest dla nas ważne, a co nam przeszkadza. Ustaliłyśmy sobie zasady współpracy: że będziemy się wspierać, a nie chcemy niezdrowej konkurencji. Dzięki temu teraz są dobre relacje i sprawna współpraca.

Z racji charakteru branży pracuje Pani głównie z kobietami. Zarządza się nimi trudniej niż mężczyznami?

Nie lubię stereotypów, są bardzo szkodliwe. Wszystko zależy od indywidualnych cech. Zdarzają się kobiety nadmiernie emocjonalne, ale są też tacy mężczyźni. Panowie bardzo dużo plotkują i intrygują. Panie wydają mi się bardziej pracowite.

Kobieca emocjonalność chyba się przydaje w kontaktach z klientkami?

eprasa.pl 88247e8817

Może nie emocjonalność, ale empatia – na pewno. To było jedno z moich kryteriów rekrutacji. Potrzebowałam w zespole dobrych kompetencji zabiegowych i doświadczenia, ale też umiejętności budowania relacji.

> Podczas zabiegów kobiety często opowiadają o swoim życiu, problemach. **UMIEJĘTNOŚĆ SŁUCHANIA** jest więc bardzo ważna.

Nawet tak silna kobieta sukcesu jak Pani ma pewnie gorsze chwile. Jak sobie Pani wtedy radzi?

Mam ogromne oparcie w mężu. Dużo daje mi też aktywność fizyczna – staram się ćwiczyć 4-5 razy w tygodniu. Raz w tygodniu od ośmiu lat robię to z trenerką. Czasem z nią też przegaduję różne problemy. To bardzo mądra osoba, długo pracująca z ludźmi, więc nieraz potrafi mnie ukierunkować.

Poprawy humoru, nie tylko urody, szuka też Pani w swojej klinice w charakterze klientki?

eprasa.pl 88247e8817

Bardzo lubię wszelkie zabiegi pielęgnacyjne – gdyby było inaczej, pewnie nie otworzyłabym kliniki. Jestem w branży od wielu lat i wiem, że przychodzi taki moment, gdy kremy już nie wystarczą. Im wcześniej się zacznie korzystać – w racjonalny sposób – z zabiegów, tym skuteczniej działają prewencyjnie: w wieku 40 lat będziemy wyglądać na 30, a w wieku 60 – na 45. Ja zdecydowanie korzystam. Po pierwsze – dla siebie, bo chcę dobrze wyglądać. Po drugie – kosmetolożki muszą czasem coś przećwiczyć lub zoptymalizować parametry dla większej skuteczności zabiegowej. Bardzo często jestem wtedy królikiem doświadczalnym. Nie ma chyba żadnego zabiegu w klinice, którego bym sobie nie zrobiła.

Nadąża Pani z tym testowaniem? Oferta pewnie ciągle się poszerza?

Poszerza się, ale nie aż tak bardzo. Nie ma takiej potrzeby, ponieważ wiele sprzętów działa w podobny sposób. Mamy odpowiedź na każdy problem, ale bez nadmiaru rozwiązań. To byłoby też utrudnieniem dla pacjentów.

eprasa.pl 88247e8817

Klinika

Nowoczesne technologie umożliwiają pozbycie się zbędnego tłuszczu i ujędrnienie skóry wyrzeźbinie

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e881

Rośnie zapotrzebowanie na tego typu usługi?

Coraz więcej młodszych osób – trzydziesto-, trzydziestoparoletnich – widzi potrzebę działania prewencyjnego, na przykład profesjonalnego oczyszczania z nawilżaniem, mezoterapii czy zabiegów laserowych, stymulujących pracę skóry. Jest też silny, stosunkowo nowy trend, związany z **ZABIEGAMI NA CIAŁO**. Wcześniej przez wiele lat pacjentki skupiały się na zabiegach dotyczących twarzy.

> Zabiegów na ciało nie ma dużo na rynku, ponieważ sprzęt i technologie są bardzo drogie. Pozwalają one likwidować **WIOTKOŚĆ SKÓRY CZY TKANKĘ TŁUSZCZOWĄ**

Zabiegów na ciało nie ma dużo na rynku, ponieważ sprzęt i technologie są bardzo drogie. Pozwalają one likwidować wiotkość skóry czy tkankę tłuszczową.

Duży trend jest ostatnio na rzeźbę, stymulowanie pracy mięśni. Sylwetka ma być nie tylko szczupła, ale

eprasa.pl 88247e8817

też wysportowana. I jest technologia, która daje takie możliwości.

Czy to jest oferta dla leniuszków, którzy nie chcą chodzić na siłownię?

Jak się w ogóle nie ćwiczy, to lepiej sobie chociaż zrobić ten zabieg. Natomiast idealnie jest przynajmniej trochę ćwiczyć, biegać czy pływać – wtedy zabiegi są jeszcze bardziej skuteczne. Do tego wskazana jest racjonalna dieta. Nie chodzi o odchudzanie, ale powinno się w dużej mierze zrezygnować ze słodyczy – z tego, co zbędne. Warzywa, nieprzetworzone węglowodany, trochę ćwiczeń, zabiegów – i można się cieszyć smukłą sylwetką, a i energia jest wtedy inna.

A jeśli ktoś w ogóle nie ćwiczy, to jakie może uzyskać efekty samymi zabiegami? Porównywalne jak na siłowni?

Nawet u takich osób są widoczne efekty. Robimy zwłaszcza dużo zabiegów na brzuch, z redukcją tkanki tłuszczowej – można się pozbyć oponki. Zwłaszcza jeśli łączymy zabiegi na redukcję tkanki tłuszczowej

eprasa.pl 88247e8817

i modelowanie ciała, to powstaje fajna muskulatura. Oczywiście to jest możliwe wtedy, gdy brzuch nie jest za duży.

Panowie też korzystają z zabiegów modelujących?

Tak, zwłaszcza tych na brzuch. Bardzo lubią **URZĄDZENIEEMSCULPT**. To działa na zasadzie energii elektromagnetycznej i wywołuje bardzo intensywne skurcze mięśni. Takie, których nie jesteśmy w stanie osiągnąć na siłowni żadnymi ćwiczeniami. To bardzo głęboka stymulacja, na 7 centymetrów w głąb.

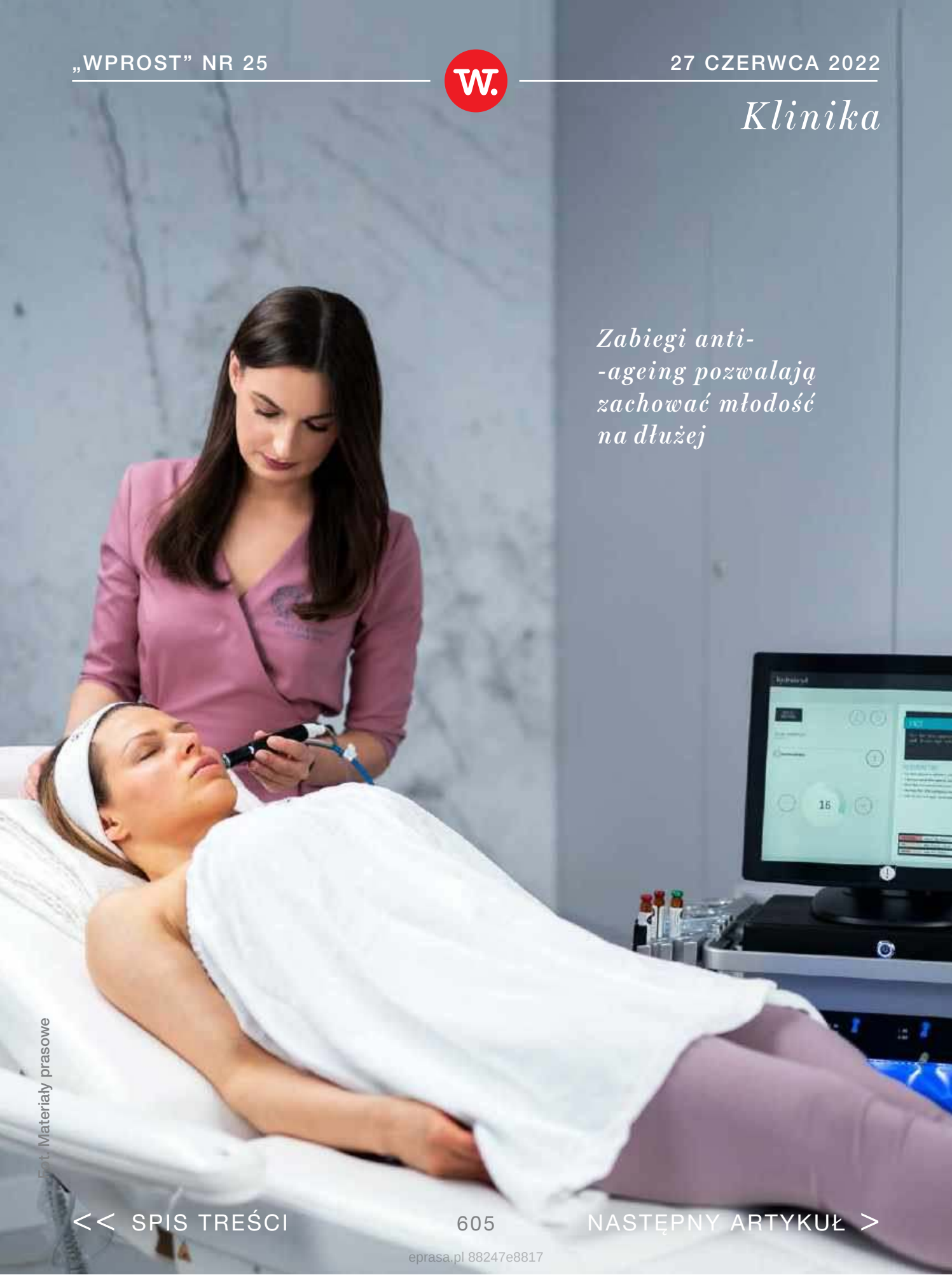
Można w ten sposób zlikwidować piwny brzuch?

> Zmniejszyć. Nie będę oszukiwać, że duży brzuch da się tą metodą całkiem zlikwidować. Zresztą nawet liposukcja pozwala zredukować tłuszcz tylko o **3 KILOGRAMY.**

Ważne jest jednak to, że tworzą się mięśnie. Dla osób, które dopiero zamierzają ćwiczyć, to dobre przygotowanie do wysiłku. Po tych zabiegach –

eprasa.pl 88247e8817

Klinika



Zabiegi anti--ageing pozwalają zachować młodość na dłużej

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

a przećwiczyłam to na sobie – wydolność mięśni jest zdecydowanie większa.

Ile zabiegów da zadowalający efekt?

Rekomendujemy 6 zabiegów. Potem warto robić zabieg wspomagający raz na 3 miesiące. Oczywiście, jeśli się ćwiczy, efekt zostaje na dłużej. Jeżeli się nie ćwiczy, to przynajmniej raz w roku warto zrobić serię zabiegów. Badania wykazały, że minimum przez rok jest utrzymana większa masa mięśniowa.

Co i czym można najłatwiej i najszybciej poprawić?

Mamy hasło: „30 dni do smukłego ciała” – i rzeczywiście, tyle wystarczy, by na przykład uporać się z tkanką na brzuchu, zwłaszcza jeśli łączymy technologie.

„Nasz bestseller to też Fotona 4 D – 4 zabiegi laserowe na twarz w trakcie jednej sesji, totalny lifting i regeneracja. Polecam **WSZYSTKIM PO 40. ROKU ŻYCIA.**

eprasa.pl 88247e8817

Jeśli ktoś nie chce czekać miesiąc na efekt zabiegów laserowych, to najszybciej dają rezultat wolumetria twarzy, botoks czy kwas hialuronowy. Podaje się go teraz trochę inaczej niż dawniej, by efekt był bardziej naturalny.

Co jest największą nowością w ofercie kliniki?

W ostatnich miesiącach wprowadziliśmy do oferty **HIFU** - skoncentrowane ultradźwięki. To świetny zabieg na wiotką skórę, nie tylko twarzy. Rekomendujemy go po 40. roku życia. Już jeden zabieg daje widoczną poprawę i wyraźny lifting, i to zaraz po zejściu z fotela, a w ciągu 2-3 miesięcy ten efekt jeszcze się wzmacnia. Jest to zabieg całoroczny, można go przeprowadzać również w lecie, przed wyjazdem na wakacje. Dobrze się sprawdza na ciało, na przykład na brzuch także po odchudzaniu lub po ciąży. Można w ten sposób ujędrnić też ramiona czy wewnętrzną stronę ud.

Czy na skórze z problemami dermatologicznymi, takimi jak AZS czy łuszczyca, też można przeprowadzić jakiś zabieg?

eprasa.pl 88247e8817

Mamy amerykańską markę PCA Skin, dedykowaną skórze z problemami, i możemy przeprowadzić zabieg kojący, łagodzący, uspokajający. Inne zabiegi wchodzą w grę ewentualnie dopiero po przeleczeniu skóry, w okresie remisji choroby. Trzeba jednak rozpatrywać każdy taki przypadek indywidualnie.

Drobny defekt urody może obniżyć samoocenę nawet tych osób, które odnoszą sukcesy w różnych dziedzinach?

Samoocena, zwłaszcza wśród kobiet, Polek, jest bardzo niska i często związana z wyglądem. Wpływa on mocno na ogólne poczucie własnej wartości. Uważam, że trochę trzeba nad tym pracować, bo czasem młode dziewczyny, piękne i szczupłe, widzą cellulit, którego nie mają. To pokazuje wagę problemu, bo zamiast się cieszyć swoim wyglądem, młodością i pięknem, one cały czas doszukują się mankamentów. Z drugiej jednak strony, jeśli jest coś, co nam przeszkadza, to zamiast się tym dręczyć, lepiej to po prostu w dobry, racjonalny sposób przepracować,

eprasa.pl 88247e8817

zmienić. Bo czasem drobna korekta, choćby wygładzenie zmarszczek czy pozbycie się przebarwień na twarzy albo fałdki na brzuchu stymuluje proces głębszej zmiany. Zaczynamy myśleć: a może powalczę, zmienię pracę, poproszę o awans. Zaczynamy w siebie wierzyć – i chcieć od życia czegoś więcej.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

ABSOLU CLINIC

Absolu Klinika

ul. Dzielna 64 U7, 01-029 Warszawa
Tel. 538 380 897

ABSOLUKLINIKA.PL

eprasa.pl 88247e8817

Z cellulitem naprawdę można wygrać!

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

Od lat czytamy o „pomarańczowej skórce". Nazwa wydaje się nieco niefortunna, ale jednak bardzo obrazowa. Grudkowata powierzchnia skóry stała się kompleksem kobiet i choć dzisiaj dzięki ruchom typu „body positivity" wykazujemy coraz większą akceptację naszych ciał, to jednak nadal uważamy, że bez cellulitu, bo przecież o nim mowa, byłoby nam lepiej. Warto powiedzieć wprost – **NIE MUSISZ GODZIĆ SIĘ NA „POMARAŃCZOWĄ SKÓRKĘ" - Z NIĄ NAPRAWDĘ MOŻNA WYGRAĆ** i to niejednym sposobem.

Tekst: **Anna Dubiel, kosmetolog, Envie Clinic**

W internecie znajdziesz całą masę poradników pt. „10 sposobów na cellulit". Większość przytaczanych tam sposobów typu – JIJFE szczotkowanie ciała na sucho czy stosowanie zamiennie zimnych i ciepłych pryszniców – to bardziej metody

eprasa.pl 88247e8817

wspierające. Jednak by naprawdę zmniejszyć czy nawet zniwelować „pomarańczową skórkę”, musisz sięgnąć po bardziej skuteczne narzędzia. A te w dzisiejszych czasach oferuje nam medycyna estetyczna. Sprawdź najczęściej wybierane antycellulitowe zabiegi w **KLINICE MEDYCYNY ESTETYCZNEJ ENVIE CLINIC**, która ma swoje siedziby w Warszawie, Wrocławiu, Poznaniu, Krakowie, Rzeszowie oraz Lublinie.

Endermologia – relaksujący sposób na cellulit

ENDERMOLOGIA zyskała w ostatnich czasach naprawdę duże zainteresowanie. To w 100 proc. naturalna metoda, która jest niczym innym jak masażem podciśnieniowym. Ten redukuje tkankę tłuszczową, cellulit, a nawet zmarszczki. Zabieg ten wybierany jest również przez sportowców, a wszystko dlatego, że doskonale przygotowuje mięśnie do treningu i rozluźnia je po intensywnej aktywności fizycznej.

Endermologia bardzo dobrze oddziałuje na tkankę łączną skóry. Może być stosowana jako

eprasa.pl 88247e8817

Endermologia

zabieg upiększający właściwie do wszystkich części ciała. Endermologia przyspiesza przemianę materii i pobudza proces usuwania komórek tłuszczowych. Dzięki temu rozbija złogi tłuszczu, w efekcie czego dochodzi do wymodelowania sylwetki poprzez zmniejszenie obwodów i oczywiście redukcję pomarańczowej skórki.

Fot. Materiały prasowe

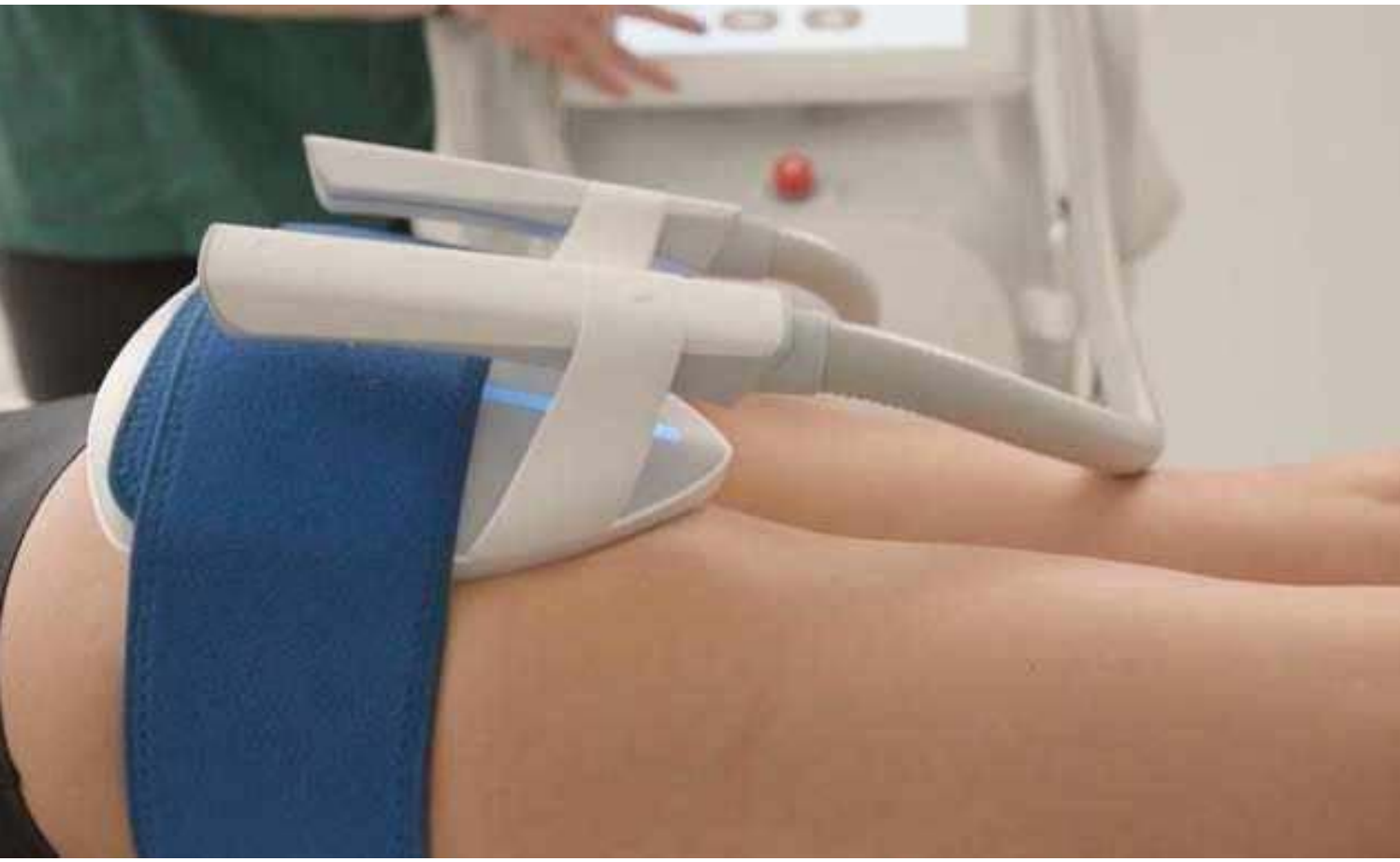
eprasa.pl 88247e8817

ENDERMOLOGIA może być stosowana także do twarzy – między innymi do poprawy jej konturu i zniwelowania zmarszczek.

Tę metodę stosuje się za pomocą specjalnej głowicy wyposażonej w rolki oraz komorę ssącą. Fałd skóry zasysany jest pod ciśnieniem przez rolki głowicy, przez co pobudza nawet bardzo głęboko położone warstwy skóry. Intensywność działania urządzenia dobierana jest do odczuć pacjenta i do konkretnej części ciała. Sprzęt mocniej pracuje w przypadku ud czy brzucha, a delikatniej w przypadku twarzy.

Warto pamiętać, że endermologia to nie tylko skuteczne narzędzie w walce z cellulitem, ale także świetny sposób na poprawę samopoczucia. Masaż podciśnieniowy wywołuje intensywną produkcję endorfin, czyli hormonów szczęścia. Zabieg pomoże też na bóle mięśni, zredukuje obrzęki i naprawdę zrelaksuje.

eprasa.pl 88247e8817



Zabieg elektrostymulacji

Fot. Materiały prasowe

Elektrostymulacja – nieinwazyjna metoda modelowania mięśni

Z pewnością przełomowym zabiegiem w walce z cellulitem okazał się **EM SPEC**. To innowacyjna technologia, która modeluje sylwetkę i mięśnie. Dlatego wybierają ją nie tylko osoby marzące o zgubieniu

eprasa.pl 88247e8817

nadmiaru kilogramów i atrakcyjniejszym ciele, ale również profesjonalni sportowcy. Do zabiegu stosuje się specjalne urządzenie wyposażone w dwa aplikatory magnetyczne. To tak zwane stymulatory mięśni, które wywołują hiperskurcze na wybranej partii ciała, np. na brzuchu, pośladkach czy udach. Działanie aparatu nie sprawia bólu czy dyskomfortu, a wręcz relaksuje. Mogłoby się wydawać, że przy tak intensywnej pracy urządzenia jest wręcz przeciwnie. Tymczasem nerwy czuciowe nie są w stanie wykryć tak krótkiego impulsu.

Zabieg elektrostymulacji nie wymaga specjalnego przygotowania ani rekonwalescencji. Pacjent nie odczuwa nawet zakwasów, co najwyżej tylko lekkie zmęczenie.

> Jedna wizyta w gabinecie medycyny estetycznej w tym przypadku trwa od 20 do 30 minut. W tak krótkim czasie generowanych jest nawet **PONAD 20 TYSIĘCY HIPERSKURCZÓW.**

eprasa.pl 88247e8817

Wyobrażasz sobie wykonanie tylu brzuszków czy przysiadów? Byłoby to oczywiście niemożliwe nawet przez jeden dzień, a tym bardziej przez 20 czy 30 minut. Obecnie nie znajdziemy innej technologii, która stymuluje mięśnie na takim poziomie.

Elektrostymulacja mięśni pomoże Ci w walce z cellulitem. Dodatkowo zredukuje tkankę tłuszczową nawet do 19 proc. i to podczas jednego zabiegu. Efektem będzie także zmniejszenie obwodu w talii nawet do 4 cm i kilkakrotny wzrost metabolizmu tłuszczu.

Lipoliza iniekcyjna – rozpuszczenie komórek tłuszczowych

Lipoliza iniekcyjna to kolejny bezinwazyjny i w 100 proc. bezpieczny sposób, który pomoże w walce z uciążliwą pomarańczową skórką. To nic innego jak rozpuszczenie komórek tłuszczowych w ciele za pomocą zastrzyków. Lipoliza iniekcyjna pozwala na trwałe usunięcie tkanki tłuszczowej. Metoda ta sprawdza się szczególnie w przypadku bardzo opornych na diety oraz treningi miejsc na ciele. Chodzi

eprasa.pl 88247e8817

głównie o partie pokryte właśnie cellulitem, czyli uda, pośladki czy brzuch.

Lipoliza iniekcyjna to nie liposukcja. Ten drugi to chirurgiczny zabieg polegający na nacięciu skóry, wprowadzeniu igły ssącej do tkanki tłuszczowej i odessaniu nadmiaru tłuszczu. To po prostu operacja, która wymaga specjalnego przygotowania oraz okresu rekonwalescencji. Mimo że sposób ten rzeczywiście pozwala na pozbycie się tkanki tłuszczowej, to jednak doprowadza do powstania nieestetycznych zniekształceń.

> **LIPOLIZA INIEKCYJNA** nie jest metodą operacyjną i przez to inwazyjną. Podczas tego typu zabiegu dochodzi do rozpuszczenia tkanki tłuszczowej poprzez podanie do ciała specjalnych substancji na bazie wyciągu z soli.

Dzięki temu tkanka tłuszczowa zostanie naturalnie wydalona przez organizm. Tym samym dojdzie do obkurczenia się skóry i widocznego zmniejszenia, a nawet całkowitej redukcji pomarańczowej skórki.

eprasa.pl 88247e8817

Kriolipoliza – lodowata walka z cellulitem

Warto zwrócić także uwagę na odchudzający zabieg polegający na **ZAMRAŻANIE TŁUSZCZU. KRIOLIPOLIZA** to świetny sposób na wyszczuplenie sylwetki i zmniejszenie cellulitu bez ingerencji chirurgicznej. Metoda ta, podobnie jak lipoliza iniekcyjna, także bardzo często porównywana jest do liposukcji. Efekty mogą być bowiem bardzo podobne, ale w tym przypadku również bez zbędnej operacji i konsekwencji z nią związanych.

> Kriolipolizę wykonuje się za pomocą specjalistycznego urządzenia doprowadzającego do redukcji tkanki tłuszczowej w ciele **NAWET O 40 PROC.**

Chodzi o zamrożenie zbędnych komórek tłuszczowych, które przez niską temperaturę rozkładają się. Na ostateczne efekty należy poczekać około kilku miesięcy.

eprasa.pl 88247e8817

Zabieg ten nie wymaga przygotowania ani rekonwalescencji. Jest w pełni bezpieczny, gdyż nie ingeruje w mięśnie, nerwy czy skórę. W tym przypadku, w przeciwieństwie do wielu innych metod medycyny estetycznej, zazwyczaj wystarczy jedna wizyta w gabinecie, aby nasza sylwetka i skóra wyglądały satysfakcjonująco.

Fale radiowe – widoczny efekt liftingu skóry

Kolejne bezpieczny i bezbolesny zabieg kosmetyczny, który świetnie poradzi sobie z uciążliwą, pomarańczową skórką, to **MRF-X, CZYLI FALE RADIOWE**. Metoda ta niweluje oznaki starzenia i zapewnia widoczny efekt liftingu. To również świetna alternatywa dla bardzo inwazyjnych zabiegów medycznych.

MRF–X wykorzystuje fale radiowe, które pobudzają naturalne procesy metaboliczne na poziomie komórek skóry właściwej oraz odbudowują włókna kolagenowe. To po prostu promieniowanie elektromagnetyczne o częstotliwości fal radiowych, wytwarzane przez prąd zmienny i od dawna już stosowane

eprasa.pl 88247e8817

Zabieg MRF–X, czyli fale radiowe

w kosmetologii między innymi do odmładzania skóry. To po prostu nic innego jak intensywna terapia regeneracyjna charakteryzująca się bardzo szerokim spektrum działania. Na jakie rezultaty możesz liczyć w przypadku tej metody? Chodzi oczywiście o ujędrnienie skóry, zniwelowanie oznak starzenia, efekt liftingu i gładką skórę bez znienawidzonego cellulitu.

Fot. Materiały prasowe

eprasa.pl 88247e8817

Walka z cellulitem – medycyna estetyczna to nie wszystko

W dzisiejszych czasach nie znajdziesz innych tak skutecznych i bezpiecznych sposobów na wygranie z cellulitem jak zabiegi medycyny estetycznej. Pamiętaj jednak, że osiągnięcie efektów to jedno, a ich utrzymanie to drugie.

> Dlatego jeżeli osiągniesz satysfakcjonujące rezultaty, a po serii zabiegów nie zadbasz o siebie w odpowiedni sposób – licz się z tym, że „pomarańczowa skórka” wróci **I TO BARDZO SZYBKO.**

Konieczne będzie wprowadzenie do swojej codzienności odpowiednich nawyków. Chodzi oczywiście o zdrową i zbilansowaną dietę opartą na dużej ilości warzyw i owoców. Staraj się unikać przetworzonych potraw oraz dużych ilości soli i cukru. Warto również pamiętać o piciu dużych ilości wody – minimum 2-3 l dziennie. W utrzymaniu efektu gładkiej

eprasa.pl 88247e8817

i jędrnej skóry pomoże oczywiście aktywność fizyczna. Nie musisz jednak wylewać siódmych potów na siłowni – wystarczą choćby spacery, oby były systematyczne. Warto również pamiętać o odpowiedniej, regularnej pielęgnacji. Stosuj peelingi, masaże, szczotkowanie na sucho, naprzemienne zimne i ciepłe prysznice oraz odpowiednie kosmetyki – najlepiej naturalne o działaniu ujędrniającym.

Jak pokonać cellulit? Podsumowanie

Warto pamiętać, że każdy inaczej reaguje na różnego rodzaju zabiegi medycyny estetycznej. U większości osób innowacyjne metody z pewnością się sprawdzą, pozostaje jednak pytanie w jakim czasie. U niektórych spektakularne wręcz efekty będzie widać już po jednej wizycie. Niektórzy zaś będą musieli pojawić się w gabinecie medycyny estetycznej kilka razy. Warto zadbać o wybór profesjonalnej i renomowanej placówki, gdzie dojdzie do przeprowadzenia wybranej metody. W klinice medycyny estetycznej Envie konsultacje ze specjali-

eprasa.pl 88247e8817

stą odbywają się przed każdą terapią za darmo. To świetna okazja do zadania pytań i rozwijania swoich wątpliwości. Ekspert ocenia stan skóry oraz przeprowadza wywiad medyczny – to drugie jest niezbędne do wykluczenia ewentualnych przeciwwskazań.

Powodzenia w walce z cellulitem!

© Wszelkie prawa zastrzeżone

envie

WWW.ENVIECLINIC.PL

adres IG @envieclinic

YT: https://www.youtube.com/c/DepilacjaplEnvieClinic

Envie Warszawa, ul. Wąwozowa 8 lok. 5B2 ☎ 732 053 500
Envie Wrocław, ul. Piotra Skargi 22/5 ☎ 729 085 615
Envie Rzeszów, ul. Mikołaja Kopernika 8 ☎ 732 124 132
Envie Poznań, ul. Kochanowskiego 5/2 ☎ 732 051 881
Envie Kraków, ul. Rakowicka 8 ☎ 732 053 553
Envie Lublin, ul. Niecała 3 ☎ 732 052 132

eprasa.pl 88247e8817

Hemoroidy: czy jesteś w grupie ryzyka?

Fot. Materiały prasowe

<< SPIS TREŚCI
NASTĘPNY ARTYKUŁ >

eprasa.pl 88247e8817

O zdrowiu trzeba rozmawiać otwarcie, jednak doskonale wiemy, że **HEMOROIDY TO DLA WIELU OSÓB WSTYDLIWA DOLEGLIWOŚĆ, KTÓRA POWODUJE ZNACZNY DYSKOMFORT I OBNIŻA JAKOŚĆ ŻYCIA.** Domowe sposoby leczenia, takie jak zimne okłady lub ciepłe kąpiele, bywają często zawodne. I dlatego zachęcamy, by skonsultować problem z lekarzem i skorzystać ze sprawdzonych środków farmakologicznych.

Tekst: **Zofia Szkarłat**

Hemoroidy to choroba, z którą wbrew pozorom zmaga się wiele osób w naszym otoczeniu – niezależnie od płci i wieku. Na ich pojawienie wpływa wiele czynników, takich jak siedzący styl życia, dieta, przewlekłe zaparcia, choroby towarzyszące czy ciąża. Tak naprawdę każdy

eprasa.pl 88247e8817

z nas może się znaleźć w grupie podwyższonego ryzyka. Dane mówią same za siebie. Na to dokuczliwe schorzenie cierpi nawet 30 proc. populacji! Najczęściej objawy występują u osób po pięćdziesiątym roku życia, ale z hemoroidami zmaga się również wielu młodych ludzi. Dolegliwość ta niestety często towarzyszy także kobietom w ciąży.

Czym są hemoroidy?

Hemoroidy to niewielkie guzki krwawnicze, które występują w kanale odbytu i odpowiadają za kontrolę oddawania kału. Niestety, sporo czynników przyczynia się do powstawania w nich stanów patologicznych o charakterze zapalnym, które prowadzą do choroby hemoroidalnej (nazywanej potocznie hemoroidami lub żylakami odbytu). Choroba ta ma różne objawy – w zależności do tego, czy dotyczy hemoroidów zewnętrznych czy wewnętrznych.

Hemoroidy wewnętrzne są praktycznie niezauważalne, jednak po pewnym czasie mogą dawać o sobie

eprasa.pl 88247e8817

Produkt dostępny w sklepach sieci Rossman

ANUSIR

polecany przez ekspertów

Bezpieczny skład maksymalna skuteczność

eprasa.pl 88247e8817

dotkliwie znać. Z czasem te delikatne struktury pękają, a w efekcie podczas korzystania z toalety można zaobserwować krwawienie. Hemoroidy zewnętrzne można zobaczyć gołym okiem. Znajdują się pod skórą w okolicach odbytu. Zazwyczaj ich pojawienie się niesie za sobą znaczny dyskomfort, ból, pieczenie, a także uczucie niepełnego wypróżniania.

> Nie powinniśmy bagatelizować pierwszych objawów. Jeśli procesowi wydalania towarzyszy pieczenie w okolicach odbytu, a w stolcu pojawia się widoczny śluz, **NALEŻY SZYBKO SKONSULTOWAĆ SIĘ Z LEKARZEM.**

Nie powinniśmy bagatelizować pierwszych objawów. Jeśli procesowi wydalania towarzyszy pieczenie w okolicach odbytu, a w stolcu pojawia się widoczny śluz, należy szybko skonsultować się z lekarzem. Innym alarmującym symptomem jest

eprasa.pl 88247e8817

krwawienie z odbytu. To objaw, który wiele osób może wystraszyć. Pamiętajmy jednak o tym, by zachować spokój – żylaki odbytu to schorzenie, które można leczyć farmakologicznie. Dopiero wtedy, gdy choroba jest zaawansowana, guzki mogą być widoczne na zewnątrz. W tym przypadku szansa, by samoistnie zniknęły, znacząco maleje. Często niezbędna okazuje się interwencja chirurgiczna.

Wiele źródeł problemu

W XXI wieku wielu ludzi zmaga się z licznymi dolegliwościami układu pokarmowego. Wśród czynników wymienić możemy m.in. silny stres, zanieczyszczenia środowiska, niezbilansowaną dietę czy nieregularne pory posiłków. Powszechnym problemem są również alergie pokarmowe i genetyczne choroby układu pokarmowego. Towarzyszące im często biegunki oraz zaparcia mogą się przyczynić do powstawania hemoroidów.

Jako częstą przyczynę żylaków odbytu wskazuje się również siedzący tryb życia. W dzisiejszych cza-

eprasa.pl 88247e8817

Anusir
czopki z kw.hialuronowym

10 mg kwasu hialuronowego

łatwy w aplikacji

ochrona błony śluzowej

bezpieczny skład

Produkt dostępny w sklepach sieci Rossman

eprasa.pl 88247e8817

sach trudno uniknąć wielogodzinnej pracy przy komputerze. Ważne są systematyczne przerwy podczas pracy. O ile mamy taką możliwość, możemy spacerować podczas rozmowy telefonicznej po domu lub biurze. Małe zmiany mogą przynieść znaczne efekty.

> Choroba **HEMOROIDALNA** często dokucza również kobietom podczas ciąży.

Macica regularnie zwiększa swoją objętość i zaczyna uciskać żyłę główną dolną położoną w jamie brzusznej. W efekcie znacznie wzrasta w niej ciśnienie żylne, a bezpośrednio także w połączonych z nią żyłach okolicy odbytu. Może prowadzić to do powstawania hemoroidów. Dodatkowym, ale bardzo istotnym czynnikiem zwiększającym ryzyko, są często występujące zaparcia, na które skarżą się przyszłe mamy.

eprasa.pl 88247e8817

Korzystne działanie kwasu hialuronowego

Kwas hialuronowy stopniowo rozpuszcza się w odbycie, tworząc ochronną powłokę. Powłoka ta odpowiednio zabezpiecza delikatny nabłonek jednowarstwowy walcowaty śluzówki. Dzięki temu uszkodzona wcześniej warstwa błony śluzowej może łatwo się zregenerować.

> Wszystkie te właściwości kwasu hialuronowego sprawiają, że świetnie sprawdza się **W LECZENIU ŻYLAKÓW ODBYTU.**

Wśród dostępnych propozycji środków na hemoroidy z kwasem hialuronowym warto zwrócić uwagę na czopki **ANUSIR**, które są przeznaczone do stosowania doodbytniczego. Czopki łagodzą takie objawy jak bolesność i pieczenie. Nawilżają i chronią błonę śluzową. W znacznym stopniu przyspieszają regenerację i gojenie się podrażnień błony śluzowej odbytnicy, a także samego kanału

eprasa.pl 88247e8817

odbytu. Dodatkowo ograniczają powstawania kolejnych obrzęków.

Są łatwe w aplikacji, wystarczy zachować podstawowe zasady higieny. Czopki zazwyczaj stosuje się przed zaśnięciem. Kuracja trwa około 5-10 dni, ale w razie potrzeby lekarz może zalecić wydłużenie jej do 20 dni.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

eprasa.pl 88247e8817

Pierwszy *ziołowy,*
aromaterapeutyczny
olejek intymny

#INFLUENCER'S CHOICE POLAND

LAUREAT GLAMMIES 2022

LOVE COSMETICS AWARDS

Szmaragdowe Żuki

www.szmaragdowezuki.pl

Fot. Archiwum Magdy Skubisz

MAŁOMIASTECZKOWA SKANDALISTKA

eprasa.pl 88247e8817

Po latach niezdrowego trybu życia mój organizm się zbuntował, zachorowałam na przewlekłą chorobę autoimmunologiczną. Sterydy wpływały na mnie fatalnie, więc **ZARYZYKOWAŁAM I CHOCIAŻ NIGDY WCZEŚNIEJ NIE KORZYSTAŁAM Z ALTERNATYWNYCH METOD LECZENIA, ZAPISAŁAM SIĘ NA KURS ZIELARSKI – MÓWI MAGDA SKUBISZ**, *pisarka, autorka niedawno wydanej książki „Aptekarka”.*

Rozmawiała **Krystyna Romanowska**

Niezłe z pani ziółko.

Jestem już bardzo grzeczna. Wszystkie incydenty dawno za mną, pora się ustatkować, mam 44 lata.

Ale kilka lat temu zbulwersowała pani mieszkańców Przemyśla swoją książką o licealnych czasach. „LO story” opisywało męki czwórki licealistów w systemie edukacji. Przeczytać można

eprasa.pl 88247e8817

było o sadystycznych i szpetnych nauczycielkach, strachliwych wychowawczyniach, lejącym się strumieniami alkoholu. Oburzyli się wówczas nauczyciele, odbyła się nawet specjalna sesja Rady Miasta w tej sprawie.

Oburzenie trwa. Do tej pory moja była wychowawczyni nie odpowiada na grzeczne „dzień dobry”, podobnie jak część nauczycieli z byłego liceum. W książce nie opisywałam żadnych pikantnych szczegółów, raczej zwykłe doświadczenia szkolne, a grono pedagogiczne odnalazło się na kartach powieści, choć

Magda Skubisz

– pisarka, absolwentka Akademii Muzycznej w Katowicach (Wydział Jazzu i Muzyki Rozrywkowej, kierunek wokalny). Zawodowo zajmuje się emisją głosu, a także współpracuje z rzeszowskimi teatrami jako konsultant ds. wokalnych. Przed „Aptekarką” wydał cztery powieści, które wywołały sporo kontrowersji w jej rodzinnym Przemyślu, a pierwszej z nich („LO Story”) Rady Miasta Przemyśla poświęciła sesję o negatywnym wpływie tej książki na młodzież.

eprasa.pl 88247e8817

wcale tego nie planowałam. Mój ówczesny wydawca otrzymał list protestacyjny z pytaniem: „ile zapłacono za kalanie własnego gniazda?” Potem była Rada Miasta Przemyśla i przemówienie przedstawicielki Związku Nauczycielstwa Polskiego o tym, jak szkodliwa jest ta książka dla młodych umysłów, jak podważa autorytety i mąci w głowie.

> *Dostałam wiadomość od byłej wychowawczyni, że napisałam stek bzdur, bo widocznie liczyłam na rozgłos i dużą kasę.* **ŻEBY TO CHOCIAŻ BYŁA PRAWDA...**

Efekt nagonki przerósł moje najśmielsze oczekiwania: wszyscy się rzucili do księgarń. Kiedy egzemplarze autorskie się skończyły, w jednej z przemyskich księgarń dowiedziałam się, że... jestem dwunasta w kolejce. Cudowna promocja.

Afera wokół „LO Story” była ogromna; do dzisiaj żałuję, że jej lepiej nie wykorzystałam, a zamiast

eprasa.pl 88247e8817

tego, wpadłam w panikę: zaczęłam się tłumaczyć i przepraszać. Dopiero spotkanie z Markiem Nowakowskim (już nieżyjącym wybitnym pisarzem, który nominował „Dżus&dżin”, czyli kontynuacje „LO story” do Nagrody im. Mackiewicza – red.), wyleczyło mnie z kompleksów. Powiedział: „nigdy nie przepraszaj za to, co napisałaś”.

Czyli opłaca się być skandalistką w małym mieście?

Tytuł lokalnej skandalistki niesie za sobą nieprzyjemne następstwa. W konsekwencji afery nie mogłam sobie znaleźć pracy na miejscu, więc wiele lat dojeżdżałam 40 km do Jarosławia, a potem 90 km do Rzeszowa.

Zaczęłam pracę w wojsku jako instruktor ds. kulturalno-oświatowych w Klubie Garnizonowym. Typowo męskie środowisko, typowo męskie poczucie humoru, podejście do zawodu i życia, było ciekawym doświadczeniem, które do tej pory rozbrzmiewa echem w moich książkach.

Z wykształcenia jestem wokalistką, więc zmęczona wojskową atmosferą, postanowiłam dodatkowo

eprasa.pl 88247e8817

zrobić użytek ze swojego głosu i dorabiać w zespole. Wraz z kolegami zjeździłam kawałek Polski, śpiewając na wypasionych bankietach, weselach, imprezach firmowych, a także na eventach wszelkiego rodzaju, dzieląc scenę z największymi gwiazdami polskiej estrady. Czas obfitował w piękne znajomości i kontrastowe doświadczenia: zwiedziłam miejsca ekskluzywne i wiejskie remizy,

> *zaliczyłam granie w plenerze dla tysięcy osób i zamknięte koncerty w prywatnych rezydencjach,* **ŚPIEWAŁAM DLA POLITYKÓW I DLA MAFII,** *na wiecach i w agencjach towarzyskich...*

Jeśli chodzi o stylistykę muzyczną, kontrasty były naprawdę niesamowite, jednego wieczora zaśpiewałam w duecie z Urszulą Dudziak, a drugiego „potuptajkę” w remizie.

Po szczegóły odsyłamy do książek: „Chałturnik” i „Master”.

eprasa.pl 88247e8817

Tak, wiele tam opisałam. Wbrew pozorom, praca wokalistki to ogromnie ciężki, niezdrowy i wyczerpująca fizycznie zawód. Wysiada gardło, żołądek, bolą mięśnie od całonocnego stania na nogach, a do tego dochodzi największe niebezpieczeństwo, czyli alkohol, który na imprezach leje się strumieniami. By zarządzać tłumem gości, trzeba się uśmiechać, emanować pozytywną energią i entuzjazmem, a po którejś z kolei nieprzespanej nocy, brakuje na to sił. Najłatwiej wtedy wpaść w uzależnienie – w końcu pracuje się wśród mniej lub bardziej wstawionych ludzi, którzy sami częstują muzyków wódką...

Teraz wydała pani książkę, już nie współczesną, jej fabuła rozgrywa się w XIX wieku. Co ma z pani Katja, bohaterka „Aptekarki”?

Na pewno niepokorność i samodzielność. Nie jest niewinną i bezbronną kobietką. Katja ma wspierającego przybranego ojca Batkę, zielarza, który na stronach poradników dla dobrze wychowanych panien zwykł suszyć grzyby. Mój ojciec jest z zawodu elektrykiem, a że chciał mieć syna, od dziecka uczył mnie

eprasa.pl 88247e8817

Tytuł lokalnej skandalistki niesie ze sobą **NIEPRZYJEMNE NASTĘPSTWA.** *W konsekwencji afery nie mogłam znaleźć pracy na miejscu…*

Fot. Robert Podwyszyński

epress

lutować kable i montować gniazdka elektryczne. Pamiętam też, jak kazał mi zawsze rozkręcać, a potem składać z powrotem absolutnie każdą elektroniczną zabawkę, żebym przekonała się, co jest w środku (nawet robiliśmy zawody na czas). Sądzę, że ten nawyk rozkręcania i doszukiwania się we wszystkim drugiego dna, przetrwał w moim pisarstwie.

Dlaczego pani wybrała takie zajęcie dla bohaterki?

Po latach niezdrowego, wykańczającego sposobu życia, mój organizm się zbuntował i rozchorował na przewlekłą chorobę autoimmunologiczną. Sterydy wpływały na mnie fatalnie, więc zaryzykowałam i chociaż nigdy wcześniej nie korzystałam z alternatywnych metod leczenia, zapisałam się na kurs zielarski w Wyższej Szkole Zawodowej im. Pigonia w Krośnie.

Wbrew pozorom na kursie nie odbywały się zajęcia z zielarzami, ale z lekarzami, farmaceutami, wykładowcami uniwersyteckimi o tytułach doktorskich i profesorskich. Zioła i dieta postawiły mnie

eprasa.pl 88247e8817

na nogi. Po kilku miesiącach poczułam, że choroba przestaje przeszkadzać mi w normalnym funkcjonowaniu.

Już wtedy – 5 lat temu – robiłam na kursie notatki do „Aptekarki” zwłaszcza na zajęciach, podczas których porównywaliśmy receptury stosowane w medycynie ludowej, spisane w farmakopeach polskich, szwajcarskich, niemieckich. Co ciekawe, wiele z tych przepisów, uwspółcześnionych, znajduje wciąż zastosowanie w lecznictwie.

> *Książka* **O DZIEWCZYNIE PARAJĄCEJ SIĘ ZIELARSTWEM** *siedziała mi od tamtej pory w głowie, a potem nabrała kształtów.*

Wiedziałam jednak, że nie może to być wyłącznie historia Kopciuszka, czy biednej sierotki, którą poniewierają możni.

A skąd się wzięła historia mezaliansu opisana w książce?

eprasa.pl 88247e8817

Historię Rodziny Tyszkowskich po raz pierwszy usłyszałam od swojego sąsiada Janusza Dedio, historyka-pasjonata naszego regionu. Janusz dysponuje ogromną wiedzą, przez wiele lat gromadził materiały, prowadzi też stronę internetową poświęconą tej tematyce. Akcja „Aptekarki” rozgrywa się w miasteczku Bircza oraz we wsi Jamna Dolna, leżącej w granicach ówczesnego majątku Tyszkowskich. Rodzina Tyszkowskich – dziś już praktycznie zapomniana, sygnująca się herbem Gozdawa, posiadała liczne ziemie w okolicach Przemyśla, sami Tyszkowscy byli posłami w Sejmie Krajowym Galicji. Status społeczny i majątkowy pozwolił im na rzecz absolutnie bezprecedensową, czyli na zapisanie wszystkich swoich dóbr (dzisiaj byłoby to ok. 7 tys. hektarów) Polskiej Akademii Umiejętności.

Była to największa darowizna prywatna w tamtych czasach na rzecz polskiej placówki naukowej.

To jednak, co najbardziej ujęło mnie w ich biografii to obraz swoistego multi-kulti, polsko-ukraińsko-żydowsko-niemieckiej społeczności, która harmo-

eprasa.pl 88247e8817

nijnie ze sobą współistniała. Sto lat przed „Akcją Wisła”, mieszane małżeństwa były normą, normą były też wspólnie obchodzone święta grecko- i rzymskokatolickie.

Co więcej, w znakomitym opracowaniu Jadwigi Turczyńskiej „Jamna Górna: historia wsi w latach 1511-1963” znalazłam wzmiankę o długoletnim uczęszczaniu do cerkwi unitów i katolików. Po zamknięciu kościoła w Rybotyczach przez Austriaków w 1836 r. przedstawiciele obu wyznań modlili się w cerkwi nie miesiąc, nie rok, ale 30 lat!

> *Jakiś czas później, w 1910 roku, gdy spłonęła cerkiew, sytuacja się odwróciła, i do roku 1922* **UNICI I KATOLICY WSPÓLNIE CHRZCILI SWOJE DZIECI,** *brali śluby i żegnali zmarłych w kościele katolickim.*

Archiwa wspominają o zażyłej przyjaźni księży obu wyznań, Ferdynanda Stumpfolla, proboszcza

eprasa.pl 88247e8817

parafii rzymskokatolickiej w Rybotyczach i Antoniego Korosteńskiego, proboszcza greckokatolickiego w Liskowatem, o ich wspólnym świadkowaniu na ślubach mieszanych małżeństw i udzielaniu chrztów. Biorąc pod uwagę późniejsze konflikty narodowościowe na tych terenach, brzmi to niewiarygodnie...

Katja, tytułowa aptekarka, emancypuje się wbrew ograniczeniom patriarchalnego społeczeństwa.

System klasowy działa na jej niekorzyść, tak samo jak system społeczny. Według ówczesnych poradników, niezamężna kobieta nawet nie mogła uśmiechnąć się do obcego mężczyzny, nie mówiąc o spojrzeniu w oczy – w przeciwnym razie posądzono by ją o zuchwałość.

Tytułowa „Aptekarka” naprawdę nazywała się Katarzyna Podoła, pochodziła z gminu i o jej życiu wiadomo niewiele, poza tym, że była matką trojga dzieci Antoniego Tyszkowskiego. Jej syn, Paweł, został uznany za prawowitego dziedzica rodu, odziedziczył herb i majątek, a że dodatkowo ukończył far-

eprasa.pl 88247e8817

mację we Lwowie, postanowiłam na kartach książki „zatrudnić” jego matkę, Katarzynę, w charakterze dworskiej panny aptecznej.

Dzisiaj mamy szansę na wspólne chodzenie do polsko-ukraińskiego kościoła tak, jak było prawie dwa wieki temu. To, w jaki sposób zachował się Przemyśl, Rzeszów, inne miasta przygraniczne jest jakimś symbolicznym powrotem do dobrej przeszłości.

> *Czuję, że wracają czasy najprostszej* **LUDZKIEJ SOLIDARNOŚCI WOBEC NIESZCZĘŚCIA.** *I polsko-ukraińskiego prania, które suszy się teraz na przemyskich podwórkach.*

Jestem dumna ze swojego miasta, z prezydenta Bakuna, który wykazał się niezwykłą empatią i talentem organizacyjnym już od pierwszego dnia wojny.

„Aptekarka” również dokłada małą cegiełkę: honorarium autorskie z pierwszego tysiąca sprzedanych

eprasa.pl 88247e8817

egzemplarzy zostanie przeznaczone na pomoc uchodźcom z Ukrainy. Myślę, że żadne miasto w Polsce nie odczuło równie mocno wojennej paniki, jak przygraniczny Przemyśl. Już 24 lutego w południe w całym mieście nie było benzyny ani pieniędzy w bankomatach, niektórzy mieszkańcy mówili wprost, że są spakowani i gotowi do wyjazdu.

A potem zostawili strach za sobą i włączyli się w pomoc uchodźcom, którzy – zdarzało się – trafiali na nasz dworzec w samych klapkach, z odmrożeniami i całym dobytkiem życia w jednej reklamówce. W moim domu mieszkali wolontariusze, gościliśmy także matkę z córką, które uciekły z Dniepru. Pokłosie tego wielkiego przerażenia dotknęło nas wszystkich, także w ujęciu artystycznym. Napisaliśmy nawet o tym piosenkę.

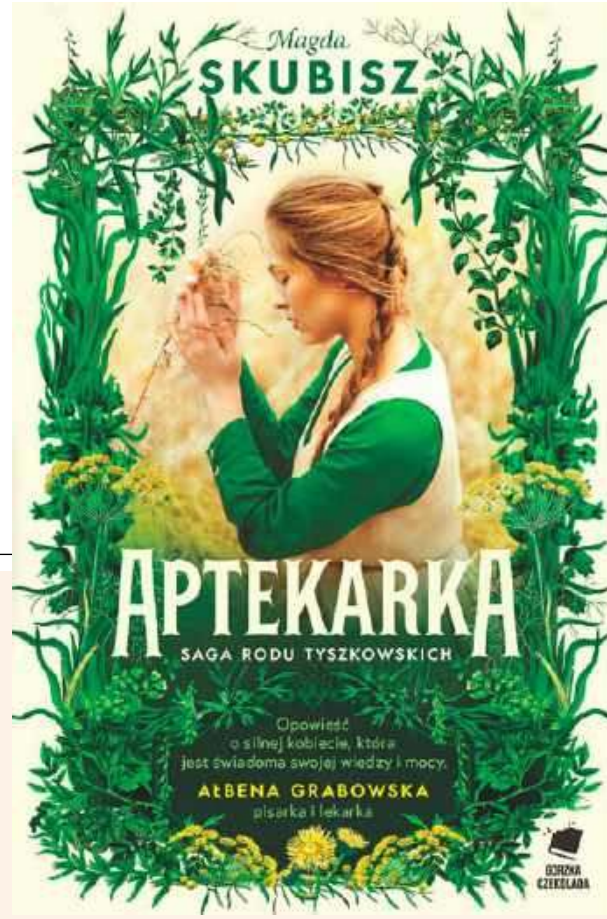
Nie boi się pani, że po wydaniu „Aptekarki” przemyskie farmaceutki powiedzą, że zabiera im pani klientki?

Nie jestem fanatyczką. Cenię zdobycze medycyny, a zioła uważam za doskonałą terapię wspomagającą,

eprasa.pl 88247e8817

więc kiedy boli mnie głowa, częściej sięgam po tabletkę niż po złocień – marunę. Poza tym, przy „Aptekarce” wspierali mnie swoją wiedzą zarówno zielarze jak i farmaceuci, którym jestem ogromnie wdzięczna za pomoc.

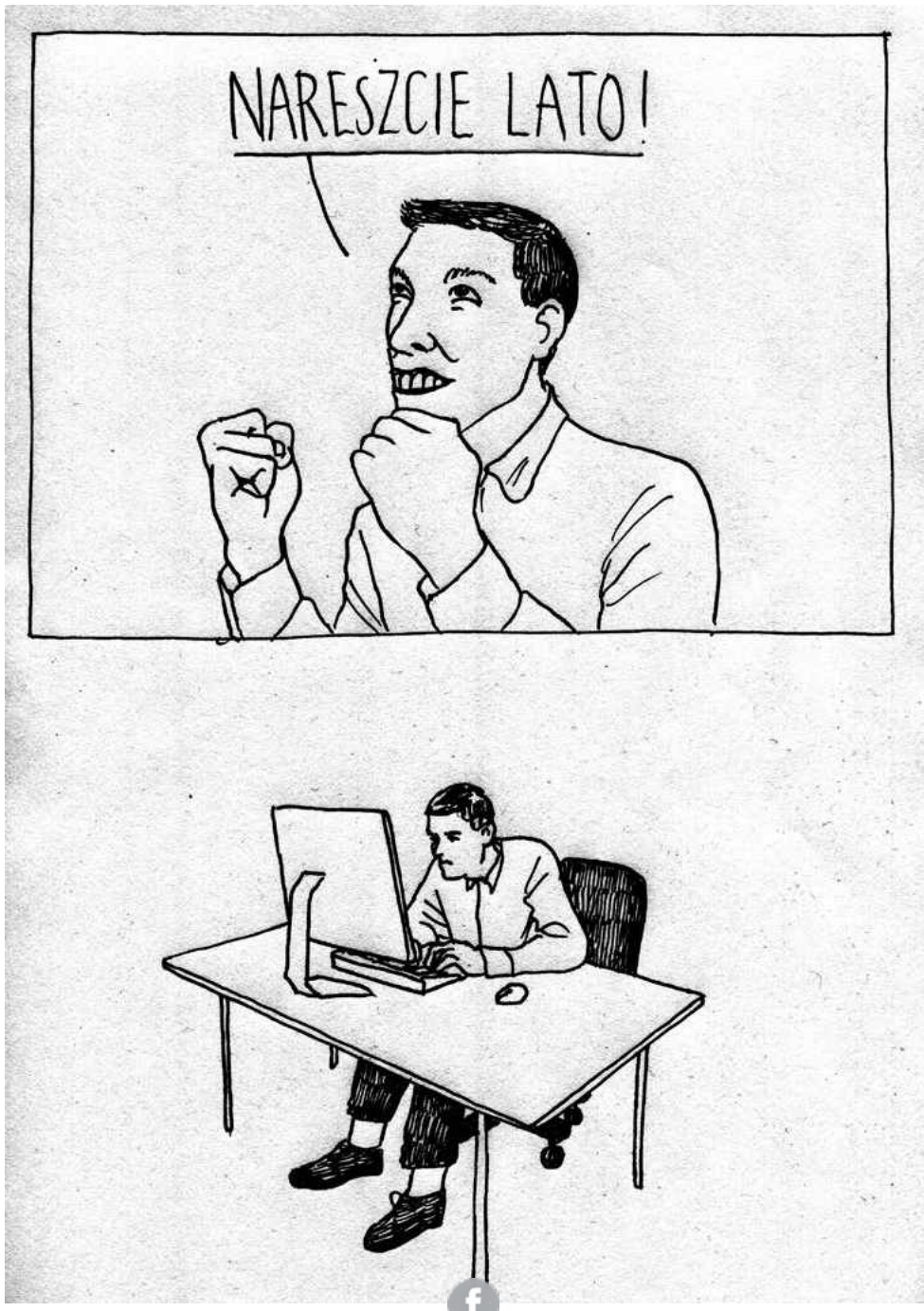
© Wszelkie prawa zastrzeżone



Magda Skubisz
„Aptekarka”
Media Rodzina

eprasa.pl 88247e8817

Iskra w oku



KOLEJNE WYDANIE CYFROWEGO „WPROST" UKAŻE SIĘ W **PIĄTEK O GODZ. 15.** SZUKAJ NA **WPROST.PL** ORAZ WE WSZYSTKICH **E-KIOSKACH** ORAZ APLIKACJACH MOBILNYCH **APP STORE** I **GOOGLE PLAY**

eprasa.pl 88247e8817

wprost

REDAKTOR PROWADZĄCY: *Szymon Krawiec*

SEKRETARZE REDAKCJI: *Katarzyna Dobrowolska-Batyra, Leszek Bugajski*

REDAKTOR: *Paulina Socha-Jakubowska*

ZESPÓŁ: *Karolina Baca-Pogorzelska, Piotr Barejka, Dariusz Grzędziński, Jakub Mielnik, Joanna Miziołek, Agnieszka Niesłuchowska, Eliza Olczyk, Katarzyna Pinkosz*

STUDIO „WPROST”: *Karol Kinal (kierownik), Anna Abratańska, Jakub Wiewiorowski*

WYDAWCA: *Agencja Wydawniczo-Reklamowa „Wprost” Sp. z o.o.*

DYREKTOR DS. ROZWOJU CYFROWEGO: *Małgorzata Golińska*

BIURO REKLAMY: *reklama@wprost.pl, tel.: 22 347 50 00*

ADRES REDAKCJI: *Batory Office Building II, Al. Jerozolimskie 212, 02-486 Warszawa, tel.: 22 347 50 00 (recepcja), www.wprost.pl*

Wydawca tytułu, spółka AWR „Wprost”, należy do Grupy Kapitałowej PMPG Polskie Media SA

ISSN *02091747*

NA PODSTAWIE ART. 25 UST. 1 PKT 1B PRAWA AUTORSKIEGO WYDAWCA WYRAŹNIE ZASTRZEGA, IŻ DALSZE ROZPOWSZECHNIANIE MATERIAŁÓW OPUBLIKOWANYCH W TYGODNIKU „WPROST” JEST ZABRONIONE.

© WSZYSTKIE MATERIAŁY W TYGODNIKU CHRONIONE SĄ PRAWEM AUTORSKIM. WSZELKIE PRAWA ZASTRZEŻONE. DALSZE ROZPOWSZECHNIANIE TREŚCI ARTYKUŁU TYLKO ZA ZGODĄ WYDAWCY. REGULAMIN I WARUNKI LICENCJONOWANIA MATERIAŁÓW PRASOWYCH NA WWW.WPROST.PL/REGULAMIN/

eprasa.pl 88247e8817