

a n y
w h e
r e  magazine



ANNA
KARCZMARCZYK

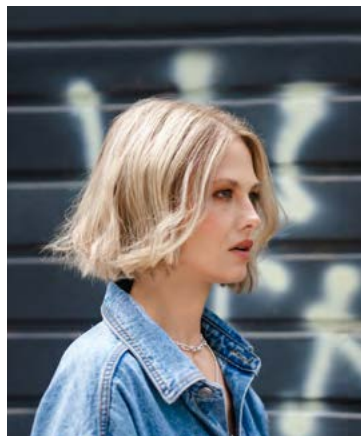
FREE COPY
pobierz darmowy
magazyn anywhere.pl



Czytaj #AnywhereYouAre



6



34



ZDJĘCIE NA OKŁADCE
Bartosz Maciejewski

WYDAWCA

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

e-mail: biuro@anywhere.pl
kom: 882 072 755.

Wydawca: Marcin Ranuszkiewicz
Redaktor naczelny: Jakub Wejkszner
Redaktorka prowadząca ForHer: Julia Trojanowska
Sprzedaż i Marketing: Angelika Balbuza
Grafik: Jakub Wejkszner
Dział IT: Aleksander Domański
Współpraca fotograficzna: Michał Buddabar,
Bartosz Maciejewski, Piotr Sobik, Karolina Nowaczyk,
Paulina Pawłowska, Łukasz Dziewic

Na licencji: asz-reklama / biuro@asz-reklama.eu
Redakcja nie zwraca niezamówionych tekstów
i materiałów redakcyjnych oraz nie ponosi
odpowiedzialności za treść nadesłanych ogłoszeń
reklamowych. Redakcja zastrzega sobie prawo do
redagowania i skracania tekstów.

ANYWHERE.PL | PLATFORMA
MEDIALNA

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

PARTNER

PROT
Brama Wyżynna
Wały Jagiellońskie 2a
80-887 Gdańsk
www.prot.gda.pl



PATRONAT



Gdańsk Gdynia Sopot

54



56



57



63



6

STREFA VIP Anna Karczmarczyk - Aktorstwo to coś, z czym się urodziłam

VIP ZONE Anna Karczmarczyk - Acting is something I was born with

34

STREFA VIP II HANNA TURNAU - TRZEBA ROBIĆ SWOJE I SIĘ NIE PODDAWAĆ

VIP ZONE II HANNA TURNAU - YOU HAVE TO DO YOUR PART AND NEVER GIVE UP

54 BIZNES KOMFORT PRACY ZACZYNA SIĘ W PUZZLE OFFICE

56 BIZNES Outsourcing księgowości i kadr – kiedy i dlaczego to się opłaca przedsiębiorcy

57 MOTO IDEALNY W TRASIE. CHERY TIGGO 8 | TEST

60 FOR HER I POCZĄTEK MODY „MADE IN ITALY” BYŁ KOBIECĄ, CZYLI HISTORIA SIÓSTR FONTANA

63 FOR HER II KTO TU JEST PRAWDZIWYM DIAŁEM? RECENTUJEMY „DIAŁEL UBIERA SIĘ U PRADY 2”



Warszawa - Modlin Gdansk NFC Poznan Szczecin Łódź Olsztyn

Nasze magazyny lotniskowe

SPRAWDŹ
na anywhere.pl

NUTRACEUTYKI KLASY PREMIUM BENEGANIC



100% ORGANICZNE I BIODOSTĘPNE WITAMINY I MIKROELEMENTY





ANNA KARCZMARCZYK

AKTORSTWO TO COŚ, Z CZYM SIĘ URODZIŁAM

TEKST KAROLINA CIESIELSKA
ZDJĘCIA BARTOSZ MACIEJEWSKI

Karolina Ciesielska: Aniu, czy „aktorka” jest słowem, które w pełni cię definiuje, czy przydałoby się dodać jeszcze parę określeń?

Anna Karczmarczyk: Być aktorką to mój zawód, ale nie wiem, czy jest to definicja mnie jako człowieka. Ról w życiu mam jeszcze kilka i mam nadzieję, że kolejne przede mną, bo mam wielki apetyt na życie i robienie różnych rzeczy. Aktorstwo to coś, z czym się urodziłam, o czym zawsze marzyłam, i droga, którą podążam od zarania dziejów.

Jestem też mamą, żoną, osobą goniącą za pewnego rodzaju rozwojem duchowym i świadomościowym. Myślę, że mogłabym jeszcze chwilę tak wymieniać. Łapię się różnych rzeczy, bo wiele mnie ciekawi. Szybko zapalam się do nowych tematów, więc próbowałam w swoim życiu – i nadal próbuję – przeróżnych ścieżek.

Karolina Ciesielska: Na początek chciałam skupić się na twojej drodze zawodowej, czyli na aktorstwie, bo to już blisko 20 lat, odkąd działasz przed kamerą. Swoją debiut miałas w wieku 13 lat i był to serial „Na Wspólnej”. Czy z perspektywy tych 20 lat zmienił się twój stosunek do tego zawodu?

Anna Karczmarczyk: Myślę, że bardzo. Te początki były bardzo wyidealizowane – momentami trudne, ale cały czas pozostawały w sferze pewnej nieświadomości i gonitwy za marzeniem. Od tamtego czasu wiele się nauczyłam, wiele przesłam i wiele doświadczyłam. Myślę, że znam już wszystkie strony, wersje i kolory tego zawodu.

Karolina Ciesielska: Nie ma już nic do odkrycia?

Anna Karczmarczyk: Raczej niewiele jest w stanie mnie zaskoczyć, patrząc na to, co już mnie w moim życiu zawodowym spotkało. Daje mi to pewnego rodzaju poczucie bezpieczeństwa. Już nie idealizuję i nauczyłam się, że nikogo nie zmienię. Nie mam wpływu na niczyją opinię – nawet jeśli wiem, że umiem, czuję i jestem gotowa, ktoś może mieć zupełnie inne zdanie i nie ma sensu z tym walczyć. To jest jego zdanie. Jedyna rzecz, na którą mam wpływ, to ja sama i to, jak odbieram świat oraz ludzkie decyzje. A jak wiemy, aktorstwo jest zawodem zależnym od opinii innych.

Karolina Ciesielska: Mówisz, że masz ogromny apetyt na życie. Jako aktorka możesz przeżyć tych żyć trochę więcej. Czy to właśnie jest najfajniejsza część tej pracy?

Anna Karczmarczyk: Myślę, że dlatego jestem aktorką. Zawsze miałam bujną wyobraźnię. Jak mówi mój profesor, Wiesław Komasa – i podpisuję się pod tym wszystkimi kończynami – mamy olbrzymie szczęście i przywilej, że w jednym życiu możemy przeżyć ich tysiące. I rzeczywiście to jest najfajniejsza część tego zawodu.

Bo o ile w prywatnym życiu nie chciałabym być od niczego uzależniona ani dotykać bardzo trudnych stanów – choć wiadomo, że życie bywa różne – o tyle w rolach uwielbiam to robić. Uwielbiam, kiedy jest trudno. Uwielbiam, kiedy czegoś nie wiem i się boję. Uwielbiam, kiedy moje bohaterki mogą robić rzeczy, które dla mnie, w moim schemacie myślenia, są niedopuszczalne.

Karolina Ciesielska: A które z tych żyć czy filmowych sytuacji były dla ciebie szczególnie lekcją?

W której zostałabyś na dłużej?

Anna Karczmarczyk: Jest ich kilka. Na pewno debiutancki film, czyli „Galerianki”. To była wielka rzecz – ogrom emocji i wiele nowości. To była też pierwsza taka przygoda, w której moja obecność na ekranie trwa od pierwszej do ostatniej minuty i musiała być bardzo skrzętnie prowadzona – przeze mnie i przez Kaśkę Rosłaniec. Przez to, że było tam wiele „pierwszych razów”, to jest coś, co jest we mnie i co na pewno zostanie. Bardzo dużo się wtedy o sobie nauczyłam i to było dla mnie niezwykle ważne doświadczenie.

Czy chciałabym zostać w tym dłużej? Niekoniecznie. Ale wtedy nauczyłam się czegoś bardzo ważnego, co przełożyłam też na swoje życie. W tamtym czasie wydawało mi się, że jestem bardzo ekstrawertyczna. W szkole zawsze dużo robiłam – prowadziłam imprezy, byłam miss szkoły, było mnie wszędzie pełno, chciałam robić wszystko.

Karolina Ciesielska: Centrum zainteresowania? Dusza towarzystwa?

Anna Karczmarczyk: Tak. A po tym filmie zdałam sobie sprawę, że to nie do końca jestem ja i że jest we mnie dużo więcej introwertyka niż ekstrawertyka. Co więcej – nauczyłam się przeżywać swoje emocje, a nie je gasić. To jest ważne w życiu: pozwolić sobie czuć.

Wychodzenie z tej roli i wszystko, co działo się po „Galeriankach”, było z jednej strony wspaniałe – nagrody, uznanie, blizny, pewnego rodzaju sława. Z drugiej strony: nagabywanie na ulicy, wołanie za mną. A ja miałam wtedy 18 lat – zupełnie inne 18 lat niż dziś. Mentalność była inna. To było przytłaczające, trudne, czasem nawet niebezpieczne. Szły za tym ogromne emocje, już takie prywatne. I właśnie „Galerianki” nauczyły mnie tego, że może mi być niewygodnie, może mi być trudno przez zawód, który sobie wymarzyłam. Zdjęłam różowe okulary, a to jest bardzo ważna lekcja życia.

Karolina Ciesielska: Miałas wtedy opiekę psychologiczną? Bo dziś mam wrażenie, że produkcje są już tak konstruowane, że przy tak wymagających rolach psycholog jest właściwie koniecznością.

Anna Karczmarczyk: Nie było psychologa, nie było też koordynatora scen intymnych. Robiliśmy wszystko sami. Nie było więc narzędzi ani możliwości, żeby się regulować.

Przez te około 30 dni zdjęciowych po prostu byłam Alicją. Dwadzieścia cztery godziny na dobę. Dlatego wychodzenie z tego trwało co najmniej pół roku, jak nie dłużej.

Karolina Ciesielska: To była rola, która dała ci dużą rozpoznawalność. A z perspektywy czasu czy jest taka rola, mniej lub bardziej oczywista, z której jesteś szczególnie dumna?

Anna Karczmarczyk: Myślę, że na pewno jest to Weronika Przybysz w „Czarnej Śmierci”. To coś bardzo świeżego, co widzowie mogli oglądać na ekranie dopiero niedawno.

Karolina Ciesielska: Nie bez powodu o to pytam, bo oprócz tego, że możesz być dumna ze swojej roli, sama produkcja została też doceniona. Niedawno odbierałaś nagrodę w Lille na festiwalu Series Mania. Jak się wtedy czułaś?





Anna Karczmarczyk: Czulałam się wspaniale. To niesamowity festiwal. Wiedzieliśmy, że jesteśmy na najważniejszym serialowym festiwalu w Europie. Wisienką na torcie była nagroda, którą odebraliśmy od jury studenckiego. Czarna Śmierć to w końcu arthouse'owy serial w Telewizji Polskiej – coś, co brzmi dość abstrakcyjnie nawet na rodzimym rynku. A jednak przyjął się nie tylko w Polsce, mimo niewielkiej promocji, ale także na arenie międzynarodowej.

Na Series Mania pojawiają się projekty z całego świata, również te hollywoodzkie, a oni byli naprawdę zachwyceni tym, co od nas dostali. Widzieli ten serial, dużo o nim mówili. Zadawali bardzo techniczne, konkretne pytania. Widać było, że pokochali tę historię, która – umówmy się – dla kogoś spoza Polski nie jest wcale oczywista. Bo kogo interesuje epidemia ospy w Polsce w latach 60., nasz ówczesny ustrój polityczny i to, jak się tu wtedy żyło? W dzisiejszych czasach naprawdę niewiele rzeczy ludzi interesuje. A jednak ten temat ich poruszył i zaciekawil. Byliśmy więc bardzo dumni.

Zresztą Kuba Czekaj, nasz reżyser, wrócił niedawno z Bogoty, gdzie również odbywał się kolejny festiwal. Rozmawialiśmy o tym, że „Czarna Śmierć” przyjęła się tam fenomenalnie. Może więc nasz serial pójdzie w świat...

Karolina Ciesielska: Fajnie, że możecie podróżować z tym projektem i dowiadywać się, co myślą inni ludzie.

Anna Karczmarczyk: Tak, dostajesz wtedy bardzo szczerzy feedback. My tutaj, w branży, wszyscy się gdzieś znamy – pracowaliśmy ze sobą, spotkaliśmy się na różnych etapach kariery. A tam jesteś z zupełnie czystą kartą. Nikt o tobie nic nie wie i ocenia cię wyłącznie na podstawie projektu, z którym przychodzisz. I to jest fajne, bo nie jest okraszone żadnymi personalnymi animozjami. Jest niewinność i mam poczucie, że prawdziwsze w ocenie.

Karolina Ciesielska: Jak bardzo w życiu aktora potrzebne jest takie poczucie docenienia? Pewnie nie jest ono tak częste, jak poczucie odrzucenia.

Anna Karczmarczyk: To super uczucie. Mam wrażenie, że dla mnie to jedna z ważniejszych rzeczy w tym zawodzie. Potrzebujemy tej zwrotki. Musimy wiedzieć, czy to, co robimy, działa na widza i czy w jakikolwiek sposób z nim rezonuje. Jesteśmy nośnikiem emocji, narzędziem do opowiadania historii. Jeśli zwrotka brzmi: „nic nie poczułem”, to chyba najgorsze, co można usłyszeć. Tym bardziej że nasz świat jest bardzo wybredny – wszyscy wszystko widzieli, wszyscy wszystko wiedzą. Poruszyć kogoś ze świata filmu wcale nie jest łatwo.

Dlatego jeśli dostajesz taką reakcję jak w przypadku „Czarnej Śmierci”, że to jest ważne nie tylko dla widzów – którzy oczywiście są najważniejsi – ale też dla ludzi z branży, że to, co robimy, naprawdę działa i jest dobre, to jest coś wspaniałego.

Nawet nie chodzi o nagrody, tylko większe poczucie przynależności. Że zasługujesz na bycie w tej społeczności, że ona cię przyjmuje.

Karolina Ciesielska: I że zatrzymujecie ludzi przed ekranem, więc tym bardziej gratuluję. Docenianym jest się co jakiś czas – pewnie rzadziej niż częściej. Natomiast ocenianym jest się cały czas. Chciałam

cię zapytać: czy przyzwyczyłaś się już do bycia ocenianą na każdym kroku? Czy w ogóle da się do tego przyzwyczyać?

Anna Karczmarczyk: Ja się przyzwyczyłam. Czy da się przyzwyczyać w stu procentach? Chyba nie. Ale taką drogę wybrałam, więc muszę brać ją z dobrodziejstwem inwentarza.

Bywały bardzo trudne momenty, nie powiem, że nie. Rzeczywiście – tak jak wcześniej wspomniałaś – częściej jesteśmy odrzucani niż bookowani. Były w moim życiu momenty, kiedy po iluś odrzuceniach po prostu zaliczałam głęboki dół i ciężko było mnie z niego wyciągnąć. W końcu się z niego wydrapałam różnymi metodami. Na szczęście jestem już duża i posiadam narzędzia, które na mnie działają i pomagają mi odnaleźć się w takich sytuacjach. Bo one nadal się zdarzają – nie będę udawała, że nie.

Czasami jesteś już w bardzo zaawansowanych rozmowach o projekcie, w finałach castingów. Czujesz tę postać, wiesz, czego byś chciała, znasz scenariusz, widzisz wszystko, co się wydarzy... i nagle słyszysz: „Nie, jednak ta druga”. To po prostu bardzo boli. To są czysto ludzkie emocje.

To trochę jak z rozmową o pracę. Idziesz, nie dostajesz tej pracy. Tylko że u „normalnego” człowieka to jest kilka rozmów. U nas potrafi być ich kilkadziesiąt i nadal jej nie dostajesz.

Karolina Ciesielska: A czy spotkałaś się kiedyś z taką oceną, która wpłynęła pozytywnie na twoje życie albo karierę?

Anna Karczmarczyk: Tak. Na pewno po „Galeriankach” był duży skok – mimo że zawodowo wtedy nic ciekawego się nie działo. Recenzje tego filmu i mojej postaci sprawiły jednak, że zdecydowałam się zdawać do Akademii Teatralnej w Warszawie. Wcześniej w ogóle nie odważyłabym się nawet pomyśleć o tym, żeby tam zdawać. Później było kilka takich projektów. Na przykład „Zdrada” dla Telewizji Polsat, która teraz jesienią wchodzi na antenę. Dostałam wtedy bardzo dobry feedback. Serial był również nominowany w plebiscycie Top Seriali Wirtualnej Polski. To był taki podmuch w skrzydła...

Bo kiedy długo nic się nie dzieje – nie robisz dużych projektów, nie grasz głównych ról – tylko jakieś mniejsze rzeczy, a potem przychodzi główna i jest dobrze odebrana przez widzów, dziennikarzy i krytyków, to bardzo cię buduje. Dzięki temu kolejne castingi czy spotkania są jakby lżejsze. Masz z tyłu głowy myśl: „Jesteś dobra, pamiętaj o tym”.

Dla aktora to bardzo ważne – usłyszeć, że jest w czymś dobry. Wtedy projekt zyskuje, aktor jest wolny, luźny. Jest się od czego odbić. Nawet jeśli później słyszysz nieprzychylną opinię albo trafiasz na kogoś, kto bywa przemocowy, masz ten swój core. Wiesz, kim jesteś i że ta opinia mówi więcej o osobie, która ją wydała.

Karolina Ciesielska: Jako aktorka jesteś oceniana nie tylko za grę, interpretację postaci i umiejętności, ale też za wygląd i ciało. Jak obecnie wygląda twoja relacja z własnym ciałem?

Anna Karczmarczyk: Teraz – wspaniale.

Karolina Ciesielska: Jak do tego doszłaś?

Anna Karczmarczyk: Zajęło mi to trzydzieści pięć lat życia (śmiech). Ale tak naprawdę moja relacja

Barbara KURDEJ-SZATAN
Katarzyna KURDEJ-MANIA

6 i 7 | 06 | 2026

premiera warszawska

Teatr GARNIZON SZTUKI

INNA

WOLISZ, KIEDY SIĘ ŚMIEJĘ

z ciałem bywała bardzo trudna. Dojrzywałam przed kamerą, więc te „fale” były różne. Dodatkowo chorowałam na niedoczynność tarczycy, więc moje ciało zmieniało się w zależności od kondycji mojego układu hormonalnego.

Bardzo często słyszałam niestety nieprzychylnie rzeczy na temat swojego ciała – właśnie na etapie rozwoju i stawiania się kobietą. Mówiono mi, że mam za grube ramiona, że jestem za duża, że mam za duże piersi, że muszę „uspokoić swoje warunki”, żeby twarz odzwierciedlała resztę ciała, bo ciało mam zbyt kobiece, a twarz zbyt delikatną. Wiem dzisiaj brzmi to absurdalnie, ale naprawdę usłyszałam kiedyś taką uwagę od pewnego „ważnego” człowieka.

Pamiętam też sytuację na festiwalu. Pewien producent powiedział do mnie, wtedy siedemnasto- czy osiemnastolatki: „O, teraz to ładnie wyglądasz. A w tych „Galeriankach”? Masakra”. Mężczyzna miał ponad pięćdziesiąt lat i mówił to do nastolatki. Na mojej drodze było bardzo dużo takich przytyków dotyczących cielesności. To było trudne. Często też słyszałam, że jestem „zbyt ładna” by dostać jakąś rolę. Przez długi czas, więc chciałam być „brzydka”. Nosilałam bardzo szerokie rzeczy, ubierałam się chłopięco. W ogóle nie akceptowałam swojej kobiecości. Miałam do niej więcej pretensji niż miłości.

Na szczęście przyszedł taki czas w moim życiu, w którym to się zmieniło. Mój mąż miał w tym swój udział. Mówił: „Przestań. Wyglądasz świetnie, niezależnie od kilogramów. Przestań, nie rób tego sobie”. I powoli, także dzięki terapii, zaczęłam dochodzić do momentu w który jestem teraz. Lubię swoje niedoskonałości – albo doskonałości. A kiedy ktoś mówi mi, że jestem ładna, nie traktuję tego jako obelgę, tylko komplement.

Karolina Ciesielska: To chyba też przychodzi z wiekiem.

Anna Karczmarczyk: Myślę, że kobiety stają się fajniejsze dla siebie, im są starsze. Na początku drogi/rozwoju z dziewczynki w kobietę – który trwa wiele lat i w którym zderzamy się z wieloma trudnościami – a szczególnie dziś w dobie idealizowania wszystkiego i kopiowania, znalezienie siebie, odpowiedzenie sobie na pytania: kim jestem, czego chcę, co w sobie lubię – bywa hardcorem.

Ostatnio rozmawiałam z koleżankami o tym, czy kiedy smarujemy ciało kremem, to naprawdę je dotykamy, czy tylko nakładamy krem. Czy jak smarujesz swoje ciało, to czy je dotykasz? Czy zastanawiasz się, gdzie lubisz być dotykana? Czy tylko nakładasz krem i idziesz dalej? Czy masz chwilę dla siebie, by dowiedzieć się, co naprawdę w sobie lubisz, jak wygląda twoje oko, jak wygląda twoja brew bez oceniania?

Cały czas musimy wyglądać jak ktoś z Instagrama albo jak nasz idol, a tak de facto nic o sobie nie wiemy. Kobiety po trzydziestce zaczynają mówić: „Stop. To mi się nie podoba”. I nawet jeśli coś podobają się całemu światu, mają odwagę powiedzieć: „Ja tego nie chcę”.

Karolina Ciesielska: To pewnie też rezonuje z twoją pracą – bo jeśli sama czujesz się w sobie pewniej, łatwiej jest poczuć się pewnie, grając jakąś bohater-

kę. Chciałabym cię zapytać o rolę, w której zostałam obsadzona w 2021 roku – rolę matki. Jak się w niej czujesz?

Anna Karczmarczyk: Różnie. Zawsze się śmieję, że wielokrotnie kiedy grałam matki miałam wrażenie, że dzięki mojej empatii świetnie je odzwierciedlam. A potem sama zostałam mamą i zrozumiałam, że to jest coś zupełnie innego. Uczę się tego cały czas. Jestem mamą prawie pięć lat, zaliczam wzloty i upadki. Czasami mam wrażenie, że jestem super, a czasami myślę: „Jezu, co ja zrobiłam?”. Zdarza mi się przeproszać moje dziecko i mówić: „Nie wiem, dlaczego tak powiedziałam”. To są jakieś schematy, które gdzieś po drodze nabyłam.

Ale na pewno jest to rola życia. Po raz pierwszy kochasz tak, że bardziej się już nie da. Masz w sobie ogrom miłości, radości i czułości, ale jednocześnie tyle samo strachu, niekiedy wstydu, niewiedzy i bezradności. Bo tego też cały czas się uczymy. My kobiety – jeśli chodzi o biologię – jesteśmy stworzone do rodzenia dzieci. Ale jeśli chodzi o psychikę, to wcale nie jest takie oczywiste. Tego trzeba się nauczyć. Ja uczę się tego od pięciu lat i na razie dalałabym sobie ocenę cztery z plusem.

Karolina Ciesielska: To i tak bardzo dobra ocena.

Anna Karczmarczyk: Też tak uważam. Najbardziej niezwykle w relacji matka-dziecko jest to, że dziecko jest zawsze twoim lustrem. Możesz próbować chować w sobie to, że masz gorszy dzień, że coś w pracy cię przytłacza – dziecko zawsze znajdzie to, co cię gnębi i wyłoży kawa na ławę rozwalając cię w sekundę na kawałki by potem jednym wypowiedzianym przez nie zdaniem złożyć cię na nowo.

Karolina Ciesielska: Czyli cały czas rozwijasz się w tej roli. A powiedz, jak łączysz to z życiem zawodowym i branżą filmową? To musi być bardzo trudne. Wiem, że zanim zostałam mamą, czasem odkładałaś ten moment właśnie ze względu na pracę i castingi.

Anna Karczmarczyk: Tak, bo czasami te procesy bywają bardzo długie i żmudne. W pewnym momencie naprawdę przyplącałam to dużą ceną. Bywało tak, że staraliśmy się o dziecko, a w tym samym czasie pojawiał się casting do głównej roli. Myślałam wtedy:

„Wow, rola życia”. Byłam miesiącami w procesie castingowym, wspólnie decydowaliśmy, że robimy stop, a ja odpadałam w finałach.

Wtedy było mi ciężko, teraz potrafię odmówić roli, która nie jest rolą życia, a za bardzo wkracza w moją sferę prywatną – którą bardzo chronię – albo koliduje z czymś, co jest dla mnie bardzo ważne, na przykład Dzień Mamy i Taty w przedszkolu. Mogę powiedzieć: „Nie, dziękuję”.

Mam poczucie, że jestem dużo bardziej elastyczna. Złapałam balans. Kiedy ja mam bardzo intensywny czas w pracy, Pascal ma trochę luźniej i jest cały dla naszej córy. Kiedy on pracuje intensywnie, ja mam więcej przestrzeni. Świat nam sprzyja. Oczywiście korzystamy też z pomocy dziadków – mamy ten przywilej – ale mam poczucie, że jesteśmy bardzo obecni w dojrzywaniu naszej małej.

Karolina Ciesielska: To też jest duży luksus, móc odmawiać.



Anna Karczmarczyk: Ten luksus dał mi teatr. Kocham film miłością bezgraniczną. Kocham być przed kamerą, jest to dla mnie bardzo ważne – z tego wyrosłam i to jest miłość mojego życia. Kiedy staję przed kamerą, czuję, że jestem dokładnie tam, gdzie powinnam być.

Ale nauczyłam się też kochać teatr. I to właśnie teatr pozwala mi powiedzieć „nie”. Kiedyś czułam w sobie taki głód kamery, że chciałam ciągle być na planie, brałam lepsze i gorsze projekty, zawsze szukałam czegoś, co mogę z nich wyciągnąć, czego mogę się nauczyć i z kim mogę się spotkać – co też jest wartościowe i wiele mnie to nauczyło. Teraz wiem, że nie muszę tego robić. Moja miłość do filmu cały czas we mnie jest, jestem gotowa do działania, jestem na to otwarta. Ale teatr pozwolił mi mieć ten spokój – jestem cały czas w treningu aktorskim, w gotowości reakcji, a jednocześnie nie muszę się martwić o finanse, co sprawia, że mogę niektóre rzeczy odrzucić.

Karolina Ciesielska: Mówisz, że kochasz film, a teatr był trochę obok. Czy udało ci się go polubić? Jeśli tak – za co?

Anna Karczmarczyk: Za trening aktorski, ale też za styczność z widzem. W teatrze widz natychmiast weryfikuje wszystko, co robisz. Jeśli wejdiesz na scenę by jedynie „odklepać scenariusz”, publiczność tego nie kupi. Ale gdy pozwolisz sobie wejść w postać i zapomnieć poczujesz niesamowitą wolność. To wcale nie jest takie proste. Teatr bardzo szybko cię weryfikuje. Widz także.

Może ci się wydawać, że coś sobie budujesz, masz pauzę i puentę i widz w teorii powinien się zaśmiać lub zapłakać, a nagle dostajesz ciszę – nie udało się, coś poszło nie tak. Mimo wszystko musisz być tu i teraz, przecież nie zjedziesz ze sceny, i dalej budować. Świeżość i obecność w teatrze są najtrudniejsze. Co zrobić żeby to nie był „odgrzewany kotlet”, żeby postać, którą grasz po raz trzysta pięćdziesiąty ósmy, była znowu nowa dla ciebie i dla widza?

Karolina Ciesielska: Ale widz też się zmienia, więc to pewnie daje wam to poczucie nowości.

Anna Karczmarczyk: Pewnie tak, ale widz też jest sprytny. Widzi wie, czuje kiedy się udaje, a kiedy coś poszło nie tak. Mam też wrażenie, że dzisiejszy widz jest odważniejszy w reakcji. Potrafi śmiać się, wzruszać, ale także ziewać, kasłać, powiedzieć „buu”. Nie wiem, czy to nie przez to, że teatr stał się powszechniejszy dzięki licznym spektaklom objazdowym. Dzisiejszy widz tak rozsiadł się w teatralnym fotelu, że czasami potrafi być bezwzględny.

Karolina Ciesielska: Ale to jest chyba dobrze.

Anna Karczmarczyk: Mi się to podoba. Wtedy odbywa się fajna gra z widzem. On może oczekiwać. Pozwalasz sobie przekraczać swoje schematy – ja wtedy bawię się na scenie jak dziecko. I chyba dlatego w tym teatrze cały czas jestem. Zdarzają się spektakle, które uruchamiają we mnie zupełnie nowe przestrzenie. Wtedy nagle okazuje się, że ta teatralna improwizacja, której uczyłam się bardzo długo, staje się dla mnie piaskownicą.

Karolina Ciesielska: A czy jest jakaś rola – może właśnie teatralna, może z klasyki – która ci się marzy?

Anna Karczmarczyk: Jestem wielką fanką Czechowa. Grałam go bardzo dużo w Akademii Teatralnej,

z moim mistrzem Andrzejem Domalikiem. To są historie, które mnie wciągają i hipnotyzują.

Słowackiego też chętnie bym znowu zagrała. Ostatnio w ogóle mam ciągoty do klasyki, do oldschoolowych sztuk – dużo bardziej niż do nowego teatru. Lubię w nich to, że wszystko jest niedopowiedziane. Nie do końca wiadomo, o co tam chodzi, a jednocześnie wszystko jest bardzo proste. Czujesz, zamiast wiedzieć.

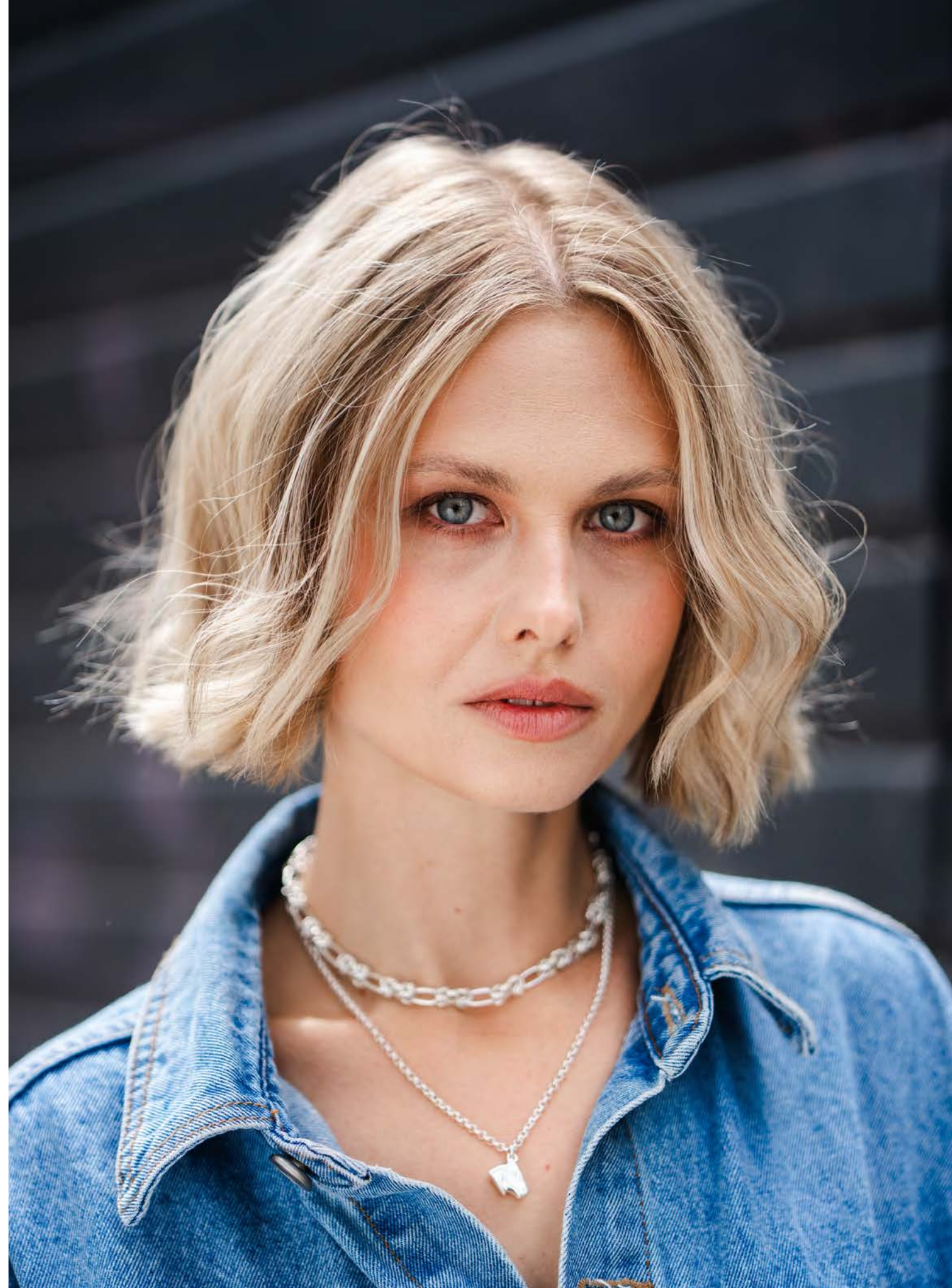
Karolina Ciesielska: Zatrzymam się przy jednym słowie, którego użyłaś – „hipnotyzują”. Bo ty masz też do czynienia z hipnozą i hipnoterapią. Jak ona pojawiła się w twoim życiu? I czy nadal jest w nim obecna?

Anna Karczmarczyk: Pojawiła się na zmuszonej drodze szukania siebie i budowania siebie jako człowieka – jako jednostki, wychodzenia z dołków, a było ich kilka i były dosyć drastyczne. Trudne dla mnie, ale też dla mojej rodziny.

Zaczął się dość niewinnie, od załamania nerwowego, z którego wyciągnęły mnie ustawienia helingerowskie. I wtedy zdałam sobie sprawę, że jest coś więcej w otaczającym nas świecie. Że są metody, o których wcześniej nie miałam pojęcia, które mogą w szybszy i bardziej dobitny sposób pokazać moje schematy czy wyłonić traumy – i nauczyć mnie radzenia sobie z nimi, żeby moje życie było bardziej jakościowe. Chcę przecież, żeby moje życie było tylko lepsze – tym bardziej, że jestem już mamą i nie chcę przenosić swoich traum i problemów na dziecko. Chcę, żeby moja córka była od tego wolna, więc ja muszę zrobić porządek. A kiedy nagle zaczęły wychodzić wszystkie „trupy z szafy”, okazało się, że jest co porządkować. W trakcie tej drogi – różnych kręgów, różnych sposobów patrzenia na rozwój duchowy – pojawiła się hipnoza. A że nie biorę jeńców, to od razu zapisałam się do Polska Akademia Hipnozy. Pomyślałam, że zanim pójdę na swoją hipnoterapię, to chcę się dowiedzieć, co to w ogóle jest.

Na pierwszym zjeździe byłam w szoku. Nie tylko poznaliśmy teorię – historię hipnozy, jej pionierów – pewne narzędzia hipnotyczne są bardzo szeroko wykorzystywane: w biznesie, w medycynie, w wielu różnych obszarach życia. Pomyślałam wtedy: kurczę, chyba odkryłam narzędzie, którym potrafię się posługiwać. Narzędzie, które działa dla mnie dobrze i którym mogłabym pomagać innym. Na tym pierwszym zjeździe zobaczyłam też, jak prowadzi się hipnozę. Poznałam teorię działania podświadomości, fale mózgowe, cały proces – jak działa hipnotyzer i osoba będąca w transie, jak bardzo są ze sobą powiązani i jak hipnotyzer może być przewodnikiem dla kogoś, kto chce zmienić swoje życie. Po tym wszystkim pomyślałam: dobrze, to teraz czas usiąść na tym fotelu. Usiadłam.

I to, co wydarzyło się w moich procesach, było dla mnie niezwykle. Na przykład po dwunastu latach brania leków wyleczyłam się z niedoczynności tarczycy. Ostatnio widziałam się z moim lekarzem i powiedział: „Ale z tarczycą wszystko jest w porządku, wyniki są idealne. Co się zmieniło w twoim życiu?”. Odpowiedziałam: „Poszłam na hipnoterapię”. Na szczęście mój lekarz jest bardzo światłą osobą. Powiedział: „Jeśli jest metoda, żeby nie brać tej chemii – która pomaga pobudzić organizm i nie





rozleniwiać tarczycy – to działaj. Leki mają pomagać, kiedy jest trudno, ale nie zawsze muszą być do końca życia”.

Karolina Ciesielska: A co takiego odkryłaś podczas hipnozy, co tak wpłynęło na twoje życie?

Anna Karczmarczyk: To, że jest to narzędzie, któ-



re potrafi w dwie godziny dotrzeć do problemu, do którego w klasycznej terapii dochodzi się czasem przez dwieście godzin. Nasz organizm działa w taki sposób, że kiedy dzieje się coś trudnego lub traumatycznego, zamykamy to w pewnym „pudełku” i chowamy, bo musimy przetrwać. Te doświadczenia zapisują się w ciele i w podświadomości.

Podświadomość chce nas uratować, więc ukrywa te wspomnienia tak głęboko, że często w ogóle ich nie pamiętamy. Nie pamiętamy, że wydarzyło się coś

bardzo bolesnego albo że w jakimś momencie życia przeżyliśmy ogromną stratę.

Karolina Ciesielska: A ty czego dowiedziałaś się o sobie?

Anna Karczmarczyk: Na pewno dowiedziała się, o co chodziło z moją tarczycą. Dlaczego przestała sobie radzić z pewnymi rzeczami – jakie emocje

i wydarzenia tam zapisałam i przetransformowałam je.

Pracowałam też nad swoją pewnością siebie. Pracowałam z tym, w czym naprawdę jestem dobra i czy droga, którą wybrałam w życiu, jest tą, którą wybrałaby również moja dusza. I między innymi tego właśnie dowiedziałam się o sobie. A później, kiedy zaczęłam pracować z ludźmi w procesach terapeutycznych, odkryłam jeszcze coś innego – jak niezwykle istotami jesteśmy i jak wiele potrafimy zrobić sami.

Bo każda hipnoza to autohipnoza. Na ile sobie pozwolisz, tyle się wydarzy. Ja jestem wtedy przewodnikiem – kimś, kto pomaga i wie, jak zareagować w trudnych momentach. Na przykład wtedy, gdy ciało zaczyna dawać bardzo wyraźne sygnały, że zapisało się w nim coś trudnego. W procesie hipnotycznym można bezpiecznie przetransformować traumy i zbudować nowe jakości.

Karolina Ciesielska: Przejdźmy do trochę mniej poważnych tematów – choć nadal

ważnych – i wróćmy do twoich początków, czyli do branży filmowej. Miałaś okazję obserwować ją przez ponad dwadzieścia lat. Jak bardzo się zmieniła? I czy idzie w dobrą stronę?

Anna Karczmarczyk: Nie wiem, czy w dobrą. Mam w sobie pewną tęsknotę za kinem mniej nastawionym na dopaminę, szybkość i nagromadzenie wszystkich możliwych ekstremów. Tęsknię za opowieściami. Za głębokimi uczuciami w kinie.

Karolina Ciesielska: Nie wracamy do tego powoli?

allegro

Jesteśmy też
w social
mediach -
dołączysz?



Na przykład w tegorocznych selekcjach oscarowych?

Anna Karczmarczyk: „Hamnet” czy „Wartość sentimentalna” rzeczywiście tak, ale na przykład „Jedna bitwa po drugiej” nie zrobiła na mnie żadnego wrażenia. Nie wiem, w którą stronę to pójdzie. Przed nami jest też wiele nowych wyzwań – choćby sztuczna inteligencja, krótkie formy wideo, seriale trzyminutowe. Młode pokolenie bardzo szybko się nudzi przez takie narzędzia jak Instagram czy TikTok. Są przestymulowani dopaminą, ciężko im utrzymać uwagę na czymś, co nie zmienia się co kilka sekund. Myślę, że będziemy ewoluować i szukać wspólnego języka dla wszystkich – jesteśmy gdzieś na rozstaju dróg. Nie mam pojęcia, gdzie będziemy za pięć lat.

Na pewno ogromny wpływ mają też platformy streamingowe. Pewne rzeczy są narzucane projektom filmowym: co tam musi się znaleźć, jakie słowo paść, jakie relacje i w jakich konfiguracjach muszą być zawarte w scenariuszu. Z jednej strony mamy dużą wolność wypowiedzi, z drugiej – produkcje i serwisy streamingowe narzucają nam pewne jakości i style. Dlatego bardzo się cieszę, że wciąż istnieje kino autorskie.

Karolina Ciesielska: Czyli to jest coś, co jest blisko twojego serca. Mam też wrażenie, że bardzo uważnie dobierasz ludzi, z którymi pracujesz.

Anna Karczmarczyk: Chciałabym dobierać ich przede wszystkim energetycznie. I mam wrażenie, że ostatnio rzeczywiście trafiają do mnie współpracownicy, które kocham – takie, które zostaną ze mną na zawsze.

Karolina Ciesielska: A są twórcy – polscy albo zagraniczni – z którymi szczególnie marzy ci się współpraca?

Anna Karczmarczyk: Tak, jest ich wielu. I to mnie bardzo cieszy, bo mam poczucie, że pojawia się też dużo nowych twórców ze świeżym spojrzeniem. Ludzi, którzy naprawdę walczą o to, żeby projekt był ich i są w stanie przekonać platformy streamingowe do swoich pomysłów. Na przykład Maciej Buchwald i Kordian Kądziera – byłem na castingu do ich serialu. Ostatecznie wybrali kogoś innego, ale samo spotkanie było super. Ich wizja jest na tyle silna, że chyba byłoby w stanie przekonać słonia, żeby zaczął jeździć na łyżwach. A ja bardzo lubię taką zuchwałość.

Mam nadzieję, że będzie jej coraz więcej i że gdzieś w tym całym zalewie streamingowej produkcji pojawi się też nurt „art streamingu”. Że znów będziemy wspólnie się nudzić i kochać. Bo tego mi dziś brakuje – miłości w opowieściach. Dawno nie widziałam filmu, który byłby po prostu o miłości. A komedie romantyczne nam nie idą – przepraszam.

Karolina Ciesielska: A widzisz się kiedyś w innej roli w tej branży niż aktorka?

Anna Karczmarczyk: Myślę o tym. Nawet już trochę działałam w tym kierunku. Ale na razie nie będę zapeszać. **II**

ENGLISH

ACTING IS SOMETHIN I WAS BORN WITH

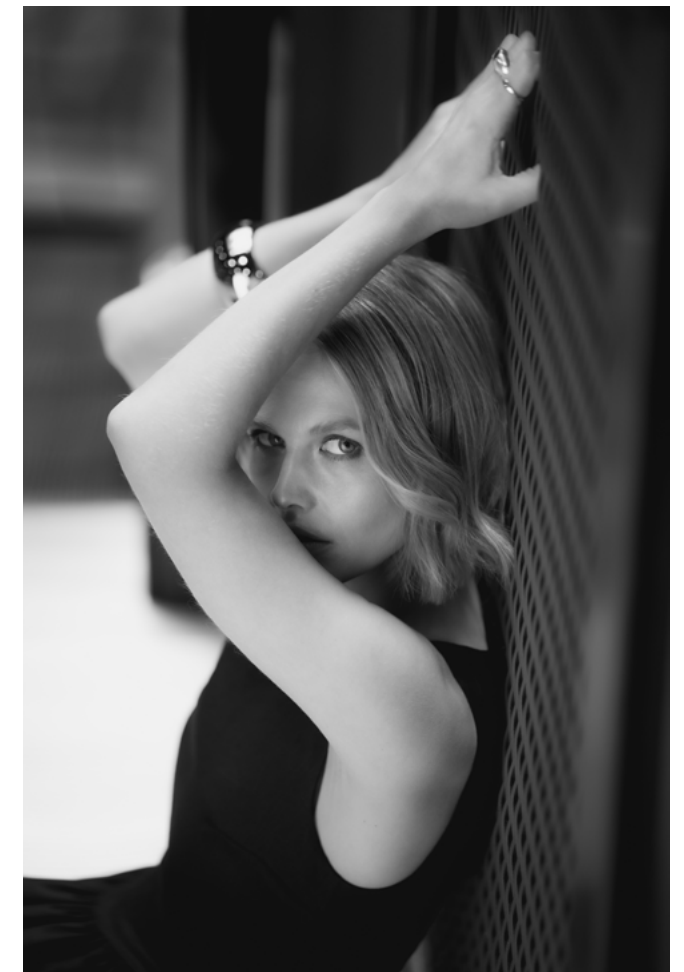
Karolina Ciesielska: Ania, is “actress” a word that fully defines who you are, or would you add a few more descriptions?

Anna Karczmarczyk: Being an actress is my profession, but I’m not sure it defines me as a person. I play several other roles in life, and I hope there are more ahead of me, because I have a huge appetite for life and for doing different things. Acting is something I was born with, something I always dreamed about, and a path I’ve been following for as long as I can remember.

I’m also a mother, a wife, and someone pursuing a certain kind of spiritual and personal growth. I could probably keep listing things for a while. I get involved in all sorts of things because I’m curious about many subjects. I become passionate about new topics very quickly, so throughout my life—and still today—I’ve explored many different paths.

Karolina Ciesielska: To start, I’d like to focus on your professional journey, acting, because you’ve been working in front of the camera for nearly twenty years now. You made your debut at the age of thirteen in the TV series Na Wspólnej. Looking back on those twenty years, has your attitude toward the profession changed?

Anna Karczmarczyk: Very much so. Those early years were highly idealized—sometimes difficult, but still rooted in a certain innocence and the pursuit of a dream. Since then, I’ve learned a lot, been through a lot, and experienced a great deal. I think



I now know all the sides, versions, and shades of this profession.

Karolina Ciesielska: Is there nothing left to discover?

Anna Karczmarczyk: There's very little that can surprise me now, considering everything I've already experienced professionally. It gives me a certain sense of security. I no longer idealize things, and I've learned that I can't change anyone. I have no influence over someone else's opinion—even if I know I'm capable, I feel ready, and I know what I can do, someone may see things completely differently, and there's no point fighting that. It's their opinion. The only thing I can influence is myself and how I perceive the world and other people's decisions. And as we know, acting is a profession that depends heavily on other people's opinions.

Karolina Ciesielska: You often say that you have a huge appetite for life. As an actress, you get to live many different lives. Is that what you enjoy most about this profession?

Anna Karczmarczyk: I think that's why I became an actress. I've always had a vivid imagination. As my professor, Wiesław Komasa, says—and I agree with him wholeheartedly—we are incredibly lucky and privileged that in one lifetime we get to live thousands of others. And that truly is the best part of this profession.

While in my private life I wouldn't want to be dependent on anything or experience extremely difficult emotional states—although life can be unpredictable—in my roles I absolutely love it. I love when things are difficult. I love when I don't know something and I'm afraid. I love when my characters can do things that, according to my own way of thinking, would be completely unacceptable.

Karolina Ciesielska: Which of those lives or film experiences taught you the most? Which one would you stay in a little longer?

Anna Karczmarczyk: There are several. Certainly my debut film, *Mall Girls* (*Galerianki*). It was huge—an overwhelming amount of emotion and so many new experiences. It was also the first project in which I was on screen from beginning to end, and my performance had to be carefully guided—both by me and by Katarzyna Rosłaniec.

Because there were so many “firsts,” it's something that has stayed with me and always will. I learned a great deal about myself then, and it was an incredibly important experience.

Would I want to stay there longer? Not necessarily. But I learned something very important that I later applied to my own life. At the time, I thought I was extremely extroverted. At school I was involved in everything—I hosted events, I was voted Miss School, I was everywhere and wanted to do everything.

Karolina Ciesielska: The center of attention? The life of the party?

Anna Karczmarczyk: Exactly. But after that film, I realized that wasn't entirely who I was. There's much more of an introvert in me than an extrovert. What's more, I learned to experience my emotions instead of suppressing them. That's important in life: allowing yourself to feel.

Coming out of that role and everything that followed *Mall Girls* was wonderful on one hand—awards, recognition, glamour, a certain level of fame. On the other hand, there were people approaching me in the street, shouting after me. And I was only eighteen years old—eighteen looked very different back then than it does today. The mindset was different. It was overwhelming, difficult, and sometimes even dangerous.

There were huge personal emotions attached to it. *Mall Girls* taught me that the profession I had dreamed of could also make me uncomfortable and put me through difficult situations. It took away my rose-colored glasses, and that was a very important life lesson.

Karolina Ciesielska: Did you have any psychological support at the time? Today it seems that productions are structured in a way that makes a psychologist almost essential for such demanding roles.

Anna Karczmarczyk: There was no psychologist, and there was no intimacy coordinator either. We did everything ourselves. There were no tools or opportunities to regulate what we were experiencing.

For those roughly thirty shooting days, I simply was Alicja. Twenty-four hours a day. That's why coming out of the role took at least six months, if not longer.

Karolina Ciesielska: It was a role that brought you a lot of recognition. Looking back, is there a role—obvious or perhaps less obvious—that you're particularly proud of?

Anna Karczmarczyk: I'd definitely say *Weronika Przybysz* in *Black Death*. It's something very recent that audiences only got to see not long ago.

Karolina Ciesielska: There's a reason I ask. Not only can you be proud of your performance, but the production itself has also received recognition. Recently, you accepted an award in Lille at the Series Mania festival. How did that feel?

Anna Karczmarczyk: It felt wonderful. It's an incredible festival. We knew we were attending the most important television series festival in Europe. The cherry on top was the award we received from the student jury.

Black Death is, after all, an arthouse series on Polish public television—something that sounds rather unusual even in our own market. Yet it was embraced not only in Poland, despite very limited promotion, but also internationally.

Series Mania features productions from all over the world, including Hollywood projects, and people there were genuinely impressed by what we brought. They had watched the series, talked about it extensively, and asked very technical, specific questions. You could tell they had fallen in love with the story—which, let's be honest, isn't necessarily obvious to someone outside Poland. Who would normally be interested in a smallpox epidemic in 1960s Poland, our political system at the time, and what life was like here then?

Nowadays, very few things truly capture people's attention. Yet this story moved them and sparked their curiosity. We were very proud.

In fact, our director, Kuba Czekaj, recently returned from another festival in Bogotá. We talked about



how incredibly well Black Death was received there. Maybe our series will travel the world after all.

Karolina Ciesielska: It must be great to travel with the project and hear what other people think.

Anna Karczmarczyk: Absolutely. You receive very honest feedback. Here in the industry, we all know each other somehow—we've worked together, crossed paths at different stages of our careers. But there, you arrive with a completely blank slate. Nobody knows anything about you and they judge you solely on the project you bring. That's wonderful because it isn't colored by personal biases or history. It feels innocent and, in a way, more genuine.

Karolina Ciesielska: How important is that sense

of appreciation in an actor's life? I imagine it doesn't come nearly as often as the feeling of rejection.

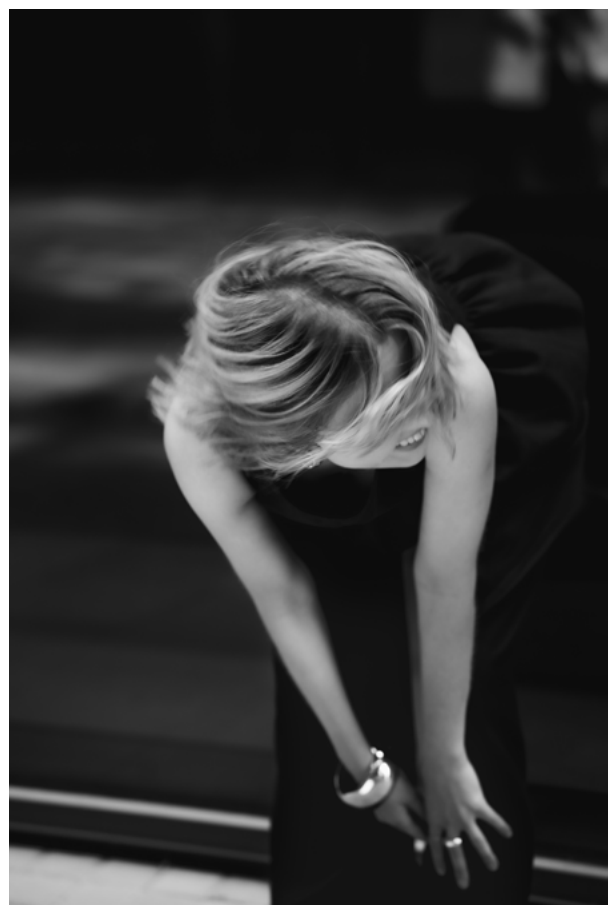
Anna Karczmarczyk: Yes, definitely. After

Mall Girls, there was a major leap for me, even though professionally nothing particularly exciting was happening at the time. The reviews of the film and of my character gave me the confidence to apply to the Theatre Academy in Warsaw. Before that, I wouldn't have even dared to consider it.

Later, there were several projects like that. For example, Betrayal (Zdrada) for Polsat Television, which will premiere this autumn. I received very positive feedback then. The series was also nominated in Wirtualna Polska's Top Series ranking. It felt like a real boost of confidence.

When nothing significant happens for a long time—when you're not working on major projects, not playing leading roles, just doing smaller things—and then suddenly a lead role comes along and is well received by audiences, journalists, and critics, it really lifts you up. It makes future castings and meetings feel lighter. You carry this thought in the back of your mind: "You're good. Remember that."

For an actor, it's incredibly important to hear that they're good at something. It benefits the project as well, because the actor becomes freer and more relaxed. It gives you something to build on. Even if later you hear criticism or encounter someone who can be harsh or even abusive, you still have your



core. You know who you are, and you know that the opinion says more about the person expressing it than about you.

Karolina Ciesielska: As an actress, you're judged not only on your performance, interpretation of a character, and skills, but also on your appearance and your body. What is your relationship with your body like today?

Anna Karczmarczyk: Wonderful.

Karolina Ciesielska: How did you get there?

Anna Karczmarczyk: It took me thirty-five years of my life (laughs).

But honestly, my relationship with my body was often very difficult. I grew up in front of the camera,

so there were many ups and downs. On top of that, I struggled with hypothyroidism, so my body changed depending on the condition of my hormonal system.

Unfortunately, I heard a lot of negative comments about my body during the years when I was growing up and becoming a woman. People told me my arms were too big, that I was too large, that my breasts were too big, that I needed to "tone down my physicality" so that my face would match the rest of my body, because my body was too feminine while my face was too delicate.

Today it sounds absurd, but I really did hear comments like that from certain "important" people.

I also remember an incident at a festival. A producer said to me—I was seventeen or eighteen at the time—"Oh, you look good now. But in Mall Girls? What a disaster." He was over fifty years old, saying that to a teenage girl.

There were many remarks like that throughout my life, all focused on my appearance. It was difficult. I was often told I was "too pretty" to get certain roles. For a long time, that made me want to be ugly. I wore oversized clothes, dressed like a boy, and completely rejected my femininity. I felt more resentment toward it than love.

Fortunately, there came a point in my life when that changed. My husband played a role in that. He would tell me, "Stop. You look great, regardless of your weight. Stop doing this to yourself."



Koszt energii w firmie może być zyskiem!

W Reo.pl od lat dostarczamy firmom w całej Polsce czystą energię elektryczną, pochodzącą w 100% z OZE, pomagając nie tylko obniżyć rachunki, lecz także budować wizerunek odpowiedzialnego i nowoczesnego biznesu.

Dzięki naszym rozwiązaniom przedsiębiorstwa znacząco redukują ślad węglowy, zwiększają efektywność energetyczną i zyskują stabilność kosztową w długim okresie.

Stawiamy na pełną transparentność i partnerskie podejście, dopasowując ofertę do indywidualnych potrzeb każdego klienta. Wybierając Reo.pl, inwestujesz w przyszłość swojej firmy – bardziej ekologiczną, tańszą i konkurencyjną.



Sprawdź!

Slowly, and with the help of therapy, I arrived at the place I'm in today. I like my imperfections—or perhaps my perfections. And when someone tells me I'm beautiful, I no longer take it as an insult. I take it as a compliment.

Karolina Ciesielska: I suppose that also comes with age.

Anna Karczmarczyk: I think women become kinder to themselves as they get older.

At the beginning of the journey from girlhood to womanhood—a process that takes years and involves many challenges—especially today, when everything is idealized and copied, finding yourself and answering questions like Who am I? What do I want? What do I like about myself? can be incredibly difficult.

Recently, I was talking with some friends about whether, when we put lotion on our bodies, we actually touch ourselves—or whether we're just applying lotion. When you put lotion on your body, do you really feel it? Do you think about where you enjoy being touched? Or do you just apply the cream and move on? Do you take a moment to discover what you genuinely like about yourself—what your eye looks like, what your eyebrow looks like—without judging it?

We constantly feel pressure to look like someone from Instagram or like our idol, yet in reality we know very little about ourselves.

Women in their thirties start saying, "Stop. I don't like this." And even if the whole world loves something, they find the courage to say, "I don't want it."

Karolina Ciesielska: That probably resonates with your work as well—if you feel more confident in yourself, it's easier to feel confident while playing a character. I'd like to ask you about another role you took on in 2021: the role of a mother. How do you feel in that role?

Anna Karczmarczyk: It varies.

I often joke that whenever I played mothers before, I felt my empathy allowed me to portray them very well. Then I became a mother myself and realized it's something completely different. I'm still learning.

I've been a mother for almost five years now, and there have been highs and lows. Sometimes I feel like I'm doing a great job, and sometimes I think, "My God, what have I done?" I sometimes apologize to my child and say, "I don't know why I said that." Those are patterns I picked up somewhere along the way.

But it is definitely the role of a lifetime.

For the first time, you love someone as much as it is humanly possible to love. You carry an enormous amount of love, joy, and tenderness, but at the same time just as much fear, occasional shame, uncertainty, and helplessness. Because this is something we're constantly learning.

Biologically, we women are made to have children. Psychologically, however, it's not nearly as obvious. It's something that has to be learned. I've been learning it for five years, and at the moment I'd give myself a B+.

Karolina Ciesielska: That's still a very good grade.

Anna Karczmarczyk: I think so too.

The most extraordinary thing about the mother-child relationship is that your child is always your mirror. You can try to hide the fact that you're having a bad day or that something at work is weighing on you, but your child will always find the thing that's bothering you and put it right in front of you. They can break you into pieces in a second, only to put you back together with a single sentence.

Karolina Ciesielska: So you're still growing in that role. How do you combine it with your professional life and the film industry? It must be difficult. I know that before becoming a mother, you sometimes postponed that decision because of work and castings.

Anna Karczmarczyk: Yes, because those processes can be very long and exhausting.

At one point, I paid quite a high price for it. There were times when we were trying to have a child while, at the same time, I was auditioning for a leading role. I would think, "Wow, this could be the role of a lifetime." I spent months in casting processes. Together, we would decide to put our family plans on hold, and then I would end up being rejected in the final round.

That was very difficult.

Today, I'm able to turn down a role that isn't the role of a lifetime if it intrudes too much into my private life—which I protect very carefully—or if it conflicts with something that's very important to me, like Mother's and Father's Day at my daughter's preschool. I can say, "No, thank you."

I feel much more flexible now. I've found balance. When I'm going through an intense period at work, Pascal has more free time and can be fully present for our daughter. When he's busy, I have more space. Life has been kind to us in that respect.

Of course, we also have help from our parents, which is a privilege. But I truly feel that we are very present in our daughter's upbringing.

Karolina Ciesielska: Being able to say no is quite a luxury.

Anna Karczmarczyk: Theatre gave me that luxury. I love film unconditionally. I love being in front of the camera. It's incredibly important to me—that's where I come from, and it's the love of my life. Whenever I stand in front of a camera, I feel exactly where I'm supposed to be.

But I've also learned to love theatre. And theatre is what allows me to say no.

There was a time when I was so hungry for camera work that I always wanted to be on set. I accepted better projects and worse ones, always looking for something I could learn from them, something I could take away, someone interesting I could meet. That was valuable and taught me a lot.

Now I know I don't have to do that.

My love for film is still there. I'm ready to work, open to opportunities. But theatre has given me peace of mind. I'm constantly training as an actor, constantly creating, while at the same time not having to worry about finances. That allows me to turn



down certain projects.

Karolina Ciesielska: You say you love film, while theatre was somewhat on the sidelines. Did you eventually learn to love it? If so, why?

Anna Karczmarczyk: For the acting training, but also for the connection with the audience.

In theatre, the audience immediately verifies everything you do. If you walk on stage just to mechanically recite the script, people won't buy it. But when you allow yourself to fully enter the character and forget yourself, you experience incredible freedom. And that's not easy.

Theatre tests you very quickly. The audience does too.

You may think you've carefully built a scene, with the perfect pause and punchline, and in theory the audience should laugh or cry—and suddenly there's silence. It didn't work. Something went wrong.

Yet you still have to stay present. You can't walk off stage. You have to keep building the scene.

Freshness and presence are the hardest things in theatre. How do you stop a performance from becoming reheated leftovers? How do you make a character you've played for the 358th time feel new again—for both yourself and the audience?

Karolina Ciesielska: But the audience changes too, so perhaps that gives you a sense of novelty.

Anna Karczmarczyk: Maybe. But audiences are clever as well. They see, know, and feel when something works and when it doesn't.

I also feel that today's audiences are more expressive. They laugh, cry, but they'll also yawn, cough, or even boo. I'm not sure whether that's because theatre has become more accessible through touring productions, but modern audiences have become very comfortable in their theatre seats—and sometimes they can be ruthless.

Karolina Ciesielska: But that's probably a good thing.

Anna Karczmarczyk: I like that. It creates an interesting game between you and the audience.

They're allowed to have expectations. You give yourself permission to step beyond your own patterns—and that's when I play on stage like a child. I think that's why I'm still in theatre.

There are performances that open up completely new spaces within me. Suddenly, the theatrical improvisation that took me years to learn becomes a sandbox where I can freely explore and play.

Karolina Ciesielska: Is there a role—perhaps in theatre, perhaps from the classical repertoire—that you dream of playing?

Anna Karczmarczyk: I'm a huge fan of Chekhov. I performed a lot of his work at the Theatre Academy with my mentor, Andrzej Domalik. Those are stories that draw me in and hypnotize me.

I'd also love to return to Słowacki. Lately, I've been drawn to the classics in general—to old-school plays much more than contemporary theatre. What I love about them is that everything remains unsaid.

You never fully know what's really going on, and yet everything is incredibly simple at the same time. You feel rather than know.

Karolina Ciesielska: I'd like to stop on one word you used—"hypnotize." You've also been involved with hypnosis and hypnotherapy. How did that enter your life? And is it still part of it today?

Anna Karczmarczyk: It appeared during a long and demanding journey of searching for myself and building myself as a person—finding my footing after several very difficult periods in my life. They were hard for me and hard for my family as well.

It began rather innocently, with a nervous breakdown. What helped me recover were Hellinger constellations. That was when I realized there might be something more to the world around us. I discovered methods I had never heard of before—methods that could reveal patterns and uncover trauma more quickly and more directly, while also teaching me how to deal with them so that my life could become better.

I want my life to keep improving—especially now that I'm a mother. I don't want to pass my traumas and problems on to my child. I want my daughter to be free from them, which means I have to put my own house in order first.

And when all those "skeletons in the closet" started coming out, it turned out there was quite a lot to sort through.

Somewhere along that journey—through different circles and different approaches to spiritual development—I encountered hypnosis. And because I tend to dive into things wholeheartedly, I immediately enrolled in the Polish Academy of Hypnosis. I thought that before going through hypnotherapy myself, I wanted to understand what it actually was. I was shocked during the first training session. We learned not only the theory and history of hypnosis and its pioneers, but also how hypnotic tools are used in business, medicine, and many other areas of life.

I remember thinking: Wow, I may have discovered a tool that I naturally understand. A tool that works well for me and one that could potentially help others.

During that first session, I also saw how hypnosis is conducted. I learned about the subconscious mind, brain waves, and the entire process—how the hypnotist and the person in trance work together, how deeply connected they are, and how a hypnotist can act as a guide for someone who wants to change their life.

After all that, I thought: All right, now it's my turn to sit in that chair.

So I did.

And what happened during those processes was extraordinary for me.

For example, after twelve years of taking medication, I recovered from hypothyroidism. Recently, my doctor looked at my test results and said, "Your thyroid is functioning perfectly. Everything looks ideal. What changed in your life?"



I replied, "I started hypnotherapy."

Fortunately, my doctor is a very open-minded person. He told me, "If there's a way to avoid taking medication—which is only meant to stimulate the body and support the thyroid—then go for it. Medication is there to help when things are difficult, but it doesn't necessarily have to be a lifelong solution."

Karolina Ciesielska: What exactly did you discover through hypnosis that had such an impact on your life?

Anna Karczmarczyk: I discovered that it's a tool capable of reaching a problem in two hours that traditional therapy might take two hundred hours to uncover.

The human mind works in such a way that when something traumatic or extremely difficult happens, we place it in a box and hide it because we need to survive. Those experiences become stored in both the body and the subconscious mind.

The subconscious wants to protect us, so it buries those memories so deeply that we often have no conscious recollection of them. We forget that something deeply painful happened or that we experienced a profound loss at some point in our lives.

Karolina Ciesielska: And what did you learn about yourself?

Anna Karczmarczyk: I certainly learned what was behind my thyroid issues—why it had stopped coping with certain things, what emotions and experiences had been stored there, and how to transform them.

I also worked on my self-confidence. I explored what I'm genuinely good at and whether the path I chose in life is also the path my soul would choose. Among other things, that's what I learned about myself.

Later, when I began working with people in therapeutic processes, I discovered something else: how extraordinary human beings really are, and how much we are capable of doing on our own.

Because every hypnosis session is ultimately self-hypnosis. The more you allow yourself to experience, the more can happen. I simply act as a guide—someone who helps and knows how to respond when difficult moments arise.

For example, when the body starts sending clear signals that it has been carrying something painful. Within a hypnotic process, traumas can be safely transformed and new qualities can be built.

Karolina Ciesielska: Let's move to a slightly lighter topic—though still an important one—and return to your beginnings in the film industry. You've had the opportunity to observe it for more than twenty years. How much has it changed? And is it moving in the right direction?

Anna Karczmarczyk: I'm not sure it is.

Part of me misses a type of cinema that isn't so focused on dopamine, speed, and the accumulation of every possible extreme. I miss storytelling. I miss deep emotions in film.

Karolina Ciesielska: Aren't we slowly returning to that? For example, in this year's Oscar selections?

Anna Karczmarczyk: Hamnet and Sentimental Value certainly suggest that, but One Battle After

Another, for example, left no impression on me at all.

I honestly don't know where things are heading.

We're facing many new challenges—artificial intelligence, short-form video, three-minute series. Younger generations get bored very quickly because of platforms like Instagram and TikTok. They're overstimulated by dopamine. It's difficult for them to stay focused on anything that doesn't change every few seconds.

I think we're going to keep evolving and searching for a common language that works for everyone. We're standing at a crossroads, and I have no idea where we'll be five years from now.

Streaming platforms have certainly had a huge influence as well. Certain requirements are imposed on film projects—what must be included, what words need to be spoken, what kinds of relationships and dynamics must appear in the script.

On one hand, we have tremendous freedom of expression. On the other, productions and streaming services impose specific styles and values on creators.

That's why I'm very happy that auteur cinema still exists.

Karolina Ciesielska: So that's something close to your heart. I also get the impression that you choose the people you work with very carefully.

Anna Karczmarczyk: Ideally, I'd like to choose them based on energy first and foremost.

And lately, I feel that the collaborations coming my way are exactly the kind I love—the kind that stay with you forever.

Karolina Ciesielska: Are there any filmmakers, Polish or international, you particularly dream of working with?

Anna Karczmarczyk: Yes, there are many. And that makes me very happy, because I feel that a lot of new creators with fresh perspectives are emerging. People who genuinely fight to make a project their own and are capable of convincing streaming platforms to back their ideas.

For example, Maciej Buchwald and Kordian Kądziera. I auditioned for their series. In the end, they chose someone else, but the meeting itself was fantastic. Their vision is so strong that I think they could probably convince an elephant to start ice skating. And I really admire that kind of boldness.

I hope we'll see more and more of it. I also hope that somewhere within this flood of streaming productions, a new movement of "art streaming" will emerge. That we'll once again be able to be bored together and fall in love together.

Because that's what I miss today—love in storytelling.

I can't remember the last time I saw a film that was simply about love.

And romantic comedies? Well, we're not very good at them—sorry.

Karolina Ciesielska: Do you ever see yourself in a role within the industry other than acting?

Anna Karczmarczyk: I do think about it. In fact, I've already started moving in that direction a little.

But for now, I'd rather not jinx it. ■





HANNA TURNAU

TRZEBA ROBIĆ SWOJE
I SIĘ NIE PODDAWAĆ

TEKST ALICJA PRUSZYŃSKA
ZDJĘCIA DOMINIKA SCHEIBINGER

Haniu, w jakim momencie zawodowym cię łapię? To intensywny czas czy raczej chwila oddechu?

Mam wrażenie, że w momencie trudniejszym niż łatwiejszym. W takim, który czyha na każdego aktora – kiedy wszystko trochę zwalnia i dzieje się mniej. Zeszły rok był u mnie bardzo intensywny, naprawdę dużo się działo. A kiedy tak jest, mamy nadzieję, że to potrwa jak najdłużej i się nie skończy. Gdy jednak przychodzi moment spowolnienia, bywa trudno. Trzeba na nowo o sobie przypominać i czekać. Ten zawód polega właśnie na czekaniu i cierpliwości – a tej trzeba mieć dużo. Czasem po prostu przez jakiś czas nie dzieje się nic i trzeba to przeczekać. Mam teraz ten wolniejszy czas, ale oczywiście wciąż gram swoje stałe spektakle. Jest to przede wszystkim „Dziennik Anne Frank”. To bardzo bliski mi spektakl – była to dotychczas moja najważniejsza praca z reżyserem Zbigniewem Brzozą. Lubię do tego wracać. W maju graliśmy kolejny raz „Dzieci z Bullerbyn” Agnieszki Glińskiej. To spektakl absolutnie uwielbiany w Warszawie – bilety znikają w moment. Kochają go zarówno dzieci, jak i dorośli. Sam tytuł przyciąga wszystkich, a Agnieszka Glińska jest reżyserką znaną z tego, że świetnie robi dziecięce tytuły. Oczywiście gram też w serialu „M jak miłość”, chociaż jest mnie tam trochę mniej, ostatnio pojawia się tam trochę rzadziej. Szykują się duże zmiany związane z moją obecnością w tym serialu, z którym jestem związana od ponad czterech lat – ale na razie nie mogę zdradzić szczegółów. Jest więc trochę wolniej, ale przez to wpadłam na pewien pomysł. Przytrafia mi się tak dużo różnych i dziwnych sytuacji związanych z moim zawodem. Są to sytuacje często absurdalne i zabawne, ale bywają też trudne czy gorzkie. Ten zawód jest trochę jak sinusoida – ciągle mierzymy się z różnymi rzeczami. Pomyślałam więc, że tych historii zebrało się już tyle, że chciałabym o nich opowiedzieć. Wpadłam na pomysł zrobienia monodramu o aktorce. Chciałabym pokazać w nim ten zawód „od kuchni” – opowiedzieć o tym, z czym aktorka musi się mierzyć, zarówno w momentach dobrych, jak i w tych trudniejszych, kiedy pracy jest mniej.

Czyli trochę tych projektów mimo wszystko jest. Do planów jeszcze wrócimy, ale chciałabym zapytać o początki. Podobno twoje pierwsze sceniczne doświadczenia to program „Od przedszkola do Opolą”. Czy już wtedy, jako dziewczynka, marzyłaś o aktorstwie? A może najpierw chciałaś zostać piosenkarką?

Rzeczywiście, wystąpiłam w „Od przedszkola do Opolą” kiedy miałam siedem lat – to był 1998 rok. W programie przedstawiono mnie wtedy jako dziewczynkę, która w przyszłości chciałaby zostać... piosenkarką i fryzjerką. To były moje pierwsze marzenia. Z fryzjerstwa jednak zrezygnowałam, a aktorstwo pojawiło się chwilę później. Od dziecka mówiłam, że będę aktorką. Przez chwilę była jeszcze ta piosenkarka – bardzo lubiłam występować i śpie-

wać. Mam wrażenie, że u wielu moich koleżanek aktorek wyglądało to podobnie – często od początku czujemy, że właśnie tego chcemy.

A kiedy zaczęłaś myśleć o aktorstwie naprawdę poważnie, czy widziałaś w tym zawodzie coś więcej niż tylko pracę?

Tak, zdecydowanie. Myślę, że w tej pracy jest pewien rodzaj misyjności. Poprzez swoją pracę możemy mówić o rzeczach ważnych – i po takie projekty warto sięgać. Oczywiście nie zawsze jest to proste, bo nie każdy taki projekt do nas przychodzi. Poprzez naszą pracę możemy w jakiś sposób zmieniać świat na lepszy, co ostatnio pokazał film Wojtka Smarzowskiego „Dom Dobry”, który miał ogromną oglądalność, a porusza tak ważny temat jak przemoc domowa. Poprzez pracę możemy mówić o rzeczach ważnych – nie wiem czy powinniśmy, ale myślę że gdy ktoś ma zasięg w social mediach, to warto z niego korzystać.

Pytam o to, bo wspomniałaś już o jednym z twoich ważniejszych projektów – spektaklu „Dziennika Anne Frank” w Teatrze Lalka. To przedstawienie oparte na pamiętnikach żydowskiej dziewczynki z czasów II wojny światowej, która ukrywała się przed nazistami. To bardzo trudny temat. Czy to jedna z takich ról, które ciężko zostawić w teatrze po spektaklu?

Tak, to było wyzwanie. Tym bardziej, że w tym spektaklu opowiadamy o prawdziwych ludziach. To sprawia, że wszystko staje się jeszcze mocniejsze – wiemy, że oni naprawdę istnieli, naprawdę się ukrywali i że faktycznie zginęli. I to właściwie tuż przed wyzwoleniem. Dla mnie to jest w tej historii najtrudniejsze – świadomość, że tak długo byli w stanie się ukrywać, a tuż przed końcem wojny zostali zdradzeni i prawie wszyscy zginęli w obozach zagłady. W spektaklu mocno to wybrzmiewa także dlatego, że po zakończeniu przedstawienia wyświetlane są napisy mówiące o tym, kto gdzie zginął. Ci ludzie zostali rozdzieleni i każdy trafił do innego obozu zagłady. Po spektaklu nawet nie wychodzimy do ukłonów. To jedyny taki spektakl w moim życiu. Opowiedzieliśmy historię tak mocną i dotyczącą prawdziwych ludzi, że trochę nie wypada już wychodzić i się kłaniać. Taki jest właśnie ten projekt i taka jest też ta rola – lubię do niej wracać, chociaż zawsze jest to trudne – zwłaszcza że nie gramy tego spektaklu bardzo często. Powroty do tej historii po kilku miesiącach przerwy bywają dla mnie naprawdę ciężkie. A jednocześnie to temat, który dziś wydaje się bardzo potrzebny – mam na myśli przede wszystkim pamięć o Holokauście. Wydaje mi się, że znowu jesteśmy w momencie nasilonego antysemityzmu, także w kontekście tego, co dzieje się wokół konfliktu izraelsko-palestyńskiego, w którym to Izrael jest agresorem. Historia jest jednak taka, jaka jest – ważne, abyśmy cały czas o tym pamiętali. **Gracie ten spektakl w teatrze, który w dużej mierze kieruje swoją ofertę do młodszej publiczności. Zastanawialiście się, jak oni odbierają taką historię?**

Młody widz to w ogóle niełatwy widz. Przy-



znam, że to zawsze jest dla mnie jeden z najbardziej stresujących momentów przed spektaklem – pytanie: kto dziś przyszedł na widownię? Najczęściej są to licealiści, bo spektakl jest przeznaczony dla widzów od 15. roku życia, więc to już starsza młodzież. Zawsze trochę się obawiam, jak podejść do tematu i czy potraktują go poważnie. Sama pamiętam szkolne wycieczki do obozów zagłady – to nigdy nie był dobry pomysł. Młodzież bywa trudna, potrafi też żartować ze wszystkiego. Ale za każdym razem, kiedy mam takie obawy, okazuje się, że jest zupełnie inaczej. Na widowni zapada cisza, widzowie są bardzo zaszuchani. Ostatnio na spektaklu był też syn mojej znajomej. Po przedstawieniu zapytałam ją, co powiedział. Odpisała mi, że niewiele – stwierdził tylko, że spektakl był „spoko”. Ale kilka godzin później przyszedł do niej i zapytał o swoich pradziadków. Chciał wiedzieć, co robili w czasie wojny. I to już jest jakaś refleksja – zaczyna się myślenie o historii własnej rodziny. Przecież mija tyle czasu, że rosną już pokolenia, którym historie z tamtego okresu nie będą przekazywane bezpośrednio. Warto o tym pamiętać – to jest aż sto lat i tylko sto lat. I to chyba też pokazuje, po co w ogóle jest sztuka. **Ale – jak sama wcześniej wspomniałaś – ta branża ma też drugą stronę. Powiedz mi, czy czujesz się w ogóle częścią show-biznesu?**

Nigdy się nad tym nie zastanawiałam. Chyba trochę tak – w tym sensie, że chodzę na branżowe eventy, premiery czy pokazy mody. Sama w tym uczestniczę, więc siłą rzeczy się w to wpisuję. Ale czy czuję się częścią polskiego show-biznesu? Nie do końca.

A czy łatwo było ci się w tym odnaleźć?

Nie, zdecydowanie nie. I wydaje mi się, że niewiele jest osób, którym naprawdę łatwo się w tym odnaleźć. Na początku trudne było dla mnie stanie na ścianie. To było dla mnie potwornie stresujące. Za każdym razem jest jakiś trochę nieprzyjemny element. Ale kiedy spojrzysz się na ten zawód całościowo, to jest to po prostu część pracy. Trochę jak przygotowanie do roli – takie bywanie na eventach to też jest jakiś rodzaj pracy.

Zastanawiam się, czy można nauczyć się dystansu do tego, że twoje słowa – wypowiedziane gdzieś szybko – nagle zaczynają być własnym życiem i bywają interpretowane inaczej, niż zamierzałaś.

To nie jest łatwe. Czasem łapię się na tym, że coś opublikuję na swoim Instagramie i nie pomyślę, że może to zostać przedrukowane i podane w zupełnie inny sposób. Z drugiej strony nie mam na to wpływu. Mam publiczne konto, obserwuje mnie kilkadziesiąt tysięcy osób, więc muszę brać pod uwagę, że tak się może wydarzyć.

Chcę być sobą, również w swoich social mediach. Nie chcę kreować w mediach społecznościowych postaci, którą nie jestem. Jeśli coś mnie zdenerwuje, to też potrafię o tym powiedzieć. A że później idzie to dalej w świat – na to już nie mam wpływu. Mogę to tylko zaakceptować i czasem się z tego pośmiać. Zresztą lubię trochę wyśmiać tę całą powagę. To chyba najlepsza metoda, bo inaczej można zwariować.

Ostatnio było trochę głośno po tym, jak wspo-

mniałaś o trudnej sytuacji castingowej. Nie chcę wchodzić w szczegóły, ale pomyślałam wtedy, że wciąż za mało mówi się o trudnej stronie aktorstwa – i nie mam na myśli tylko czekania na role.

Bo zwykle, kiedy gdzieś opowiadamy o swojej pracy, chcemy mówić o projektach, o tym, że coś się dzieje, że jest pozytywnie. Tak to chcemy pokazywać. Ale rzeczywiście opisałam na Instagramie trudną sytuację castingową – w skrócie: ktoś mnie po prostu źle potraktował. Ten wpis został później przedrukowany przez portal plotkarski w dość szyderczym kontekście. Pojawił się nagłówek, że Hanna Turnau ubolewa nad swoim „CIEŻKIM LOSEM”. Znowu próbuje się pokazać ludziom, że nasz zawód to takie nic. Że o co artystom w ogóle chodzi? Z czego chcemy? Przecież tylko chodzimy na ścianki i imprezy, wszyscy mieszkamy w willach i jeździmy porsche. To mnie najbardziej zabolowało – znowu chcą pokazać ludziom, że nie mamy prawa narzekać, bo nam się tak świetnie żyje.

Cały czas zapominamy o tym, że osoby, którym faktycznie tak fantastycznie się powodzi, to niewielki procent. Cała reszta ma naprawdę ciężko. Jesteśmy zresztą jedyną grupą zawodową w Polsce, która nie ma składki NFZ. O to walczy Związek Zawodowy Aktorów Polskich, żebyśmy byli traktowani na równi z innymi zawodami. Bo jeśli ktoś nie ma stałego etatu w teatrze – a takich aktorów jest mniejszość – to najczęściej pracuje jako freelancer albo prowadzi działalność gospodarczą. I to nie jest łatwy żywot. O tym się ciągle zapomina, śmieje się i wrzuca nas do jednego wora z celebrytami, którzy zarabiają dużo pieniędzy. Realia pracy i zarobków w teatrze nie są kolorowe. Często to pensje zbliżone do najniższej krajowej, bardzo niewielkie stawki za spektakle w mniejszych miejscowościach. W Warszawie, ale w teatrze dziecięcym – w Teatrze Lalka – te stawki też są bardzo niskie. Wykonując ten zawód ciężko się utrzymać na powierzchni ziemi. Dlatego chcę też o tym opowiedzieć w moim monodramie.

Czyli to forma odzyskania swojego głosu?

Tak. I pokazanie widzom, jak wygląda nasza praca od kuchni – zwłaszcza te miesiące, kiedy nie mamy pracy, kiedy staramy się o role i ciągle spotykamy się z odrzuceniem. Bo o tym też się zapomina: my jesteśmy odrzucani cały czas. Na sto castingów wygrywa się jeden.

A w tym zawodzie jest dużo osób bardzo wrażliwych, więc to naprawdę nie jest łatwe doświadczenie.

Nie chcę narzekać czy „biadolić” – tak jak czasem mi się to zdarza. Ale myślę, że warto mówić szerszej o tym, jak różne potrafi być aktorstwo.

Warto mówić szczerze i brać sprawy w swoje ręce.

Dokładnie – dlatego zaczynam działać. Mamy już pierwszą wersję scenariusza. Pisze go fantastyczna scenarzystka, pisarka i komiczka – Asia Pawluśkiewicz. Podkreślam że komiczka, ponieważ chcę żeby to było mocno komediowe. Asia ma fantastyczne poczucie humoru, dlatego zwróciłam się do niej z tym tematem. Jest też autorką monodramu „Co modna pani wiedzieć powinna”, więc ma doświadczenie w tej formie.



Chciałabym, żeby ten monodram był zabawno-gorzki. Bardzo bazuje na moich osobistych doświadczeniach. Spisałam Asi ogromne dokumenty z opisami różnych sytuacji, które mnie spotkały przez moje dziesięcioletnie życie aktorskie – bo mniej więcej dziesięć lat temu skończyłam szkołę. Chcemy skupić się na castingach i self-tape'ach. Mam naprawdę sporo archiwalnych self-tape'ów. Kiedy Asia je zobaczyła, stwierdziła, że to fantastyczny materiał do wykorzystania w spektaklu. Zgodziłam się, bo pomyślałam, że warto pokazać ten świat trochę od kuchni. Chciałybyśmy, żeby część tych self-tape'ów pojawiła się w monodramie. Asia pisze narazie scenariusz, ale skoro już oficjalnie o tym mówię, to znaczy, że musi to powstać. A kiedy będę miała gotowy tekst, to ruszę z tym w świat, żeby ktoś to wyprodukował i żebym mogła to zagrać. Zostając jeszcze trochę przy opowiadaniu historii – bo w zasadzie na tym opiera się ten zawód – pojawiło się u ciebie też słuchowisko „Mordercze zaniki pamięci”. Możesz coś o tym opowiedzieć?

To kryminał, ale trochę komediowy. W tym słuchowisku pada naprawdę dużo trupów, ale jednocześnie bywa momentami bardzo zabawnie. Tekst napisali Kasia Górtat-Rzepka i Piotr Rzepka. I to jest w ogóle też taki aspekt pracy aktora, który bardzo lubię. W naszym zawodzie mamy naprawdę dużo różnych możliwości. W momentach przestoju możemy na przykład więcej pracować głosem – bo po prostu mamy na to czas. Bardzo się cieszę z tego słuchowiska, to była super przygoda. I jak wyraża się emocje w momencie, gdy zostaje tylko głos?

Wspaniale – w pracy zostaje tylko głos i odpada też całe myślenie o tym, jak się wygląda. Nie ma znaczenia, w co się ubierzesz do studia. Siedzisz w zamkniętym, często ciemnym pomieszczeniu, nikt cię nie widzi, a ty możesz oddać emocje wyłącznie głosem.

Czyli jest to łatwiejsze?



Nie powiedziałabym, że łatwiejsze. Może w jakimś sensie nawet trudniejsze. Masz tylko głos, więc emocje muszą naprawdę wybrzmieć prawdziwie. Ale to jest też bardzo przyjemne i właśnie w tym zawodzie fajne – że mamy tak wiele różnych możliwości.

Zastanawiam się też, jak to będzie wyglądać w przyszłości w kontekście sztucznej inteligencji – jak to może wpłynąć na tę branżę.

O tym mówi się już od jakiegoś czasu. Rzeczywiście wielu aktorów czy lektorów się tym martwi. Ale mam wrażenie, że na razie to nam nie grozi. Człowiek wciąż jest tutaj nie do zastąpienia. Sama nagrywam sporo reklam głosowych i widzę, że klienci wybierają żywego aktora. AI nie jest w stanie wykonać konkretnych poleceń, które dostaje się trakcie nagrania. Taki głos jest „suchy”, a aktorzy są w stanie przekazać w głosie emocje, więc wydaje mi się, że na razie nie

TEATR **rampa** NA TARGÓWKU × POŻAR W BURDELU

LALKA '89

REŻYSERIA **Michał Walczak**
SCENARIUSZ **Michał Walczak, Max Łubieński**
MUZYKA **Wiktor Stokowski**

PREMIERA 5 CZERWCA 2026



WSPÓLORGANIZATOR





jesteśmy zagrożeni.

Haniu, czy twoim zdaniem te najważniejsze projekty – oprócz monodramu – są jeszcze przed tobą? Mam tu też na myśli świat filmu.

Tak, oczywiście. Cały czas czekam dużą rolę w filmie. A nawet niekoniecznie dużą, ale znaczącą, bo dotychczas pojawiały się epizody. To były spotkania z ciekawymi reżyserami, ale zawsze chce się więcej. Zresztą często jest ryzyko wycięcia z projektu. Ostatnio grałam w najnowszej „Lalce”, która będzie miała premierę we wrześniu. Miałam tam jedną scenę, więc wiem, że ryzyko, iż nie pojawię się w tym filmie, jest ogromne. Nagrywa się dużo więcej materiału, niż później znajduje się w wersji montażowej, więc wiele scen „idzie pod nóż”. Zawsze pojawia się ryzyko, że się kogoś wytnie, tym bardziej jeżeli miał jeden dzień zdjęciowy. Ale wierzę, że najlepsze rzeczy są jeszcze przede mną i że to wszystko przyjdzie. W tym zawodzie jest jednak ta niewiadoma – kiedy przyjdzie. Dlatego mam wrażenie, że trzeba po prostu robić swoje i się nie poddawać. A kiedy się upada, to wstawać, otrząść się i iść dalej. Jeżeli chce się wykonywać ten zawód, to trzeba mieć naprawdę twardy tyłek. ■

ENGLISH

AN ACTOR'S WORK OPERATES IN INTERVALS.

Alicja Pruszyńska: Hania, what stage of your career are you in at the moment? Is it a busy period or more of a moment to catch your breath?

Hanna Turnau: I feel like it's a more difficult moment than an easy one. The kind that waits for every actor sooner or later—when everything slows down a little and there's less going on. Last year was incredibly intense for me; a lot was happening. And when things are going well, we always hope it will last as long as possible. But when a slower period arrives, it can be difficult. You have to remind people that you exist and simply wait. This profession is all about waiting and patience—and you need a lot of it. Sometimes nothing happens for a while, and you just have to get through it.

Right now, I'm in one of those slower periods, although I'm still performing in my regular productions. The main one is *The Diary of Anne Frank*. It's a production that's very close to my heart. It has been my most important collaboration so far with director Zbigniew Brzoza. I always enjoy returning to it.

In May, we performed *The Children of Bullerbyn* again, directed by Agnieszka Glińska. It's an absolutely beloved production in Warsaw—tickets disappear almost instantly. Both children and adults love it. The title itself attracts audiences, and Agnieszka Glińska is known for being exceptional when it comes to productions for younger viewers. Of course, I'm also still appearing in the TV series *M jak miłość*, although a little less frequently these days. Some major changes related to my involvement in the show are coming, but since I've been part of it for more than four years, I can't reveal any details just yet.

So things are a bit slower, but that has led me to a new idea. So many strange and unusual situations have happened to me because of this profession. Some of them are absurd and funny, others difficult or bittersweet. Acting is a bit like a roller coaster—you're constantly dealing with different challenges. I realized I've accumulated enough stories that I'd like to tell them. So I came up with the idea of creating a one-woman show about being an actress. I want to show what this profession looks like behind the scenes and talk about what actresses face, both in the good moments and in the more difficult periods when work is scarce.

So despite everything, you still have quite a few projects going on. We'll come back to your plans later, but first I'd like to ask about your beginnings. Apparently, your first stage experience was on the television show *Od przedszkola do Opola*. As a little girl, did you already dream of becoming an actress? Or did you want to be a singer first?

That's true. I appeared on *Od przedszkola do Opola* when I was seven years old, back in 1998. In the



program, I was introduced as a girl who wanted to become... a singer and a hairdresser. Those were my first dreams. I eventually gave up on hairdressing, and acting appeared shortly afterward. Since childhood, I've always said I would become an actress. For a while, there was also the dream of being a singer because I loved performing and singing. I think many actresses have a similar story—we often know very early on that this is what we want to do.



When you started taking acting seriously, did you see it as something more than just a job?

Absolutely. I think there's a certain sense of mission in this profession. Through our work, we can talk about important issues, and those are the kinds of projects worth pursuing. Of course, it's not always easy because those opportunities don't come along every day.

Through our work, we can influence the world in a positive way. A recent example is Wojtek Smarzowski's film *Dom Dobry*, which reached a huge audience while addressing the very important issue of domestic violence.

Our work allows us to discuss things that matter.

I don't know whether we are obligated to do so, but I think that when someone has a platform and an audience on social media, it's worth using it.

I ask because you already mentioned one of your most important projects, *The Diary of Anne Frank* at Teatr Lalka. It's based on the diaries of a Jewish girl who hid from the Nazis during World War II. That's an extremely difficult subject. Is it one of those roles that's hard to leave behind at the theatre after the performance ends?

Yes, it was definitely a challenge. Especially because we are telling the story of real people. That makes everything even more powerful—we know they truly existed, they really hid, and they really died. And they died just before liberation.

For me, that's the hardest part of the story. They managed to remain hidden for so long, only to be betrayed shortly before the end of the war, and almost all of them died in concentration camps.

The production emphasizes this strongly because after the performance ends, captions appear explaining where each person died. They were separated, and each family member was sent to a different camp.

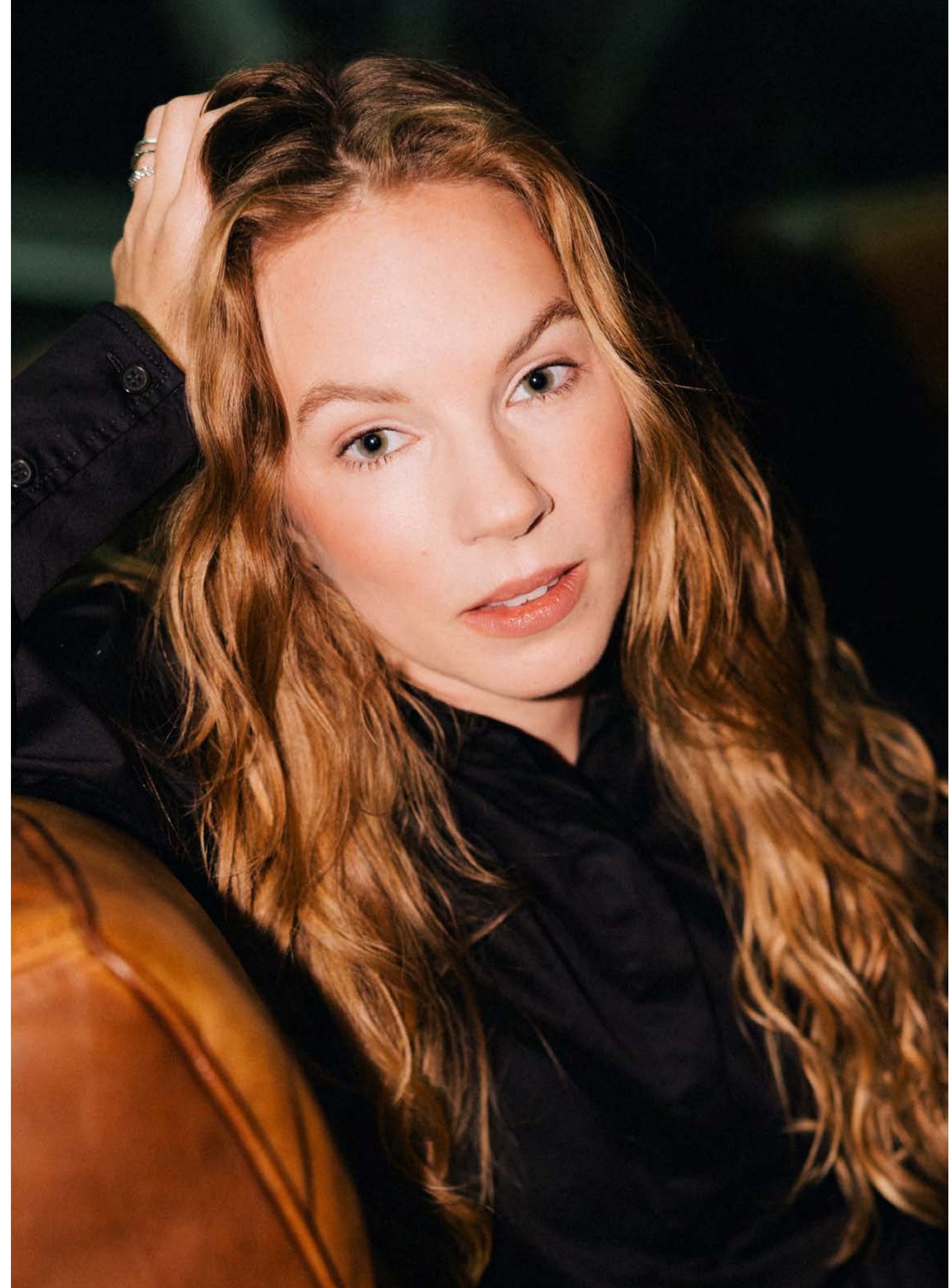
We don't even come back out for bows afterward. It's the only production in my career where that happens. We've told such a powerful story about real people that it somehow feels inappropriate to come out and take applause afterward.

That's the nature of this project and this role. I enjoy returning to it, although it's always difficult—especially because we don't perform it very often. Returning to that story after several months away can be emotionally challenging.

At the same time, it feels incredibly relevant today. I mean the importance of remembering the Holocaust. I feel we are once again living through a period of growing antisemitism, also in the context of the Israeli-Palestinian conflict, where Israel is the aggressor. History is what it is, and it's important that we continue to remember it.

You perform this play in a theatre that largely caters to younger audiences. Did you ever wonder how they respond to such a story?

Young audiences are actually among the most challenging audiences. To be honest, one of the most stressful moments before a performance is wondering who's sitting in the audience that day.



Most often they're high-school students, since the production is intended for audiences aged fifteen and older. I always worry a little about whether they'll take the subject seriously.

I remember school trips to concentration camps myself—they were rarely a good idea. Teenagers can be difficult. They're capable of joking about almost anything.

Yet every time I have those concerns, the opposite happens. The audience becomes completely silent. They listen attentively.

Recently, the son of a friend attended the performance. Afterwards, I asked her what he thought. She told me he simply said it was "pretty good." But a few hours later, he came back and started asking questions about his great-grandparents. He wanted to know what they had done during the war.

That's already a form of reflection. It's the beginning of thinking about your own family history. So much time has passed that new generations are growing up without direct contact with people who lived through those events. It's important to remember that. It's already a hundred years—and only a hundred years.

And I suppose that also shows why art matters in the first place. But as you mentioned earlier, this industry has another side as well. Do you consider yourself part of show business?

I've honestly never thought about it. In some ways, yes—I attend industry events, premieres, and fashion shows. I participate in that world, so in that sense I'm part of it. But do I truly feel like I belong to Polish show business? Not really.

Was it easy for you to find your place in that world?
Hanna Turnau: No, definitely not. And I think very few people find it genuinely easy. In the beginning, even standing on the red carpet and posing for photos was difficult for me. It was incredibly stressful. There's always something slightly uncomfortable about it. But when you look at the profession as a whole, it's simply part of the job. In a way, attending industry events is like preparing for a role—it's another aspect of the work.

I wonder whether it's possible to develop some distance from the fact that words you say casually can suddenly take on a life of their own and end up being interpreted very differently from what you intended.

It's not easy. Sometimes I post something on Instagram without even considering that it might be republished elsewhere and presented in a completely different context. On the other hand, I have no control over that. My account is public, and tens of thousands of people follow me, so I have to accept that it can happen.

I want to be myself on social media as well. I don't want to create a character that isn't really me. If something upsets me, I'm capable of talking about it openly. What happens after that—how far it travels and how people interpret it—is no longer in my hands. All I can do is accept it and sometimes laugh about it.

In fact, I enjoy making fun of all that seriousness. It's probably the best coping mechanism, because otherwise you could go crazy.

Recently, there was quite a bit of attention after you spoke publicly about a difficult casting experience. I don't want to get into the details, but it made me think that we still don't talk enough about the difficult side of acting—and I don't mean just waiting for roles.

That's true. Usually, when actors talk about their work, we prefer to discuss projects, things that are happening, and positive developments. That's the image we tend to present.

But yes, I did describe a difficult casting experience on Instagram. To put it simply, someone treated me badly.

Later, a gossip website republished my post in a rather mocking way. The headline suggested that Hanna Turnau was complaining about her "HARD LIFE."

Once again, there was this attempt to convince people that our profession is somehow insignificant. As if artists have no right to complain. What could we possibly want? After all, we supposedly just attend parties and pose for photos, live in mansions, and drive Porsches.

That was what hurt the most—the suggestion that we have no right to struggle because our lives are supposedly so wonderful.

People constantly forget that those who are genuinely thriving financially make up only a tiny per-



centage of the profession. The vast majority have a very difficult time.

In fact, actors are the only professional group in Poland without guaranteed access to the public healthcare system through standard employment contributions. The Polish Actors' Union has been fighting to change that and to ensure actors are treated the same way as other professions.

Because unless someone has a permanent position in a theatre—and those actors are actually the minority—they usually work as freelancers or run their own businesses. And that's not an easy life.

People forget that. They laugh about it and put us all into the same category as celebrities who earn enormous amounts of money.

The reality of working in theatre and the salaries involved are far from glamorous. Often, wages are close to the minimum salary. Performance fees in smaller towns can be very low. Even in Warsaw, working in children's theatre—in my case, at Teatr Lalka—the rates are modest.

Making a living as an actor can be genuinely difficult. That's one of the reasons I want to talk about it in my one-woman show.

So the project is also a way of reclaiming your own voice?

Exactly. And it's a way of showing audiences what our work actually looks like behind the scenes—especially those months when there's no work, when we're auditioning constantly and facing rejection after rejection.

People forget that part too: we're rejected all the time.

Out of a hundred castings, you might get one role.

And many people in this profession are highly sensitive, so that's not an easy thing to deal with.

I don't want to complain or "whine," as some people accuse me of doing. But I do think it's worth talking honestly about how varied and challenging this profession can be.

It's important to speak openly and take matters into your own hands.

Exactly. That's why I've started working on it.

We already have the first draft of the script. It's being written by the wonderful screenwriter, author, and comedian Joanna Pawluskiewicz. I emphasize comedian because I want the show to be strongly comedic. Asia has an incredible sense of humor, which is why I approached her with this idea.

She also wrote the one-woman show What Every

Fashionable Lady Should Know, so she has experience with this format.

I'd like the piece to be both funny and bittersweet. It's heavily based on my own experiences.

I gave Asia huge documents describing all sorts of situations that have happened to me throughout my ten years as a professional actress—I graduated from drama school about ten years ago.

We want to focus on castings and self-tapes. I ac-



tually have a huge archive of old self-tape auditions. When Asia saw them, she immediately said they were fantastic material for the show.

I agreed, because I thought it would be interesting to give audiences a glimpse behind the curtain. We'd love to include some of those self-tapes in the production.

At the moment, Asia is still writing the script. But since I'm already talking about it publicly, I suppose that means it has to happen now.

Once the script is finished, I'll take it out into the world and hopefully find someone willing to produce it so I can perform it.

Staying with storytelling for a moment—because, in many ways, that's what this profession is

OMODA | JAECCO

OMODA 7 Super Hybrid

Przyszłość, którą tworzysz



SHS
SUPER HYBRID SYSTEM

Zaprezentowany model to OMODA 7 Super Hybrid w wersji Premium z układem napędowym SHS-P o mocy systemowej 279 KM z automatyczną przekładnią 1DHT, dla którego średnie zużycie paliwa wynosi 2,3 l/100 km, a średnia emisja CO2 wynosi 53 g/km.

all about—you also appeared in the audio drama Murderous Memory Loss. Could you tell us a little about that?

It's a crime story, but with a comedic twist.

There are a lot of dead bodies in it, but at the same time it's genuinely funny in places. The script was written by Katarzyna Górtat-Rzepka and Piotr Rzepka.

This is actually another aspect of acting that I really enjoy. Our profession offers so many different opportunities. During quieter periods, for example, we can focus more on voice work simply because we have the time.

I'm very happy to have been part of that project. It was a wonderful experience.

How do you convey emotions when all you have is your voice?

It's wonderful. When you work only with your voice, you stop thinking about how you look. It doesn't matter what you wear to the studio. You're sitting in a closed room, often in the dark, and nobody can see you. All you have is your voice and your ability to communicate emotion through it.

So is it easier?

I wouldn't say easier. In some ways, it may even be harder.

You only have your voice, which means every emotion has to feel completely authentic. But it's also incredibly enjoyable. That's one of the things I love about this profession—it offers so many different ways to tell stories.

I also wonder what all of this will look like in the future, especially in the context of artificial intelligence and its potential impact on the industry.

People have been talking about that for quite some time.

Many actors and voice artists are genuinely concerned about it. But I feel that, for now at least, it isn't a real threat.

Human beings are still irreplaceable.

I record a lot of voice-over commercials myself, and I can see that clients still prefer working with a real actor. AI isn't capable of responding to specific directions during a recording session. The result often feels flat, whereas actors can communicate genuine emotions through their voices.

So, at least for now, I don't think we're in danger.

Hania, do you feel that your most important projects—apart from the one-woman show—are still ahead of you? I'm thinking particularly about film.

Absolutely.

I'm still waiting for a major film role. Or perhaps not even a major one, but an important one.

So far, most of my film work has consisted of smaller appearances. They've allowed me to work with fascinating directors, but of course you always want more.

There's also the constant risk of being cut from a project altogether.

Recently, I appeared in the newest adaptation of *The Doll*, which premieres in September. I only had

one scene, so I know there's a very real chance that I won't appear in the final version at all.

Much more material is filmed than ultimately makes it into the final cut, and many scenes end up on the cutting-room floor. There's always a possibility that an actor will be removed, especially if they only worked for a single day.

Still, I truly believe that the best things are ahead of me and that those opportunities will come.

The challenge in this profession is that you never know when.

That's why I think the only thing you can do is keep working and refuse to give up. When you fall, you get back up, dust yourself off, and keep going.

If you want to make a living as an actor, you need to have a very thick skin. ■





GHANA

W POLSCE

SARKODIE | OPOKU | BLANKSON | ZAREMBA
fotografia | fotografia | malarstwo | fotografia

WARSZAWA • 15.06 • 19.00

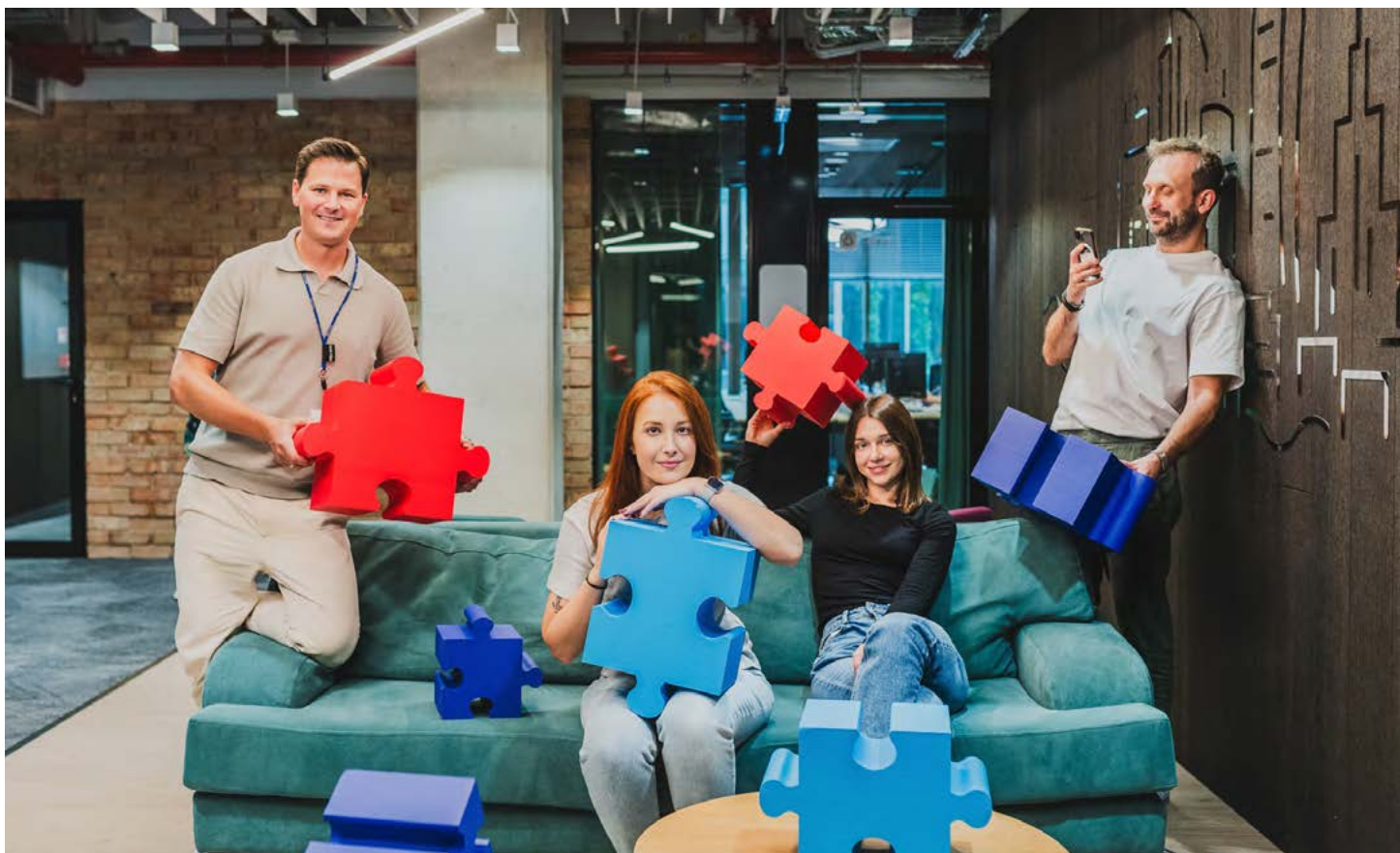
Stratos Office Center, ul. ks. J. Skorupki 5

Ekspozycja jest finałem wystaw w Polsce prac ghańskich fotografów: Mary Sarkodie i Theophilusa Seta Opoku. Wystawę wypełnią również barwne płótna uznanego TT Blanksona oraz poruszający cykl zdjęć „Ghana. Barwy Dzieciństwa” Wojciecha Zaremby, realizowany pod patronatem UNICEF. Dopelnieniem będą tradycyjne, ręcznie tkane materiały Kente, które są dla Ghańczyków wizualnym kodem tożsamości.

Nie zabranie także muzyki na żywo!

WSTĘP WOLNY

KOMFORT PRACY ZACZYNA SIĘ W PUZZLE OFFICE



TEKST MAT. PRAS. ZDJĘCIE MICHAŁ ORLIŃSKI

Poranek zaczyna się od kawy i krótkiej rozmowy w kuchni. Ktoś kończy wczorajszy temat, ktoś inny siada do pracy w ciszy lub uczestniczy w spotkaniach. W tle układa się plan dnia. Biuro działa najlepiej wtedy, gdy nie trzeba o nim myśleć – gdy wszystko jest na swoim miejscu, a przestrzeń naturalnie wspiera codzienną pracę zespołów. Dlatego rozmowa o komforcie pracy wygląda dziś inaczej niż jeszcze kilka lat temu. W Puzzle Office nie sprawdza się do standardowych parametrów. „Komfort to coś więcej niż wygodne krzesło i szybki internet. To poczucie swobody, brak zbędnych formalności i przestrzeń, w której można być sobą” – podkreśla Zuzanna Gierkowska, Office Manager w Puzzle Office. W praktyce oznacza to jedno: biuro nie narzuca sposobu działania, tylko dopasowuje się do ludzi.

Możliwość wyboru miejsca pracy, zmiany trybu dnia, pracy w skupieniu albo wśród ludzi sprawiają, że elastyczność przestaje być dodatkiem, a staje się must have’em – bez sztywnych ram. „Komfort to także elastyczność – możliwość dopasowania przestrzeni do swoich potrzeb i stylu pracy” – dodaje Zuza. To właśnie przestrzeń decyduje o tym, czy zespół działa płynnie, czy traci energię na dostosowywanie się do niej. Zmieniają się też same potrzeby pracowników. Coraz wyraźniej chodzi o równowagę – między koncentracją a interakcją, między intensywną pracą a chwilą oddechu. „Coraz większe znaczenie mają kwestie ‘miękkie’ i subiektywne: dobra energia miejsca, brak korporacyjnej sztywności, możliwość poznania ciekawych ludzi. Przestrzeń ma inspirować, a nie przytłaczać” – komentuje dalej. Nawet proste rzeczy,

jak dobra kawa czy kuchnia, w której można chwilę pogadać, zaczynają mieć znaczenie, bo to tam budują się relacje. Puzzle Office funkcjonuje dokładnie w tym modelu. Z jednej strony daje komfort prywatnych biur i pełnej infrastruktury, z drugiej – integruje. „Nie budujemy anonimowego biura – tworzymy miejsce, które żyje. Znamy naszych najemców, wiemy, czym się zajmują i często po prostu się lubimy” – zaznacza Zuzanna. Znaczenie mają też elementy, które na pierwszy rzut oka nie są oczywiste. Szybka reakcja zespołu, dostępność, brak zbędnych procedur – rzeczy, które w praktyce decydują o komforcie pracy bardziej niż standardowe udogodnienia. „Dbamy o detale, reagujemy szybko i jesteśmy dostępni, bo chcemy, żeby ludzie przychodzili do biura z przyjemnością, a nie z obowiązku” – podsumowuje.

Jedyne Takie Kino w Polsce



Sprawdź repertuar na
www.bilety.kinogram.pl

KINOGRAM

Kino KinoGram (piętro +2 nad FoodTown)
Ul. Żelazna 51/53
Warszawa

OUTSOURCING KSIĘGOWOŚCI I KADR – KIEDY I DLACZEGO TO SIĘ OPŁACA PRZEDSIĘBIORCY



TEKST MAT. PRAS. ZDJĘCIA MICHAŁ ORLIŃSKI

Coraz więcej firm decyduje się na outsourcing księgowości i kadr, traktując go nie tylko jako sposób na ograniczenie kosztów, ale przede wszystkim jako element usprawniający zarządzanie przedsiębiorstwem. W dynamicznie zmieniającym się otoczeniu prawnym i podatkowym przedsiębiorcy oczekują dostępu do specjalistycznej wiedzy, nowoczesnych technologii oraz szybkiego wsparcia operacyjnego bez konieczności rozbudowy wewnętrznych działów.

Jedną z najważniejszych korzyści outsourcingu jest dostęp do zespołu ekspertów z różnych obszarów – księgowości, podatków, kadr i płac. Dzięki temu przedsiębiorca nie musi samodzielnie śledzić zmian w prze-

pisach ani inwestować w dodatkowe szkolenia pracowników. Odpowiedzialność za poprawność rozliczeń i zgodność dokumentacji z aktualnymi regulacjami przejmuje wyspecjalizowane biuro rachunkowe.

Istotnym argumentem są również kwestie organizacyjne i finansowe. Utrzymywanie wewnętrznego działu księgowości wiąże się z kosztami rekrutacji, wynagrodzeń oraz systemów informatycznych. Model outsourcingowy pozwala ograniczyć te wydatki i elastycznie dopasować zakres usług do aktualnych potrzeb firmy.

Nowoczesny outsourcing opiera się także na technologii. Elektroniczny obieg dokumentów, praca w chmurze oraz automatyzacja procesów umożliwiają szybszy przepływ informacji

i stały dostęp do danych finansowych. Przedsiębiorca może na bieżąco monitorować sytuację firmy, bez konieczności przechowywania papierowej dokumentacji czy angażowania dodatkowych zasobów administracyjnych.

Well Group Accounting Services rozwija model outsourcingu oparty na połączeniu technologii, specjalizacji i bieżącego wsparcia doradczego. Dzięki pracy w chmurze i cyfrowemu obiegowi dokumentów klienci mają szybki dostęp do danych oraz sprawną komunikację z zespołem ekspertów. To rozwiązanie, które pozwala przedsiębiorcom skupić się na rozwoju biznesu, pozostawiając kwestie księgowe i kadrowe w rękach specjalistów.

IDEALNY W TRASIE. CHERY.



TEKST MAKS WIECZORSKI ZDJĘCIA WIKIMEDIA COMMONS

To kolejny z tzw. „chińczyków”, który miałem przyjemność testować. Test, jak zawsze, odbył się na trasie Warszawa–Giżycko i z powrotem.

Komfortowa przestrzeń – to pierwsze wrażenie po otwarciu drzwi. Na twarzy nie pojawia się grymas typu „o matulu!”. Jest za to dużo tzw. bajerów: elektryczna regulacja foteli, mnóstwo elektroniki i wskaźników. Jest dobrze!

To auto określane jest jako hybryda. Dodam, że bardzo ekonomiczna, a silnik spalinowy został w końcu dobrze wygłuszony. Spalanie na całej trasie utrzymywało się na bardzo dobrym poziomie – od 7 do 8 litrów na 100 kilometrów. To niewiele, szczególnie jak na tak dużego SUV-a.

Auto jest ciche przy wyższych prędkościach, a system hybrydowy płynnie współpracuje z silnikiem spalinowym, co przekłada się na wysoki komfort jazdy. Zawieszenie jest dobrze zestrojone i płynnie wybiera nierówności. Samochód prowadzi się pewnie, świetnie trzyma się drogi, a systemy wspomagające, kamery i elektronika odpowiedzialna za bezpieczeństwo działają bardzo sprawnie.

W środku jest ogrom miejsca – zarówno dla kierowcy, jak i pasażerów. Nie zabraknie go również na bagaże. Do tego dochodzi bardzo wygodne wnętrze oraz panoramiczny dach, który tworzy świetny klimat podczas jazdy. Plus, jak zawsze, za nagłośnienie SONY, szczególnie z opcją dźwięku przestrzennego. Rewelacja.

Na plus zasługuje także bogate wyposażenie i liczba nowoczesnych systemów. Mnóstwo czujników, dobre kamery i systemy wspomagające sprawiają, że parkowanie jest bardzo łatwe i bezstresowe. Widać wyraźnie kierunek, w którym zmierza współczesna motoryzacja.

Technicznie Chery Tiggo 8 Pro Plug-in Hybrid oferuje układ hybrydowy o mocy około 320 KM, automatyczną skrzynię biegów oraz napęd zapewniający bardzo dobrą dynamikę przy zachowaniu niskiego spalania. Przyspieszenie od 0 do 100 km/h zajmuje około 7 sekund.

No i cena. W zależności od wersji wyposażenia i napędu zaczyna się od około 160 tys. zł, a bogatsze odmiany zamykają się kwotą około 210 tys. zł.

Polecam sprawdzić samemu. Dla mnie pięć dni testu było naprawdę miłym zaskoczeniem.





IMPLANTY KOMFORT ŻYCIA

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

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

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

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



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

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

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

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

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



DENTAL IMPLANT ACADEMY

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



a n y
w h e
r e © | F O R
H E R

Fot: enwato

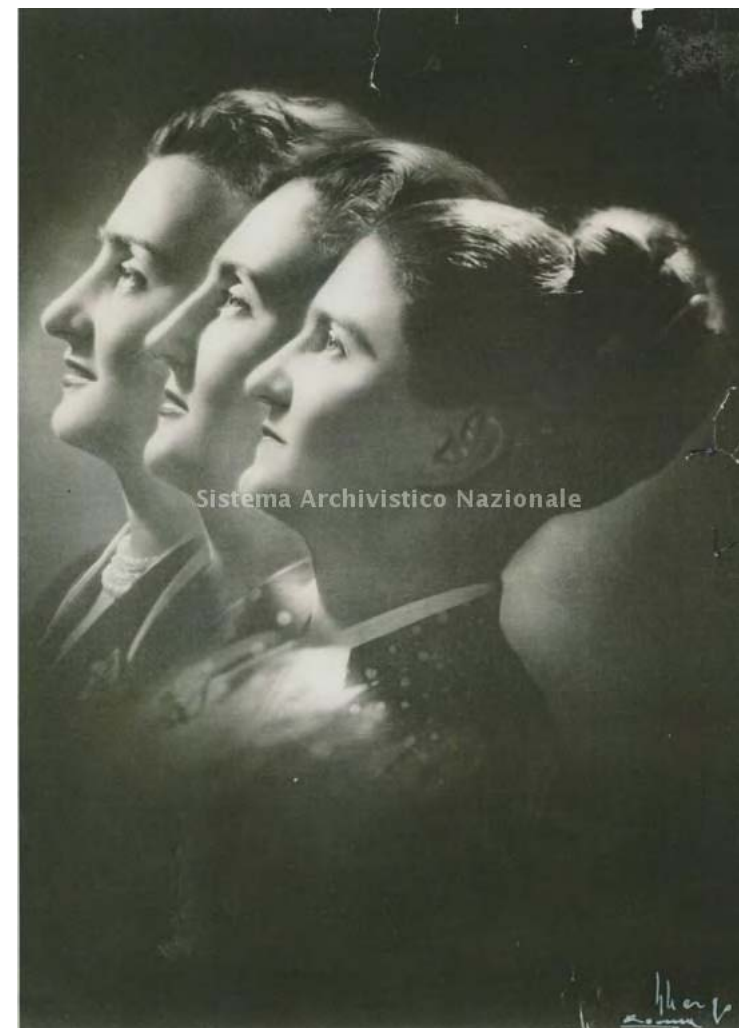


TEMATY

KTÓRYMI CHCEMY
SIĘ DZIELIĆ

POCZĄTEK MODY „MADE IN ITALY” BYŁ KOBIETĄ, CZYLI HISTORIA SIÓSTR FONTANA

PRZEZ NIEMAL PÓŁ WIEKU TRZY SIOSTRY Z TRAVERSATOLO W EMILII-ROMANII – ZOE, MICOL I GIOVANNA FONTANA – PRZEKSZTAŁCAŁY MARZENIA O HAUTE COUTURE W MIĘDZYNARODOWĄ LEGENDĘ. ICH ATELIER PRZY SCHODACH HISZPAŃSKICH W RZYMIE STAŁO SIĘ SYNONIMEM ELEGANCJI I LUKSUSU. PRZYCIĄGAJĄC GWIAZDY KINA, ARYSTOKRACJĘ I KLIENTÓW Z CAŁEGO ŚWIATA. DZIĘKI INNOWACYJNYM PROJEKTOM, RĘCZNYM HAFTOM I WSPÓŁPRACY ZE ŚWIATEM FILMU SORELLE FONTANA NIE TYLKO KSZTAŁTOWAŁY WŁOSKI STYL. LECZ TAKŻE WPROWADZIŁY „MADE IN ITALY” NA ŚWIATOWĄ SCENĘ MODY.



TEKST ALICJA KUBÓW ZDJĘCIA WIKIMEDIA COMMONS

Historia Sorelle Fontana zaczyna się od dziewczęcych marzeń o projektowaniu wysokiej mody, które trzy siostry zaczęły snuć w latach 30. XX wieku. Już wtedy uczyły się szycia pod okiem mamy – krawcowej – i wyobrażały sobie własne atelier przy Schodach Hiszpańskich w Rzymie. Dzięki uporowi i wsparciu najbliższych zaczęły realizować swoje plany. Najstarsza z sióstr, Zoe, postanowiła przenieść się do Rzymu; młodsze – Micol i Giovanna – dołączyły do niej z czasem, a wkrótce potem przyjechali także ich rodzice, by być bliżej córek.

KUNSZT, PRECYZJA I WSPÓŁPRACA

Po okresie pracy w rzymskich atelier u projektantów, gdzie opanowały techniki szycia i poznały oczekiwania wymagającej klienteli, zaczęły budować własną sieć kontaktów. Wspólna praca pozwoliła siostrom wypracować podział ról – Zoe odpowiadała za konstrukcję i kroje, Micol za koncepcję oraz detale dekoracyjne, a Giovanna za dopasowanie i proporcje. Z czasem postanow-

iły spełnić swoje największe marzenie – tak powstało atelier Sorelle Fontana.

Styl sióstr Fontana wyróżniała niezwykła precyzja ręcznych haftów i zdobień, które od lat 50. do 90. XX wieku stały się ich znakiem rozpoznawczym – od delikatnych, kwiatowych motywów na jedwabiu po geometryczne, morskie i orientalne wzory zdobione koralikami, perłami czy metalowymi elementami. Wykonywane ręcznie na aksamicie, organzie czy mikado hafty podnosiły ich projekty do rangi sztuki, umacniając pozycję sióstr jako ikon włoskiego haute couture i symbol jakości w modzie światowej.

OD SUKNI ŚLUBNYCH GWIAZD KINA PO KOSTIUMY FILMOWE

W latach 50. Rzym stał się miastem opanowanym przez Hollywood – powstawały tam największe produkcje filmowe, a Cinecittà przeżywała swój renesans. Pracownia sióstr Fontana była miejscem, gdzie aktorki nie tylko przymierzały kreacje, lecz także dzieliły się inspiracjami i budowały swój publiczny wizerunek.

W kolekcji zachowanej przez Fondazione Micol Fontana znajdują się słynne wieczorowe suknie noszone przez takie postaci jak Elizabeth Taylor, Audrey Hepburn, Grace Kelly, Soraya – cesarzowa Iranu, Maria Gabriella di Savoia, Jacqueline Kennedy, Kim Novak, Merle Oberon, Jayne Mansfield, Claudia Cardinale, Raquel Welch czy Ursula Andress, co pokazuje szerokie spektrum ich wpływu w świecie filmu i mody.

Przełomowym momentem dla sióstr był projekt sukni ślubnej dla Lindy Christian, którą aktorka miała na sobie 27 stycznia 1949 roku podczas ślubu z Tyrone'em Powerem (rodzice Rominy Power, znanej z duetu muzycznego z Al Bano, popularnego w latach 70. i 80.). Wydarzenie to było szeroko relacjonowane przez prasę krajową i międzynarodową, a biała suknia z haftowanej satyny stała się symbolem elegancji i rzemiosła haute couture. Zainteresowanie było tak duże, że dziennikarze i fotografowie ustawiali się w kolejkach przed atelier, aby zobaczyć kreację z bliska.

W 1952 roku siostry zaprojektowały krac-

ję dla Audrey Hepburn na jej planowany ślub z biznesmenem Jamesem Hansonem. Choć uroczystość ostatecznie się nie odbyła, aktorka poprosiła projektantki, aby znalazły najpiękniejszą włoską ubogą dziewczynę, która wkrótce wychodzi za mąż, i przekazały jej suknię. Amabile Altobelli wykorzystała ją podczas własnego ślubu, a w 2009 roku sprzedała na aukcji za 23 tysiące dolarów. Jedną z kolejnych znaczących realizacji był projekt sukni dla Margaret Truman na jej ślub z Cliftonem Danielem Jr. w 1956 roku. Kreacja jest obecnie częścią stałej ekspozycji w Harry S. Truman Presidential Library and Museum w Independence w stanie Missouri. Sorelle Fontana zaprojektowały także suknię ślubną dla Janet Auchincloss, siostry Jacqueline Kennedy Onassis, przygotowaną na jej ślub w 1966 roku w Newport w stanie Rhode Island.

W atelier Fontana powstawały również kreacje bezpośrednio związane z produkcjami filmowymi i mediami – szczególnie bliska była im współpraca z Avą Gardner, dla której projektowały stroje do takich filmów jak *The Barefoot Contessa* (1954), *The Sun Also Rises* (1957) i *On the Beach* (1959). Jedną z najbardziej pamiętnych kreacji była ich słynna „pretino” – sukienka inspirowana sutanną, zaprojektowana dla Gardner, a później wykorzystana przez Federico Felliniego jako kostium dla Anity Ekberg w filmie *La Dolce Vita* (1959).

WIZJONERKI ŁĄCZĄCE MODĘ ZE SZTUKĄ

Ciekawym i eksperymentalnym pomysłem był innowacyjny projekt stworzony w 1958 roku, który łączył malarstwo współczesne z haute couture. Siostry Fontana zaprosiły artystów do stworzenia obrazów mających stać się inspiracją dla projektowanych przez nie sukien. W konkursie wzięli udział m.in.



Giuseppe Capogrossi, Pietro Consagra, Antonio Corpora, Achille Perilli oraz Giulio Turcato. Ich prace – często abstrakcyjne – zostały przeniesione bezpośrednio na tkaniny i formy sukien, tworząc unikalne projekty, w których kompozycje malarskie funkcjonowały jako wzory i struktury ubioru. W skład jury konkursu wchodził wybitny krytycy i historycy sztuki, a także pisarz Alberto Moravia, który oceniał zgłoszone dzieła i decydował, które prace zostaną wykorzystane jako wzory na ubraniach.

Sorelle Fontana nie tylko wywarły ogromny wpływ na światową modę dzięki kreacjom stworzonym dla gwiazd i arystokracji, lecz także odegrały kluczową rolę w promocji włoskiego haute couture oraz marki „Made in Italy” po II wojnie światowej. Ich atelier było jedną z pierwszych pracowni, które zdobyły międzynarodowe uznanie, a same projektantki brały udział w historycznych pokazach mody, w tym w pierwszym pokazie zorganizowanym przez Giovanniego Battistę Giorginiego w 1951 roku. W 1953 roku współtworzyły SIAM – Sindacato Italiano Alta Moda, zrzeszający włoskich twórców haute couture, co znacząco wzmocniło pozycję Włoch w globalnej branży mody.

Kreacje Fontana są dziś uznawane nie tylko za symbole elegancji, lecz także za ważne dziedzictwo kulturowe – ich suknie znajdują się w muzeach takich jak Metropolitan Museum of Art i Guggenheim w Nowym Jorku czy Luwr w Paryżu. Historia siostr została również upamiętniona w kulturze popularnej w dwuczęściowym włoskim serialu telewizyjnym *Atelier Fontana – Le sorelle della moda* (2011), który przedstawia ich życie, twórczość i wpływ na świat mody, utrwalając legendę Fontana w historii włoskiego haute couture. ■



KTO TU JEST PRAWDZIWYM DIABEŁEM? RECENZUJEMY „DIABEŁ UBIERA SIĘ U PRADY 2”



ZACZNĘ OD WYZNANIA: NIGDY NIE BYŁAM WIELKĄ FANKĄ FILMU „DIABEŁ UBIERA SIĘ U PRADY”.

A MIMO TO. GDY ZOBACZYŁAM, ŻE KRĘCĄ DRUGĄ CZĘŚĆ. OBUDZIŁA SIĘ WE MNIE CHYBA JAKAŚ ZAPOŻYCZONA OD INNYCH. NOSTALGIA. SKORO JA ZOSTAŁAM KUPIONA. NIE MIAŁAM WĄTPLIWOŚCI, ŻE BĘDZIE TO KASOWY HIT. NO DOBRZE. ALE CZY COŚ POZA TYM? SPRAWDŹCIE!

TEKST ALICJA KUBÓW ZDJĘCIA MAT. PRAS./FLICKR

Do historii Andy, granej niezmiennie przez Anne Hathaway, wracamy po dwudziestu latach. Obecnie nasza bohaterka jest nagradzaną dziennikarką śledczą. A właściwie – raczej była dziennikarką śledczą, bo właśnie została zwolniona, podobnie jak cały jej zespół. I przyznam szczerze, że to ten moment, w którym twórcy mnie złapali w swoje fabularne sieci. Nie spodziewałam się bowiem oceny kondycji współczesnego dziennikarstwa po tym filmie, a na taki kierunek się zapowiadało.

Masowe zwolnienia bądź – na otarcie łez – fatalne warunki finansowe, upadek prasy drukowanej, triumf treści „klikalnych” nad merytorycznymi – to wszystko, co i ja ze smutkiem obserwuję w naszej branży. Wątek ten został jednak potraktowany tak pretekstowo, że mniej więcej od połowy filmu wiedziałam już, iż nic ciekawego tu nie padnie. Kiedy bowiem Andy powraca do „Runwaya” – magazynu, w którym stawiała swoje pierwsze, chybotliwe kroki w zawodzie i w którym poznała słynną Mirandę – bardzo szybko zapomina o swojej przeszłości. Dosłownie w kilka scen przechodzimy od „ta moda to tylko coś na przeczekanie, nic poważnego” do „muszę za wszelką cenę wskrzesić «Runwaya»”. Co z jej wcześniej-

jszymi ambicjami, co z całym śledczym dorobkiem? Nie wiadomo.

A przecież zmiana branży nie była tu jedynym rozwiązaniem (w moich fantazjach Andy zakłada na przykład podcast kryminalny...). Owszem, być może trudniej byłoby wtedy odtworzyć tyle ikonicznych dla fanów pierwszeństwa scen, ale za to usłyszelibyśmy coś istotnego o współczesnym dziennikarstwie. Wierzę, że nawet kino rozrywkowe może być przestrzenią takiego dialogu. Twórcy jednak poszli na łatwiznę, wyciskając nostalgię do ostatniej kropki.

Po drodze zagubiono też charakter niektórych bohaterów – Miranda na stare lata znacznie złagodniała, co może być zrozumiałe, ale czy naprawdę musieliśmy mieć to wykrzywane prosto w twarz, jak choćby w scenie, gdy „dostrzeża” Nigela? Andy z kolei momentami wydaje się zaskakująco niedojrzała i naiwna, jakby dalej była praktykantką z pierwszej części – bezbronną, zdaną na intrygi innych (jak choćby – dla kontrastu – wciąż świetnej Emily). Leży też wątek jej życia uczuciowego, który jednak nigdy nie był kluczowy, więc można przymknąć na to oko (założę się, że i tak już ledwo pamiętacie, jak wyglądała jej aktualny partner i że ma na imię... jak to było?

Peter?).

Ostatecznie film zmierza w bardzo przewidywalną stronę, starając się, by – mimo zmiany całego otaczającego nas świata – pewne rzeczy i relacje zachowały status quo. Trudno jednak nie poczuć smutku, gdy Miranda rozmawia z Andy przy „Ostatniej wieczery” (oczywiście w odtworzonym wnętrzu Museo del Cenacolo Vinciano, bo oświetlenie mogłoby uszkodzić oryginalne dzieło) o przemijającym świecie, z którego pozostał już tylko niewielki, niszczyjący fragment. I w tym wydźwięku „Diabeł ubiera się u Prady 2” jest filmem znacznie bardziej gorzkim niż jedynka. Dwadzieścia lat temu razem z Andy snuliśmy wielkie marzenia, przeplatane drogami tkaninami i światowymi wybiegami. Teraz dostajemy happy end jedynie pozorny, bo wciąż nie mamy innego rozwiązania na upadek współczesnego dziennikarstwa niż wykupienie konglomeratu medialnego przez tego czy innego bogacza.

Ta powtarzalność fabularna w zmieniających okolicznościach nie sprawdza się – „Diabeł ubiera się u Prady 2” jedynie nawiązuje do kultowych momentów, zamiast je tworzyć. Dlatego pewnie zapomnimy o nim równie szybko, jak o artykule, którego przeczytaliśmy jedynie nagłówki.

TEJ WIOSNY

postaw na chill

w sercu miasta



U

Ogródek grillowy na hotelowym patio
Kosz piknikowy z sezonowym menu

ARCHE

DWÓR UPHAGENA
GDAŃSK

SPRAWDŹ

WSZYSTKIE TWARZE BOGINI

MARILYN MONROE

KATARZYNA CZAJKA-
KOMINIARCZUK

AUTORKA BLOGA
ZWIERZ POPKULTURALNY

MANDO