

MOJE

MAGAZYN MIESZKAŃCÓW ATANERA | Nr 44 Zima 2023



NOWA INWESTYCJA ŚWIERZAWSKA 13

**ATANER**[®]

ALKOHOLE WINA CYGARA



LAFRODO

*10% rabatu na pierwsze zakupy**

Salon Poznań Galeria MM

ul. Święty Marcin 24
61-805 Poznań
Tel: 453 411 556
sklep@lafrodo.pl

Godziny otwarcia:

Pon. 12:00-20:00
Wt.-Sob. 11:00-20:00
Niedziela nieczynne

**rabat dotyczy całej oferty win, akcja trwa do 31.12.2023r.*



Co nowego na budowie przy ul. Towarowej 45?

Na naszej budowie przy ul. Towarowej 45 do końca zbliżają się prace elewacyjne. Wewnątrz budynku zakończyliśmy wykonywanie posadzek a także prac związanych z instalacjami elektrycznymi i sanitarnymi. Aktualnie montujemy windy oraz drzwi wejściowe do mieszkań. Prowadzimy prace dekarские na dachu budynku. Na dachu budynku instalowane są konstrukcje pod klimatyzatory. Na balkonach kładzione są płytki oraz montowane balustrady i ich przeszklenia. Budynek zostanie oddany do użytku w maju 2024 r. Towarowa 45 to jeden z najbardziej atrakcyjnych adresów w Poznaniu i piąty budynek Atanera przy moście Dworcowym. To już nasza mała dzielnica w samym centrum miasta.

Magazyn Mieszkańców Atanera

MOJE *m*

Redakcja:

dr Magdalena Szulc z zespołem

Wydawca: Ataner Sp. z o.o.,

ul. Towarowa 35, 61-896 Poznań

Kontakt: mojem@ataner.pl

DTP i grafika: Circular Design

Druk:

Axos Group

biuro@axosgroup.eu

www.axosgroup.eu

Wesołych Świąt Bożego Narodzenia.

*Ciepłych w sercu, mroźnych na zewnątrz.
Rodzinnych i tych wymarzonych
A także realizacji wszystkich planów
w Nowym Roku*

życzą

Zarząd i Pracownicy ATANER Sp. z o.o.







OS. ŚWIERZAWSKA 13

NOWA INWESTYCJA NA MARCELINIE

Wkrótce rozpoczniemy sprzedaż mieszkań w naszej nowej inwestycji na Marcelinie, która zostanie oddana do użytku wiosną 2026 r. Świerzawska 13 to spokojne osiedle, które powstaje na poznańskim Grunwaldzie w pobliżu Łasku Marcelesińskiego. Osiedle składać się będzie z dwóch etapów. W pierwszym powstanie budynek o wysokości od 6 do 11 kondygnacji. Znajdą się w nim funkcjonalne mieszkania z balkonami lub tarasami o powierzchniach od 40 m² do 106 m². Na parterze będą lokale usługowe. Sklepy i usługi znajdują się także na sąsiednich osiedlach wybudowanych przez Ataner: os. Marcelein, os. Nowy Marcelein i Świerzawska 4. Niedaleko jest CH King Cross, a dojazd do centrum zajmuje ok. 15 minut.

Bezpiecznie i rodzinie wśród zieleni

Na osiedlu powstanie plac zabaw dla dzieci oraz centrum sportowe z siłownią. Po męczącym dniu będzie można odpocząć i porozmawiać z sąsiadami na dziedzińcu. Dzięki systemowi monitoringu, portierni ochrony oraz podziemnej hali garażowej, każdy poczuje się bezpiecznie.

Znajdujący się w sąsiedztwie Łasek Marcelesiński zajmuje powierzchnię 230 hektarów, jest więc gdzie spacerować czy biegać. W Łasku znajduje się staw, place zabaw dla dzieci i miejsca na ognisko. Tereny te są atrakcyjne nie tylko latem, ale przez cały rok. Mieszkańcy osiedla będą je mieć na wyciągnięcie ręki.

Osiedle Świerzawska 13 zostało zaprojektowane w Pracowni Architektonicznej Michała Domagalskiego.





JAK PRZETRWAĆ ZIMĘ W MIEŚCIE? JOGOWE OSIĘDBANIE.

Okres jesienno -zimowy w Polsce jest dla wielu z nas wyzwaniem. Dni są krótkie, szarobure, a kiedy wstajemy i wracamy z pracy, jest już ciemno. Deszcz, chłód, mróz- na dworze jest zwyczajnie nieprzyjemnie. Często dopada nas też przeziębienie. Niektórzy najchętniej zahibernowaliby się, aż do wiosny. Są jednak na to sposoby jak przeżyć ten czas i nie zwariować, a może nawet polubić zimę.

Możemy spędzić ją aktywnie, gdy spadnie śnieg wyjść na spacer. Warto pomyśleć o systematycznej aktywności fizycznej. Jeśli mamy dzieci, możemy wybrać się wspólnie na tyżwy, basen, trampoliny, czy ścianę wspinaczkową- przypomnieć sobie, jak to jest poczuć się znowu jak dziecko. Odciągniemy nasze pociechy od monitorów i szkolnych obowiązków. Spędzimy z nimi wspólnie czas, dodatkowo doładowujemy się endorfinami.

A gdyby tak w tym codziennym pędzie pomyśleć o sobie? Zrobić dla siebie coś przyjemnego, rozpieścić się i zaopiekować sobą? Zaszyć się pod kocem czytając zimową opowieść, wachając aromatyczne świeczki o zapachu pomarańczy i goździków. Pijąc rozgrzewające napary z imbiru, miodu i cytryny. A kiedy już wygrzejemy się i doczytamy

lekturę, możemy kupić ciepłe skarpetki oraz piękną, wełnianą czapkę, dzięki której nie zmarzniemy, czekając na autobus na zajęcia... jogi. Jeśli w domu dzieci czy obowiązki domowe nie dają nam nawet pomyśleć o czytaniu, chociaż przez chwilę, to tym bardziej warto zarezerwować sobie jedną godzinę w tygodniu, gdzie robimy coś tylko dla siebie. Opiekowanie się samą sobą- osiedbanie- to higiena naszego układu nerwowego i profilaktyka zdrowia psychicznego. A to jest szczególnie ważne zimą, kiedy brakuje słońca.

Dlaczego akurat joga jest aktywnością, do której tak szczególnie namawiam i dlaczego, w ostatnich latach zyskała tak na popularności? Gdzie tkwi jej fenomen?

Wyobraź sobie godzinę w tygodniu tylko dla siebie. Gdzie w bezpiecznej przestrzeni, w kameralnej grupie spotkasz się z najważniejszą osobą na świecie- ze sobą. Podczas wprowadzenia do zajęć zauważysz swoje ciało, doznania z niego płynące. Joga to nie tylko praca z ciałem, dlatego jest tak wyjątkową aktywnością ruchową. To praca z emocjami, czasami z traumami. Poznasz moc medytacji i uważności. Prowadzone zajęcia są dostosowane do poziomu i energii grupy, czasami bardziej wzmacniamy ciało, czasami rozciągamy. Całość otulona jest wyjątkowymi zapachami olejków eterycznych, które przenoszą nas w dalekowschodnie kraje, krainy pełne tropikalnych kwiatów. Zwieńczeniem zajęć jest relaksacja przy misach tybetańskich, których wibracje zabierają nas w podróżę po naszej podświadomości, głęboko odpuszczają.

Czas jesienno-zimowy to często okres spadku kondycji psychicznej. Przeprowadza się coraz więcej badań, gdzie udowadnia pozytywny wpływ jogi w profilaktyce chorób psychicznych, przede wszystkim na zaburzenia depresyjne.

Ponadto:

-techniki oddechowe uczą prawidłowego oddychania, co jest bardzo istotne dla utrzymania zdrowia i sprawności fizycznej. Przyjęcie prawidłowej postawy i skupienie się na właściwym oddychaniu pozwala lepiej dotlenić organizm, pobudza krążenie i reguluje ciśnienie krwi, ułatwia trawienie i zwiększa intensywność przemiany materii, oczyszcza organizm i usuwa toksyny.

-praktyka jogi wpływa na układ hormonalny. Zmniejsza się poziom hormonu stresu – kortyzolu, co wpływa na obniżenie ilości napięć i sytuacji stresowych

-praktyka jogi wpływa na układ hormonalny. Zmniejsza się poziom hormonu stresu – kortyzolu, co wpływa na obniżenie ilości napięć i sytuacji stresowych. I tu już widzimy poprawę funkcjonowania w społeczeństwie – jesteśmy bardziej odporni na konflikty, poprawia się komunikacja, mamy lepsze relacje z bliskimi. Polepsza się też jakość snu poprzez wyższy poziom melatoniny. No i oczywiście zwiększa się aktywność naszych wewnętrznych dopalaczy szczęścia – endorfin. Zauważamy także podwyższony poziom neuroprzekaźnika GABA. Wyższy poziom GABA powoduje poprawę nastroju i obniża poziom lęku.

-działanie przeciwutleniające i przeciwzapalne. Wiele badań wykazało, że praktyka jogi obniża poziom prozapalnych cytokin, co za tym idzie – obniża stres oksydacyjny, który jest przyczyną wielu chorób: choroby układu krążenia,

nowotwory, cukrzyca. Osoby które praktykują jogę regularnie, od dłuższego czasu, podkreślają, że znacznie rzadziej chorują.

Praktyka jogi powoduje chęć dbania o swoje ciało. Zaczynamy zwracać uwagę na sposób żywienia, zmieniamy nawyki na zdrowsze. Pomaga też w walce z nałogami.

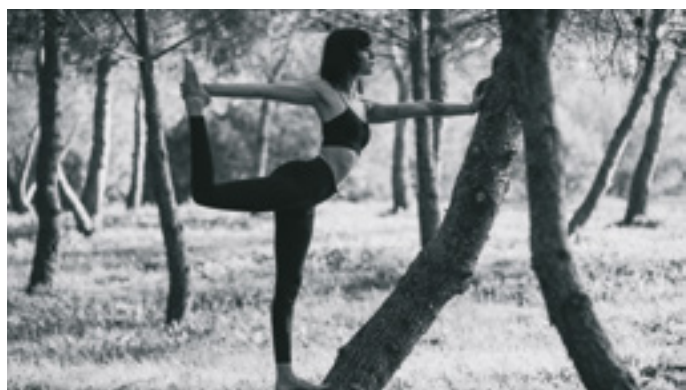
Joga wpływa na całe życie. Pozwól sobie na nowe doświadczenie.

Alicja Lisiecka, nauczycielka jogi. Mój żywioł to ogień, lubię jak dużo się dzieje. Od 5 lat spotykam się z ko-

bietami na macie, to nie tylko zajęcia, ale też kobiecy krąg siostrzanego wsparcia. Podczas zajęć, pracujemy z ciałem w ruchu, w zgodzie z oddechem. Towarzyszą nam uzdrawiające dźwięki i zapachy, które karmią nasze zmysły. Swoje zajęcia prowadzę w „Twojej Przestrzeni na Strzeszynie” na Fieldorfa 6. Znajdziesz nas na Facebooku.

Fb: yogala-joga dla kobiet

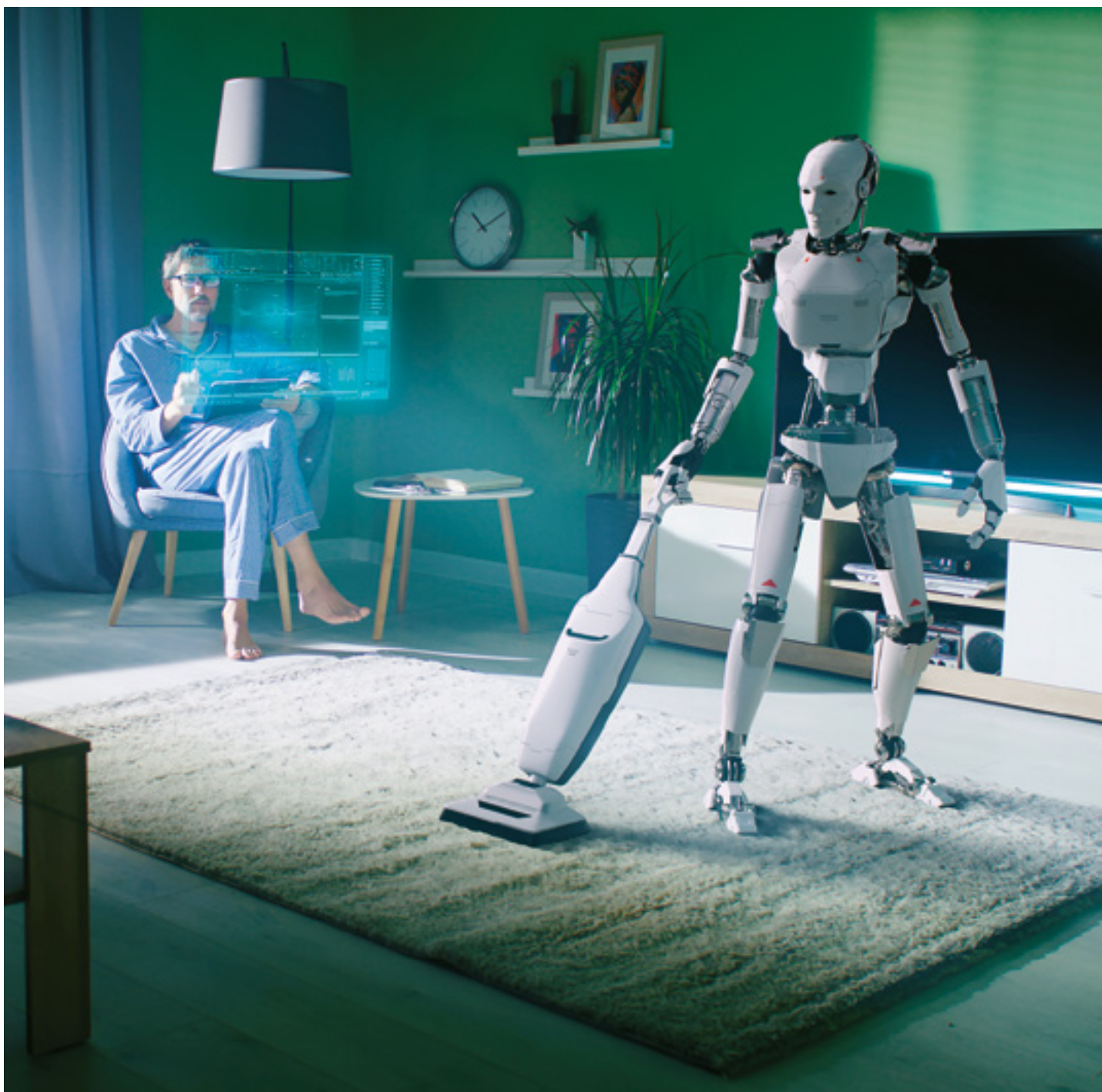
Fb: twoja przestrzeń na strzeszynie



ROBOTY DOMOWE

MOGĄ RADYKALNIE ZMNIJSZYĆ NIERÓWNOŚĆ PŁCI
W ZAKRESIE WYPEŁNIANIA OBOWIĄZKÓW DOMOWYCH

Każdy z nas doskonale zdaje sobie sprawę z tego, jak bardzo czasochłonne potrafią być obowiązki domowe. Gotowanie, pranie czy sprząatanie niestety nadal nie jest równo rozdzielane między dorosłych domowników. Jak temu zaradzić? Technologia wyciąga pomocną dłoń.





W większości gospodarstw domowych kobiety w dalszym ciągu wykonują więcej prac domowych niż mężczyźni. Jednak stopień zróżnicowania jest inny w zależności od konkretnego państwa, kultury, społeczeństwa czy po prostu mieszkających razem osób. Przykładowo w Wielkiej Brytanii mężczyźni w wieku produkcyjnym spędzają około połowę mniej czasu na wykonywaniu obowiązków domowych niż kobiety. W Japonii ta różnica jest znacznie bardziej uderzająca. Japończycy wykonują zadania domowe przez zaledwie 1/3 czasu, który przypada kobietom.

Czas przeznaczony na wypełnianie obowiązków domowych może mieć swoją cenę w postaci wolniejszego rozwoju kariery czy niższych zarobków.

Wzrost automatyzacji gospodarstw domowych mógłby więc zaradzić nierówności płci. Kobiety mogłyby przeznaczać odzyskany czas na rozwój kariery zawodowej czy wypoczynek. Z badań wynika, że umożliwiłby on wejście na rynek pracy dodatkowym 5,8 proc. kobiet w Wielkiej Brytanii i 9,3 proc. kobiet w Japonii. Ale kobiety równie dobrze mogłyby przeznaczyć oszczędzone godziny na rozwijanie hobby czy sport, co skutkowałoby chociażby lepszym samopoczuciem.

Rozwój technologii sprzętu gospodarstwa domowego w latach 50. XX wieku wiązał się z rosnącym udziałem kobiet w rynku pracy. W rzeczywistości jednak zwiększyło się nie tylko zatrudnienie, ale też ilość obowiązków związanych

z życiem rodzinnym. Oznacza to, że nadal istnieje duże zapotrzebowanie na pomoc w pracach domowych. Automatyczne odkurzacze czy mopy do podłóg oraz kosiarki to od 2010 roku najczęściej kupowane rodzaje 'robotów domowych'. Ich sprzedaż stale rośnie, a w przygotowaniu są także inne urządzenia, które mogą niedługo wejść na rynek i przejąć pewne obowiązki – również te związane z opieką nad dzieckiem. Należą do nich zautomatyzowane łóżeczka, które mogą reagować na płacz i kołysać dzieci do snu, a także chatboty zaprojektowane w taki sposób, by zwalczały samotność.

Na początku tego roku ukazało się badanie analizujące przyszłość obowiązków domowych w oparciu o przewidywania 65 ekspertów ds. sztucznej inteligencji z Wielkiej Brytanii i Japonii. Wnioski są takie, że w ciągu najbliższej dekady około 39 proc. prac domowych może zostać zautomatyzowanych.

Oczywiście kluczowy jest tutaj rodzaj pracy. Oczekuje się, że około 44 proc. typowych obowiązków domowych, w tym gotowanie, sprzątanie i zakupy, będzie odbywało się z pomocą sztucznej inteligencji. W badaniu największy potencjał automatyzacji dotyczył zakupów spożywczych i wyniósł 59 proc. Z drugiej strony są czynności, które trudno zautomatyzować – dotyczy to m.in. prac w ogrodzie, podlewania roślin, ścierania kurzu z półek czy prasowania. Z tego powodu AI pomoże nam w 'jedynie' 28 proc. zadań związanych z opieką nad domem.



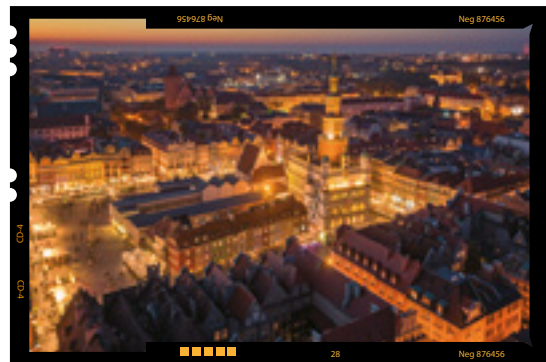
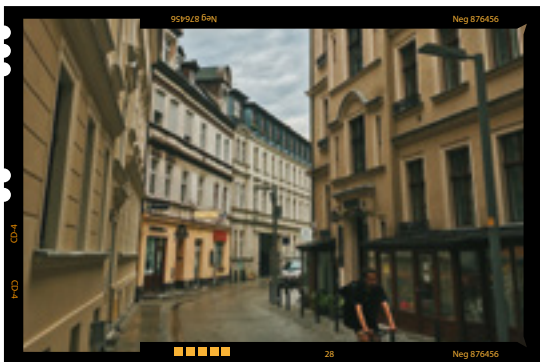
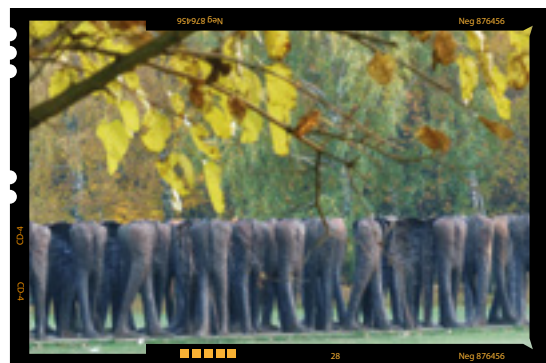
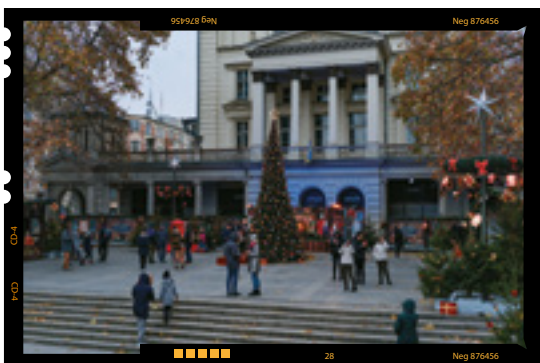
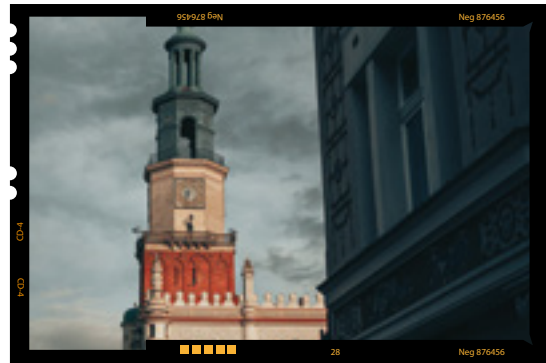
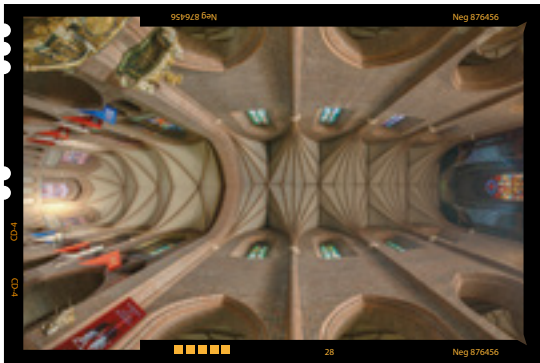
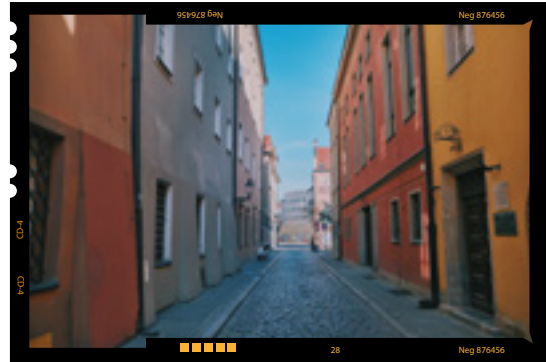
Jak wybrać najlepszy zapach do domu?

Perfumy do wnętrza to popularny sposób na nadanie pomieszczeniu przyjemnego zapachu i stworzenie pozytywnej atmosfery. Mogą one mieć różne formy, takie jak świece, dyfuzory czy spreje, i oferować szeroką gamę zapachów, od kwiatowych i owocowych po ziołowe i korzenne. Najlepiej zdecydować się na zapach, który po prostu lubimy i dobrze się z nim czujemy.

Nie kupujemy zapachów w ciemno, bo taki zakup może okazać się kompletną porażką i stratą pieniędzy. Zapach w mieszkaniu można dostosować też do aktualnej pory roku. Wiosną stawiamy na zapachy świeże i delikatne (konwalie, zapach deszczu, świeżego prania, majowy bez). Latem popularnością cieszą się zapachy owocowe i wakacyjno-egzotyczne (morska bryza, pinacolada, storczyki). Jesienią z reguły chętnie sięgamy po aromaty ciepłe i otulające (dynia z cynamonem, karmel) a zimą te świąteczne i rozgrzewające (zapach piernika, imbir, sosna). Dyfuzor z patyczkami to nic innego jak szklana lub ceramiczna buteleczka wypełniona specjalną mieszanką zapachową, w której zanurza się cienkie drewnienka. Każdy nasączony patyczek przenosi zapach ze słoiiczka na zewnątrz dzięki zjawisku parowania. Co 7 dni zmienia się ich ułożenie (odwraca się je). Świece zapachowe nie tylko pięknie pachną, ale także, szczególnie wieczorem, tworzą miłą, intymną atmosferę. Świece dobrej jakości swoim aromatem potrafią wypełnić dane pomieszczenie jeszcze na długo po ich wygaszeniu. Te o drewnianych knotach podczas palenia wydają dodatkowo dźwięk drewna trzaskającego w kominku. Sporo marek oferuje specjalne perfumy do wnętrza w sprayu. Rozpyła się je jak zwykły odświeżacz powietrza i od razu można cieszyć się ulubionym aromatem. Istnieją też zapachy w spray do specjalnego przeznaczenia. Bardzo popularne są zapachy do pościeli na przykład o zapachu soli morskiej (przypominające wakacje i wietrzny dzień na plaży) i lawendy (działanie uspakajające i ułatwiające zasypianie).



PIĘKNY POZNAŃ





Dialogi osiedlowe

cykl spostrzeżeń życiowych opartych o życie na poznańskim osiedlu, gdzie codziennie rozgrywają się ludzkie szczęścia, dramaty i sytuacje kuriozalne.

- Marcin, co znaczy po angielsku "why"?
- Dlaczego.
- Tak tylko pytam.



Copyright © Małgorzata Derwich-Pawela

Rys. Henryk Derwich. Spuścizna po Henryku Derwichu znajduje się w Zbiorach Specjalnych Biblioteki Uniwersyteckiej w Poznaniu.



Horoskop. Co przyniesie 2024 rok? przepowiada wróżka Renata



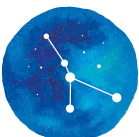
KOZIOROŻEC
22.12 - 19.01

Prawdopodobnie często zauważyłeś/aś, że są chwile w życiu, kiedy masz wyjątkową charyzmę i otrzymujesz niecodzienne komplementy. Właśnie to robi Pluton jako władca roku. Dosłownie kieruje potencjalnych partnerów i nowe szanse do twojego życia, abyście mogli się spotkać. Twoje relacje staną się głębsze, szczęśliwsze i bardziej satysfakcjonujące.



BARAN
21.03 - 19.04

Baran żyje od wiosny do jesieni, w okresie tym mając w głębokim poważaniu sprawy zawodowe. Zaczyna się bowiem dla Barana sezon działkowy. Laptopa służbowego otwiera w tym czasie jedynie z musu, oferty ze dwie wyśle, na mejla odpowie, telefon odbierze, a w międzyczasie, ściskając w rękę osiemnaste wydanie legendarnej już publikacji „Działka moje hobby”, planuje, jak by tu zoptymalizować uprawę pomidorów i wyplewić chwasty z grządek rukoli. A tu zima się zbliża, trzeba się zająć prawdziwą pracą. Baran zamiast cieszyć się z plonów, załamie się, jak zwykle o tej porze roku.



RAK
22.06 - 22.07

To, jak się czujesz, jest tym, czym emanujesz. Dlatego można się spodziewać, że będziesz mieć wspaniałe doświadczenia w 2024 roku. Neptun gwarantuje ci magiczną aurę, która oczarowuje innych. Będziesz emanować tym, za czym tęsknią ludzie: niezawodnością, czułością, wewnętrznym spokojem. Od października gwiazdy zapowiadają szczególnie ekscytującą jesień.



WAGA
23.09 - 22.10

Już na początku roku Wenus uśmiecha się do Wagi życzliwie. Życie miłosne jest zaprojektowane zgodnie z twoimi upodobaniami, potrzebami i pragnieniami. Jeśli twój związek nie jest już tak dobry, możesz skorzystać z gwiazd i wnieść do niego więcej ognia. Wagi mają wszystkie atuty potrzebne do satysfakcjonującej relacji. Ich urok jest po prostu nie do odparcia i dlatego single w maju i czerwcu mają największe szanse, aby w końcu zatopić się w ramionach osoby, która jest dla nich naprawdę odpowiednia.



WODNIK
20.01 - 18.02

Na wiosnę obudzą się w Wodniku tłumione dotąd żądze, a wiążąc się one będą z nikim innym jak z Panem Kanapką. Pan Kanapka od paru lat już dostarcza do firmy bagietki i soczyste pomidorki, ale jakoś do tej pory Wodnik nie miał śmiałości, by myśleć o tym związku poważnie. Nadal się waha, bowiem nie do końca jest wolny. Tak nagle rzucić wszystko i uciec z Panem Kanapką? Cierpi w milczeniu, gdy kupuje od ukochanego sałatkę.



BYK
20.04 - 22.05

Byki znajdą spełnienie, którego szukają. W lutym i od połowy marca Wenus ma kilka wspaniałych niespodzianek. Single mogą liczyć na ciekawe spotkania. Kiedy w maju Wenus znajdzie się w twoim znaku, zobaczysz ukochaną osobę w innym świetle i odkryjesz w niej zupełnie nowe uroki. Kiedy Mars zrówna się z twoim znakiem w listopadzie i grudniu, mogą pojawić się konflikty. Jednak pamiętaj: burza oczyszcza powietrze i zyskujesz przejrzystość. Przetom roku kończy się namiętnością i zakochaniem.



LEW
23.07 - 23.08

Horoskop dla Lwów przewiduje, że jeśli chcą w życiu posunąć się dalej, będą musieli opuścić swoją strefę komfortu i zmienić swoje zwyczaje. Nie bój się robić czegoś inaczej niż jesteś przyzwyczajony! Staraj się dostosować do nowych okoliczności, które spotkają cię w 2024 roku, a sam będziesz zaskoczony, jak mała osobista zmiana może zdziałać cuda w kierunku poprawy.



SKORPION
23.10 - 21.11

Nękany kryzysem wieku średniego Skorpion porzuci nudną pracę w dziale księgowości i kupi sobie gitarę. Nie grał od czasów podstawówki, gdy razem z kolegami z osiedla śpiewali w piwnicy przeboje De Mono. Wszystkie dziewczyny kochały się wtedy w Skorpionie, Skorpionowi marzyła się wielka kariera, estrada, telewizja, festiwal w Sopocie. Nikt o Skorpiona nie podejrzewa, ale prawda jest taka, że gdy pracuje nad miesięcznym bilansem, to wciąż sobie coś nuci pod nosem. W końcu Skorpion powie basta, zamknie bilans kwartalny i rozpocznie w swoim życiu całkiem nowy rozdział.



RYBY
19.02 - 18.03

Ryby kupią sobie na wiosnę skuterek, ale będą bały się nim jeździć do pracy z uwagi na przerażający o tej porze roku ruch uliczny. Raz się przejadą, natykają spalin, zgubią szalik, ktoś na nich zatrąbi, a to nie tak przecież miało wyglądać! Ryby miały skuterkami sunąć przez miasto jak Gregory Peck w „Rzymskich wakacjach”. Jedną ręką zmieniać biegi, drugą wrzucać selfie na Instagram. Tymczasem ograbione z szalika i godności Ryby usiądą w swoim fotelu, a zapytane o skuterek tylko założą na uszy słuchawki.



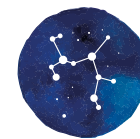
BLIŹNIĘTA
23.05 - 21.06

Horoskop dla Bliźniąt ma wiele do zaoferowania. Zwłaszcza od maja, kiedy Jowisz będzie w twoim znaku, będziesz z jeszcze większą determinacją zabiegać o oferty i dawać z siebie wszystko, aby odnieść sukces. Sporo Bliźniaków zdecyduje się także na dalsze szkolenie. Jowisz nie tylko motywuje, ale poprowadzi na właściwą ścieżkę, a tym samym do sukcesu. Tylko kwiecień jest trochę trudny. Warto zachować spokój.



PANNA
24.08 - 22.09

Na początku roku prawdopodobnie będziesz bardzo zajęty/a. To samo w sobie nie powinno cię zaskoczyć, ponieważ jesteś już od dawna przyzwyczajony/a do ciągłej walki z czasem, ale ten niespodziewany pośpiech na początku roku wpłynie na twoje życie w kolejnych miesiącach. Zaganianie i zajętość wpłyną na wszystkie sfery życia. Na szczęście wszystko będzie pozytywne. Praca powinna iść łatwo, co prawdopodobnie przyniesie ci lepszą pozycję lub awans.



STRZELEC
22.11 - 21.12

Masz dobre wycucie, gdy coś jest nie tak. Widzisz od razu, kiedy ktoś chce cię wykorzystać lub oszukać. A ten dar może zaprowadzić cię bardzo daleko. Jowisz sprawi, że nie przegapisz już żadnej okazji. W listopadzie od razu rozpoznasz, co należy zrobić. I odniesiesz sukces. Pozornie przypadkowe spotkanie pomoże i przyniesie szczęście.

HO, HO, HO... IDĄ ŚWIĘTA!



- Pani Kaczmarkowa! Podobno pani mąż przed świętami złamał nogę?
- Tak, robiłam kotlety i posłałam starego do piwnicy po pyry. Zachwiał się, spadł ze schodka i noga złamana.
- No i co pani zrobiła kochanieńka?
- Ryż!

Takie rozmowy da się słyszeć na moim osiedlu. Ogólna krzątanina. Trzeba posprzątać chałupę, zrobić zakupy. W sklepach przedświąteczna nerwowość.

Do osiedlowego spożywczaka przychodzi student z Azji i mówi:

- Dziń dobry, ci jest mąka?
- Nie ma mąka! -odpowiada poirytowana sklepowa.
- A ciemu pani uziwa mianownika zamiast dopełniacza?

Zakupy spożywcze to jedna sprawa, a prezenty to druga. Młodzież kupuje je przez Internet. Takie stare repy jak ja wolą tradycyjną formę, dlatego z zadyszką biegam po sklepach.

No ale mój sąsiad z naprzeciwka pomimo, że starszy ode mnie, to zakupy robi przez telefon.

- Halo, czy to firma „Święta na telefon”?
- Tak.
- Co można u was zamówić?
- Mikołaja, Śnieżynkę, elfy, renifery, prezenty...
- To poproszę dwie Śnieżynki i pół litra wódki!





Tymczasem dzieciaki niecierpliwie czekają na Gwiazdora, bo w Poznaniu na Boże Narodzenie prezenty przynosi Gwiazdor. Poznański Gwiazdor wyglądał kiedyś jak biskup. Miał pastorał i mitrę lub tiarę. Jak ktoś nie wie o czym piszę to niech sobie „wyogoluje”. Obecnie wszystko się zmieniło. Gwiazdor upodobnił się do Santa Claus'a - dobrotliwego staruszka z białą brodą w czerwonym kubraku i czerwonych portkach oraz czapce krasnala - postaci stworzonej przez amerykańskiego ilustratora Haddona Sundbloma w 1931 r., dla koncertu Coca-Cola, a Święta Bożego Narodzenia przemianowane na Gwiazdkę, bardzo się skomercjalizowały. Dawniej w święta padał śnieg i mrozy były takie, że termometr pukał w okno, bo chciał wleźć do środka. Tylko bałwanowi było obojętnie, bo śnieg ani go parzył, ani ziębił. Teraz na święta zazwyczaj śniegu nie ma, ale za to jest więcej bałwanów. Wystarczy włączyć telewizor.

Wspominam swoje dawne Gwiazdki i tza mi się w oku kręci. No ale nikt nie jest całe życie dzieckiem. Dzieciństwo kończy się wtedy, kiedy pragniesz, aby Twoje marzenia spełniał nie Gwiazdor, ale jego wnuczek. Starość zaczyna się wtedy, kiedy już jesteś na tyle zamożny, że stać cię na wnuczkę Gwiazdora i kiedy ona wychodzi na noc twierdząc, że umówiła się na plotki z koleżanką, a ty jesteś szczęśliwy, że nareszcie możesz się wyspać. Ja w obawie, że na starość nikt nie poda mi szklanki wody przestawiłem się na wino.

A tak w ogóle to obojętnie czy jesteśmy starzy, czy młodzi... czy jesteśmy jeszcze dziećmi - magiczny czas Świąt Bożego Narodzenia wprowadza wszystkich w zachwyty. Zadziwia nas magia świąt.

Zadziwił się nawet sam Gwiazdor, kiedy zapytał małego chłopca w przedszkolu, kto jest u niego najstarszy w rodzinie?

-Pra, pra, pra, pra... babcia.

-Ależ to niemożliwe chłopczyku!

-Dla, dla, dla, dla... cego?

Kiedy mówimy o whisky większości z nas na myśl przychodzi spowite mgłą szkockie wrzosowiska, lub malownicze krajobrazy zielonej Irlandii. Myśli części z nas pobiegną do odległej Japonii, a miłośnicy bourbona udadzą się za wielką wodę do Stanów Zjednoczonych. A co powiecie jeśli w poszukiwaniu złotego trunku udamy się w podróż do Indii?

Mariusz Masiak / WHISKY & Cognac CLUB



Paul John

PAUL JOHN - WHISKY Z INDII



Przepiękne, dziewicze, piaszczyste plaże, turkusowe wody oceanu, urocze rozlewiska, wioski położone wśród pól ryżowych, pełna przypraw i kolorów kuchnia, gościnni i przyjaźnie nastawieni mieszkańcy i bogate dziedzictwo kulturowe. Zapraszam na Goa - miejsce, w którym czas płynie wolniej, w którym nie musimy się spieszyć - dokładnie tak, jak przy tworzeniu dobrej whisky. To tu na tropikalnym zachodnim wybrzeżu Półwyspu Indyjskiego w 2007 roku zbudowano destylarnię whisky single malt należącą do grupy John Distilleries. Powstaje tu whisky destylowana w 100% ze słodu jęczmiennego, co wcale nie jest takie oczywiste w przypadku whisky z Indii. Napoje alkoholowe w Indiach oznaczone na etykiecie jako whisky są w większości przypadków mieszkankami destylatów otrzymanych z fermentowanej melasy i tylko w niewielkiej części (ok. 10-12%) składają się z tradycyjnej whisky destylowanej ze zbóż. Zdecydowanie bliżej więc tym trunkom do rumu niż do tradycyjnej whisky.

Od produkcji takiej „indyjskiej whisky” budowę swojego imperium zaczęła też grupa John Distilleries. Historia firmy sięga roku 1992, kiedy to Paul John, który dzisiaj jest prezesem

firmy, rozpoczął produkcję szerokiej gamy alkoholi włączając w to produkcję indyjskiej whisky produkowanej z melasy. W 1995 roku firma wypuściła na rynek blend Original Choice będący wspomnianą powyżej kompozycją neutralnego alkoholu destylowanego z melasy i whisky słodowej. W 2014 roku ze sprzedażą 126 milionów butelek Original Choice była 8-ą najlepiej sprzedającą się marką whisky na świecie i pierwszą whisky wypuszczoną na rynek w opakowaniu Tetra pack.

Dziś grupa John Distilleries, której siedziba mieści się w mieście Bangalore, posiada 3 destylarnie, a portfolio firmy obejmuje 12 marek alkoholi. Podstawowy alkohol do whisky mieszanej jest destylowany w aparatach kolumnowych, których wydajność wynosi 500 mln litrów rocznie.

Wisienką na torcie jest jednak powstała w 2007 roku destylarnia Single Malt.

Piękny krajobraz Goa stał się inspiracją do stworzenia kilku odmiennych wariantów whisky, nad produkcją której od 2009 roku czuwa Master Distiller Michael John. Jęczmień do produkcji pochodzi z pól leżących u podnóża Himalajów. Whisky Paul John powstaje z charakterystycznej 6-cio rzędowej odmiany jęczmienia, zawierającej więcej skrobi od powszechnie stosowanej odmiany 2-rzędowej.

W destylarni powstaje whisky torfowa i nietorfowa. Co ciekawe potrzebny do produkcji dymnych whisky - torf - sprowadzany jest ze Szkocji, ale proces słodowania przeprowadzany jest w Indiach z wykorzystaniem indyjskiego jęczmienia. Dwukrotna destylacja odbywa się w parze miedzianych alembików mogących produkować dziennie 3000 litrów czystego alkoholu. Świeży destylat trafia do beczek z mocą 63,5%. Do dojrzewania wykorzystywane są głównie starannie selekcyjonowane beczki z amerykańskiego dębu, przechowywane w podziemnych piwnicach z kontrolowaną temperaturą.



Klimat i temperatury na Goa sprzyjają dojrzewaniu whisky. Whisky dojrzewa tu szybciej niż w chłodniejszych regionach. Temperatura na Goa potrafi sięgać 40 stopni, a angel share wynosi ok 8% rocznie. To dużo więcej niż w Szkocji, ale też znacznie mniej niż w centralnej części Półwyspu Indyjskiego gdzie może sięgać nawet 30%. Dzieje się tak za sprawą wilgotnego powietrza

znad oceanu, które tworzy swoistą barierę na powierzchni beczki ograniczając parowanie. Pierwszy ok. 4-letni single malt pojawił się na rynku jesienią 2012 roku. Od maja 2013 roku dostępny jest nietorfowy i dojrzewający w beczkach po bourbonie Paul John Brillance oraz lekko torfowy (ok. 10 ppm) także dojrzewający w beczkach po bourbonie Paul John Edited. Na początku 2014 roku pojawiły się kolejne edycje tym razem tzw. cask strength: Select Cask Classic (55,2%) i mocno torfowy Select Cask Peated (55,5%). Całość uzupełnił wypuszczony na rynek w 2015 roku torfowy Bold butelkowany z mocą 46%.

Whisky Paul John nie ma określonego wieku na etykiecie. W butelkach znajdziemy stosunkowo młodą whisky w wieku 4-6 lat, pamiętajmy jednak o zupełnie odmiennym klimacie panującym na Goa. Mimo młodego wieku whisky zaskakuje bogactwem smaków i aromatów. Znajdziemy w niej nuty przypraw, suszonych owoców, czekolady, marmolady, kokosa, wanilii i miodu, a także w zależności od edycji mniej lub więcej dymnych akcentów.

Nie pozostaje Państwu nic innego jak zakupić butelkę whisky Paul John, usiąść wygodnie w fotelu, nalać sobie szklaneczkę złocistego trunku z Goa, dać mu odetchnąć przez kilka minut, wziąć łyk, zamknąć oczy i poczuć ducha Indii.





Koncert Anity Lipnickiej

Kiedy: 10.12.2023

Gdzie: Aula Artis, ul. Kutrzeby 10

Po 6 latach od wydania albumu „Miód i dym”, Anita Lipnicka powraca z premierowym materiałem i trasą promującą najnowsze wydawnictwo!

O tym, co w tym czasie przeżyła, za czym tęskni, o czym wciąż marzy, czego nie może zapomnieć, dowiecie się już jesienią, kiedy premierę będzie miała jej nowa płyta zatytułowana „Śnienie”. Tuż po ukazaniu się na rynku albumu, artystka wyruszy w trasę, by odwiedzić z koncertami 16 największych polskich miastach. Bilety na koncerty Anity Lipnickiej już dostępne.

„Nie mogę zdradzić zbyt wiele. Mogę tylko obiecać, że będziecie wniebowzięci!” - tak swoje występy zapowiada Anita.

GOLEC uORKIESTRA

KONCERT KOŁĘD I PASTORAŁEK



ZIMOWA TRASA 2023/2024

Koncert Golec uOrkiestra

Kiedy: 28.12.2023

Gdzie: MTP Poznań Congress Center

Golec uOrkiestra serdecznie zaprasza na wyjątkowy koncert kolęd i pastorałek. Świąteczno-noworoczny koncert to wydarzenie, na którym słyszycie najpiękniejsze polskie kolędy i pastorałki. Wraz ze swą rodzinną orkiestrą, zapraszają do wspólnego kolędowania, zostawiając nas w magicznym okresie Świąt Bożego Narodzenia. Zespół gwarantuje, że choć na chwilę pocujemy góralski bożonarodzeniowy klimat. Niezwykle pozytywna energia i mnogość dźwięków wykorzystywanych przez zespół to gwarancja doskonałej zabawy na wysokim poziomie. Przyjdź na koncert, by przekonać się o mocy kolęd Golec uOrkiestry!



Betlejem Poznańskie

Kiedy: do 07.01.2024

Gdzie: MTP, Plac Wolności

Podobnie jak w latach ubiegłych sercem poznańskiego Jarmarku Bożonarodzeniowego będzie Plac Wolności, gdzie potrwa on do 7 stycznia 2024 r. Jarmark będzie odbywał się także na Międzynarodowych Targach Poznańskich (do 22.12). Program wydarzeń będzie bardzo bogaty, zawiera m.in. występy artystyczne, warsztaty dla dzieci i młodzieży oraz wydarzenia charytatywne. Na stoiskach będzie można zaopatrzyć się w upominki dla naszych bliskich i wczuć się w atmosferę Świąt. Ponadto w drugi weekend grudnia na MTP odbędzie się Ice Festival, gdzie będzie można podziwiać rzeźby lodowe.



Wystawa O dzieleniu. Sztuka na granicy (polsko-niemieckiej)
Kiedy: do 17.12.2023 r.

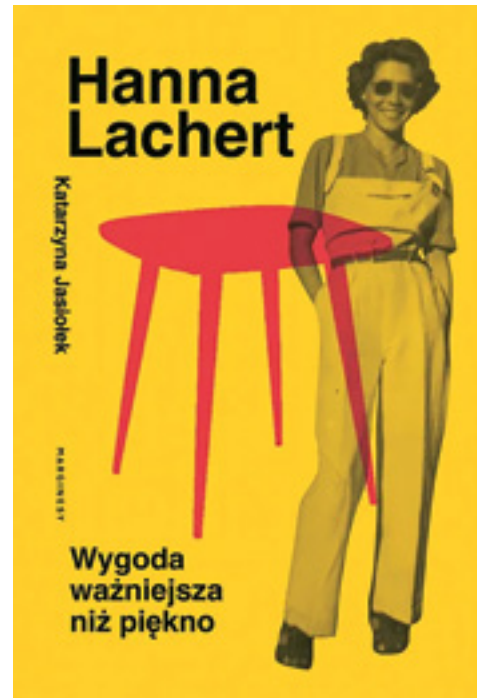
Gdzie: Muzeum Narodowe w Poznaniu

Border art – sztuka powstająca na granicy

Granice są konstruowane przez ludzi i dla ludzi; mają moc wykluczania i wskazywania, kto jest tym Innym, tym Obcym, który musi pozostać poza linią podziału. Powstają poprzez rysowanie linii na mapach w miejscach wskazanych przez tych, którzy są aktualnie przy władzy. Stanowią efekt współpracy rządzących polityków i kartografów. Tzw. granice naturalne nie istnieją – mimo że często przebiegają na rzekach czy pasmach górskich.

Nie dziwi więc, że artyści i artystki czują potrzebę kwestionowania granic i kontrolujących je organów. W ten właśnie sposób narodził się nurt zwany border art, który jest definiowany jako sztuka powstająca na granicy, wobec granicy, a także przeciwko granicy. Celem wystawy „O dzieleniu...” jest prezentacja dzieł sztuki współczesnej oraz tych z XIX w., które z dzisiejszej perspektywy również mogą być przypisane do nurtu border art. Sztuka odnosząca się do konkretnej granicy polsko-niemieckiej i jej skomplikowanej historii jest prezentowana na tle dzieł analizujących status i kondycję granic w ogólności. Granice w ramach wystawy są traktowane jako znaki pamięci, które z kolei wiążą się ze zbiorowymi i indywidualnymi wspomnieniami, traumami i marzeniami. W kontekście wystawy podwójne znaczenie terminu „dzielenie” (jako rozdzielanie, lecz także wspólne posiadanie i doświadczenie) zostanie potraktowane jako punkt wyjścia do rozumienia granicy i regionu granicznego nie tylko jako politycznej i terytorialnej linii podziału, lecz także jako strefy wymiany i potencjalnego współdziałania.

W ramach wystawy pokazane zostaną głównie dzieła artystek i artystów z Polski i Niemiec, lecz również z Palestyny (Taysir Batnij) czy Ukrainy (Vitalii Shupliak). Prace te wykorzystują różnorodne media: od malarstwa, poprzez obiekty i instalacje, po wideo. Sztuka przekroczy również granicę samego gmachu Muzeum Narodowego i znajdzie się w przestrzeni publicznej Poznania, wychodząc do mieszkańek i mieszkańców miasta: w trakcie wernisażu oraz przez pierwsze trzy dni trwania wystawy zaprezentowane zostaną interaktywne projekty „Mobilistan” Manafa Halbouni i Christiana Manssa, „Mobile Art Space” Heike Gallmeier oraz „Wędrująca boja” Anne Peschken i Marka Arsky’ego. Będzie można dostać obywatelstwo jedyne mobilnego państwa na świecie, obejrzeć auto, którym Gallmeier odbyła podróż wzdłuż granicy polsko-niemieckiej, i odpowiedzieć na pytania dotyczące tego, co „poniemieckie” w Poznaniu.



Niezwykły portret jednej z najwybitniejszych polskich projektantek sztuki użytkowej. Hanna Lachert słynie głównie jako autorka projektu tapicerowanego krzesła Muszla z charakterystycznym „guzikiem” i kwadratowego stolika z zaokrąglonymi narożnikami i z czarną szklaną płytą umieszczoną na drewnianym blacie, które należą dziś do klasyki wzornictwa lat 50. XX wieku. Chociaż należy do czołowych powojennych projektantek mebli dla Spółdzielni Artystów „Ład”, projektowała nie tylko sprzęty, lecz także setki wnętrz – mieszkań, sklepów, kawiarni, hoteli, przychodni. Pomiędzy zleceniami dla „Ładu” i Przedsiębiorstwa Państwowego Pracownie Sztuk Plastycznych tworzyła własne projekty, które sprzedawała w Desie: lampy, meble o metalowych konstrukcjach, a także biżuterię z... dość zaskakujących materiałów. Poza tym bawiła się, podróżowała po świecie, szusowała na nartach, wygłupiała się na balach, rozwiodła się, by wyjść za mąż za miłość swojego życia, i wędrowała po górach, czym zyskała sobie w rodzinie przydomek Powierucha.



Balkon jako część wspólna nieruchomości

... wydatki na konserwację tych elementów balkonu, które są trwale połączone z budynkiem - obciążają wspólnotę mieszkaniową.

Bardzo często właściciele lokali mieszkalnych są zaskoczeni gdy słyszą, że balkony i tarasy są częścią wspólną nieruchomości, a nie częścią lokalu mieszkalnego, który zakupili. Formalnie ujmując sprawę, balkony i tarasy są częścią wspólną nieruchomości, ale przeznaczoną do wyłącznego użytku właściciela lokalu do którego przylegają.

Wydawać mogłoby się, że jest to zagadnienie o charakterze akademickim, które ma znaczenie wyłącznie dla prawników. Ma ono jednak wpływ na podział obowiązków w zakresie utrzymania balkonów i tarasów pomiędzy właściciela lokalu a wspólnotę mieszkaniową.

Kto płaci za konserwację - właściciel lokalu czy wspólnota mieszkaniowa?

Zasadniczo przyjmuje się, że właściciel lokalu mieszkalnego ponosi wydatki związane z utrzymaniem w należyтым stanie balkonu ponieważ służy on zaspokajaniu potrzeb

mieszkaniowych osób zamieszkających w tym lokalu. Jednakże wydatki na konserwację tych elementów balkonu, które są trwale połączone z budynkiem - obciążają wspólnotę mieszkaniową.

Przykładowo płytki na tarasie / balkonie nie stanowią części wspólnej nieruchomości - i za ich utrzymanie odpowiada właściciel lokalu. Natomiast do nieruchomości wspólnej należą - elementy architektonicznej konstrukcji balkonu trwale połączone z bryłą budynku i na ogół usytuowane na zewnątrz w stosunku do przestrzeni wykorzystywanej do wyłącznego zaspokajania potrzeb mieszkaniowych przez osoby zamieszkałe w lokalu.



dr Piotr Szulc
radca prawny

„Nieważne, byle zdrowe było” – taką odpowiedź słyszymy dość często, gdy pytamy przyszłych rodziców, o to czy chcieliby mieć dziewczynkę, czy chłopca. I oczywiście to nic złego. Takie pytanie też raczej nikogo nie dziwi – w przeciwieństwie do innego, niezbyt często zadawanego, mimo iż przecież ważniejszego: „Czego oczekujesz od swojego dziecka?”. Już oczyma wyobraźni widzę spojrzenie osoby, która miałaby udzielić odpowiedzi na to pytanie...



Przepis na dziecko szczęśliwe

Niby wiemy, że dzieci nie rodzą dla siebie tylko dla świata. Że są odrębnymi istotami, mającymi prawo do samodzielnych wyborów i decyzji. Do popełniania błędów. Do wybierania własnych dróg. ALE... No właśnie. Zdarza się – czasem świadomie, czasem nie, że oczekujemy od swoich pociech, że będą spełniały nasze wymagania. Chcemy, by były grzeczne – zazwyczaj przede wszystkim w towarzystwie innych osób, „żebyśmy nie musieli się wstydzić”. Że będą interesowały się piłką nożną (lub jakimkolwiek innym sportem, byleby był to ten, który my lubimy). Albo – bo to przecież oczywiste, że na przykład będą umiały pływać. A na starość (naszą) zaopiekują się potrzebującą pomocy mamą lub potrzebującym pomocy tatą. Zdarza się, że pragnienia dorosłych przesłaniają to, czego chcą dzieci. A to przecież ich życie. I tylko żyjąc w zgodzie ze sobą będą szczęśliwe.

Poprzeczka (za) wysoko podniesiona

„Czego oczekują od Ciebie Twoi rodzice?” – nastoletni Antek zapytał o to swoją koleżankę. Zosia zastanowiła się... „Chcę, żebym była dobrym i szczęśliwym człowiekiem” – odpowiedziała. „Tylko tyle?” – zdziwił się chłopak. I posmutniał, bo w jego rodzinie jest zupełnie inaczej...

Mama Antka jest profesorem, wymaga więc sporo nie tylko od swoich studentów, ale i od syna, ale nie trzeba piastować wysokiego stanowiska, by oczekiwać od swojej pociechy zbyt wiele i/lub nie dostrzegać tego, o czym marzy syn czy córka. Nadmiernie ambitny rodzic to zmęczone, zestresowane i często nieszczęśliwe dziecko. Zbyt duże oczekiwania mogą też przyczynić się do popsucia wzajemnych relacji. Rodzą obawy, bo syn czy córka boją się o coś zapytać, żeby przypadkiem nie usłyszeć „No jak to, ty tego nie wiesz, ja już w twoim wieku...”, przyznać się do błędu – „Kto to widział, taki duży, a...” czy podzielić radością, że dobrze poszedł bardzo trudny sprawdzian – „Dostałeś tylko czwórkę? A czemu nie piątkę, szóstkę”.

Jakby tego było mało, według amerykańskich naukowców, którzy przeprowadzili badania na ponad 12 tysiącach uczniów i ich opiekunach, zbyt wysokie aspiracje rodziców wpływają na pogorszenie osiągnięć szkolnych dzieci. Poczyna się za to świadomość, że w momencie gdy rodzicielskie aspiracje nie przekraczają realistycznych oczekiwań, wówczas następuje wzrost osiągnięć naukowych. Podnoszenie poprzeczki samo w sobie nie jest więc niczym złym – o ile nie zostanie ona podniesiona zbyt wysoko.

„Inwestycja w dziecko”?

Przez pierwsze lata życia to zazwyczaj właśnie rodzice zaspokajają potrzeby swoich dzieci. Nie tylko karmią czy kupują ubrania, ale też posyłają na dodatkowe zajęcia i po prostu się nimi zajmują. Taka jest rola rodziców, to oni (dorośli) podejmując decyzję o zostaniu mamą czy tatą wzięli na swoje barki wszystko, co się wiąże z posiadaniem dziecka. Nie wszyscy o tym pamiętają... i wypominają przez następne lata na przykład to, że w ciągu nocy trzeba było się budzić i wstawać do płaczącego niemowlęcia lub wymagają, by „na starość” pociecha odwdzięczyła się za wszystko, co dla niej zrobiliśmy, podając przysłowiową szklankę wody. A przecież nie tędy droga. To my, dorośli, powołaliśmy nasze dzieci na świat – one na to wpływu nie miały. I warto pamiętać o tym, iż dziecko to nie inwestycja zapewniająca spokojną przyszłość, tylko odrębny człowiek mający swoje marzenia i pasje. Jego szczęście to najlepsze, co może otrzymać każdy rodzic. Więc... czego oczekujesz od swojego dziecka?



Maria Wieczorek – dr nauk społecznych, pedagog, która od lat łączy teorię z praktyką wychowując dwie córki. Obdarzona natręctwem gromadzenia zabawek z PRL-u i starszych oraz książek dla dzieci.



Butter Chicken

W sieci barów Gulliver znajdują Państwo 6 rodzajów sosów z różnych zakątków świata. Specjałem marki jest sos bolognese, sos szpinakowo-śmietanowy, kurczak w sosie słodko-kwaśnym, sos carbonara, chili con carne podawane z nachosami oraz butter chicken o którym przeczytacie poniżej. Do wyboru jako bazę dania mamy ryż lub makaron, można dobrać dodatki do dania, takie jak: jalapeno, groszek, ser, oliwki. W ofercie baru znajduje się również pyszna kawa własnej receptury z syropami sezonowymi i pyszne brownie.

Butter Chicken to popularne danie kuchni indyjskiej, które charakteryzuje się kremowym, lekko pikantnym sosem o wyjątkowym smaku. Oto krótki opis tego sosu:

Składniki sosu Butter Chicken:

1. Masło: nadaje bogaty smak i konsystencję.
2. Kurczak: sos jest podawany z kawałkami kurczaka, które są często marynowane w jogurcie i przyprawach, co nadaje im soczystość i smak.

3. Pomidory: sos uzyskuje intensywny kolor i smak dzięki pomidorom, które są często używane w postaci sosu pomidorowego lub krojonych pomidorów.

4. Śmietanka: sos jest kremowy dzięki dodatkowi śmietany, co nadaje mu gładką teksturę.

5. Cebula i czosnek: te składniki są podsmażane na maśle klarowanym, aby nadać sosowi głębi smaku.

6. Przyprawy: sos Butter Chicken jest aromatyzowany przyprawami, takimi jak imbir, kardamon, gałka muszkatołowa, cynamon, kolendra i inne, które nadają mu charakterystyczny smak kuchni indyjskiej.

7. Jogurt: często używa się jogurtu w marynacie kurczaka, aby nadać mu miękkość i równocześnie złagodzić smak.

Sos Butter Chicken jest zwykle podawany z ryżem, który pomaga złagodzić jego pikantność. To danie jest uwielbiane na całym świecie ze względu na swoje smaczne połączenie przypraw i kremowego sosu.



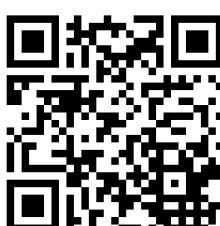
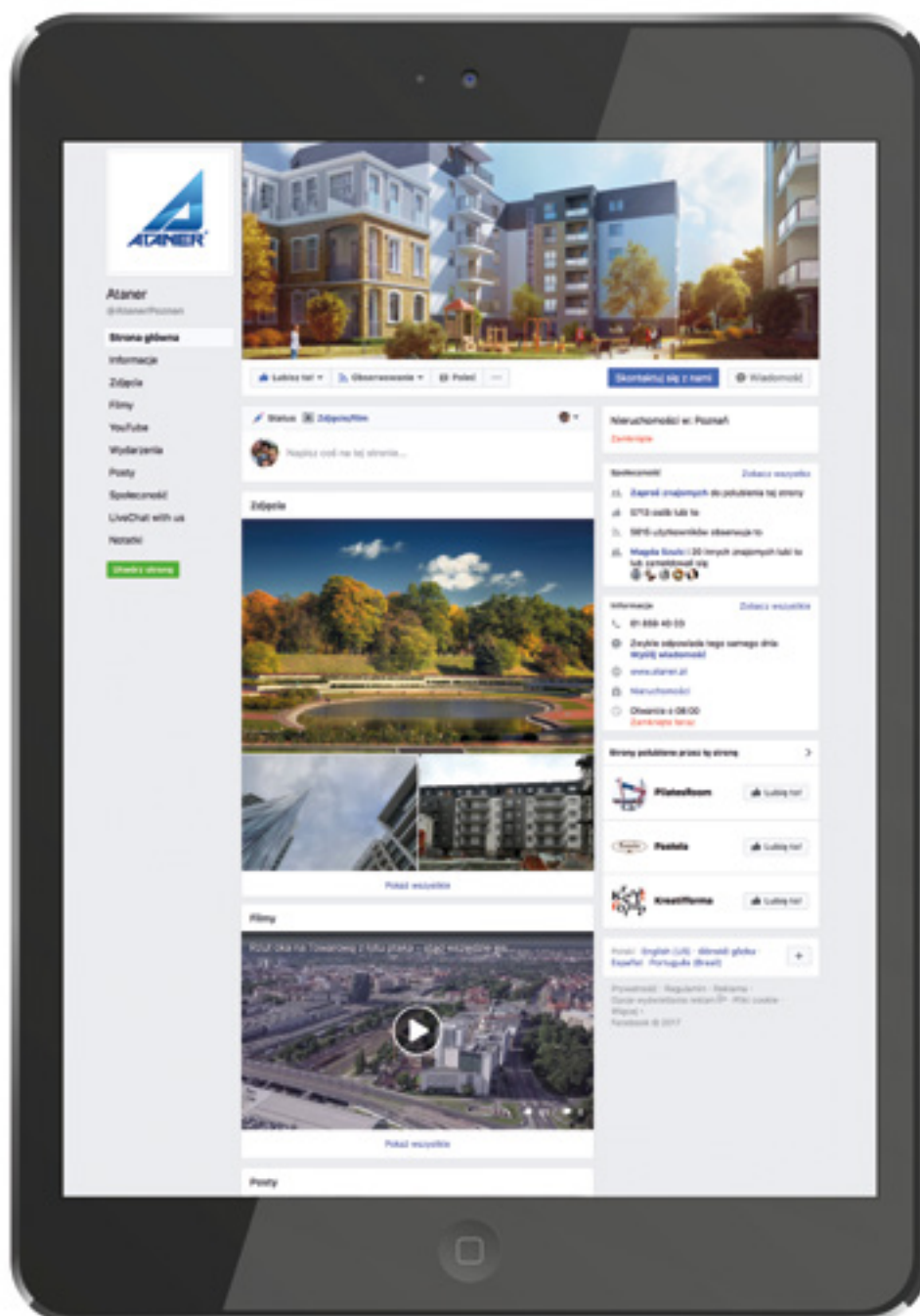
Gulliver Bar

ul. Marcelińska 96/204,
60-324 Poznań
(os. Marcelein)



Chcesz więcej?

Polub nas na Facebook-u!



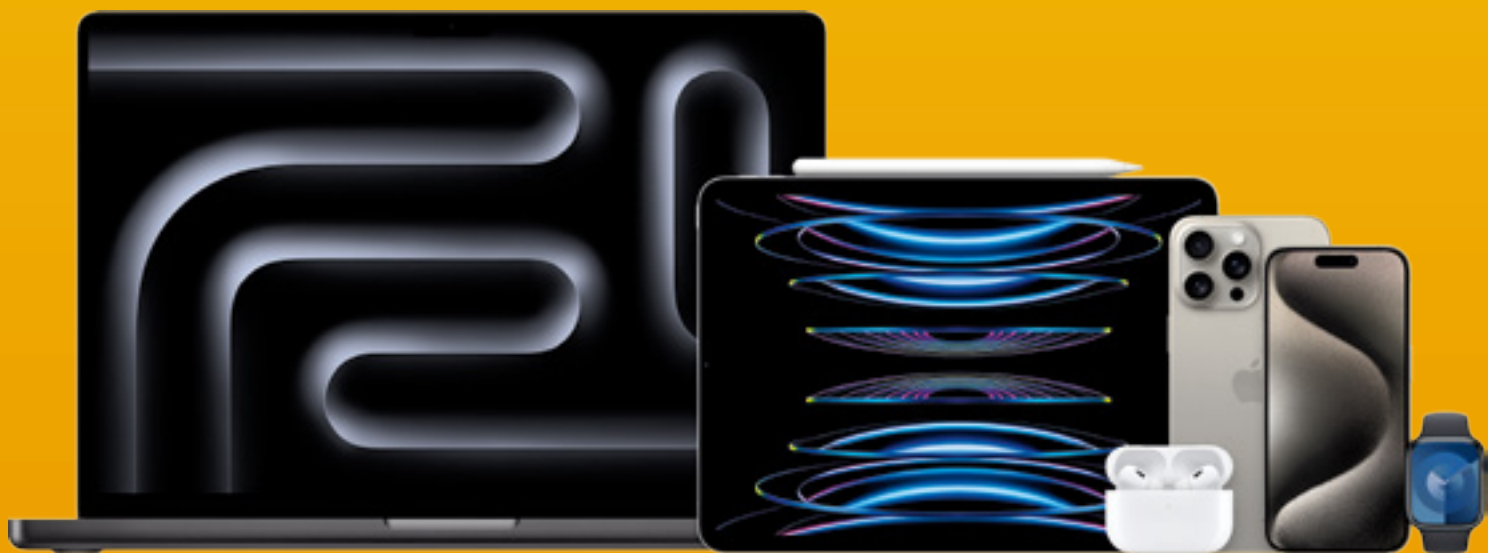
iSpot



Premium
Reseller

Wszystko od Apple, łącznie z Ekspertami.

Odwiedź salon iSpot
na poziomie 0 w Galerii MM.



Galeria MM ul. Święty Marcin 24, 61-805 Poznań