

#Mama i Ja

RYS. IP



Poznaj najsympatyczniejsze mamy z warszawskich dzielnic! Głosowali na nie nasi Czytelnicy

NASZA AKCJA

Już dziś startuje głosowanie w drugim etapie naszej zabawy. Zmierzą się w nim 62 mamy, które przedstawiamy na łamach tego dodatku.

#PIOTR KUBICA

●● Z okazji Dnia Matki i Dnia Dziecka szukamy mamy na okładkę naszej gazety, która ukaże się 1 czerwca. Wewnątrz wydania znajdzie się też specjalny dodatek z prezentacjami najsympatyczniejszych mam z każdej dzielnicy. Do udziału w naszej akcji zgłosiło się ponad 600 mam! 62 z nich, głosami Czytelników, przeszło do zaczynającego się dziś drugiego etapu naszej

zabawy. Zwycięzczynię poznamy już 26 maja o godzinie 20. Dla finalistek, które zdobędą najwięcej głosów, przygotowaliśmy wiele atrakcyjnych nagród. Jest ich ponad 500, a ich łączna wartość to 40 tysięcy złotych. Do wygrania jest m.in. wycieczka do paryskiego Eurodisneylandu, profesjonalna sesja zdjęciowa, rodzinny weekend w SPA, posrebrzane zestawy sztuców dla dzieci, bilety do kina oraz zestawy książek i gier.

Ze wszystkich nadesłanych zdjęć utworzyliśmy w naszym serwisie internetowym galerię fotografii warszawskich mam z dziećmi. Takie zdjęcia są szczególnie poruszające, nawet jeżeli nie wykonał ich profesjo-

#uczestniczki

62

- tyle mam dostało się dzięki głosom Czytelników do drugiego etapu Mama i Ja. W miejskim etapie zawalczą o nagrodę główną

nalny fotograf. Docenili to nasi Czytelnicy, oddając do tej pory tysiące głosów.

Duża w tym zasługa samych mam, które zachęcały do głosowania na siebie na portalach społecznościowych.

- Wiele głosów dostałam od Czytelników mojego bloga - mówi Anna Chomiak, mama Zuzanny i Marii, która w naszych głosowaniach uzyskała jeden z najlepszych wyników. Jak mówi, jej udział w naszej akcji wywołał ciekawe dyskusje i ciepłe komentarze w mediach społecznościowych. Teksty, które pisze na bloga, mają charakter parentingowy. Opisuje w nich codzienne życie matki dwójki dzieci. Podkreśla, że swoim pisaniem chce przekonać Czytelniczki, że bycie dobrą matką nie powinno oznaczać rezygnowania ze swoich pasji i rozwoju.

Co przekonało mamy, do wzięcia udziału w naszej zabawie? - Skusiły mnie te z na-

gród, które stanowią okazję dla rodziny, żeby spędziła razem czas - mówi Daria Rapacka, kolejna z liderek w głosowaniach. - Niestety, odczuwamy na co dzień deficyt czasu, który możemy poświęcić dla siebie, ze względu na obowiązki zawodowe. Dlatego rodzinny wyjazd do SPA byłby dla nas bardzo atrakcyjny - kontynuuje. Zdaniem pani Darii, tak dużą liczbę głosów zawdzięcza uśmiechowi syna Dorian, który udało jej się uwiecznić na nadesłanej fotografii.

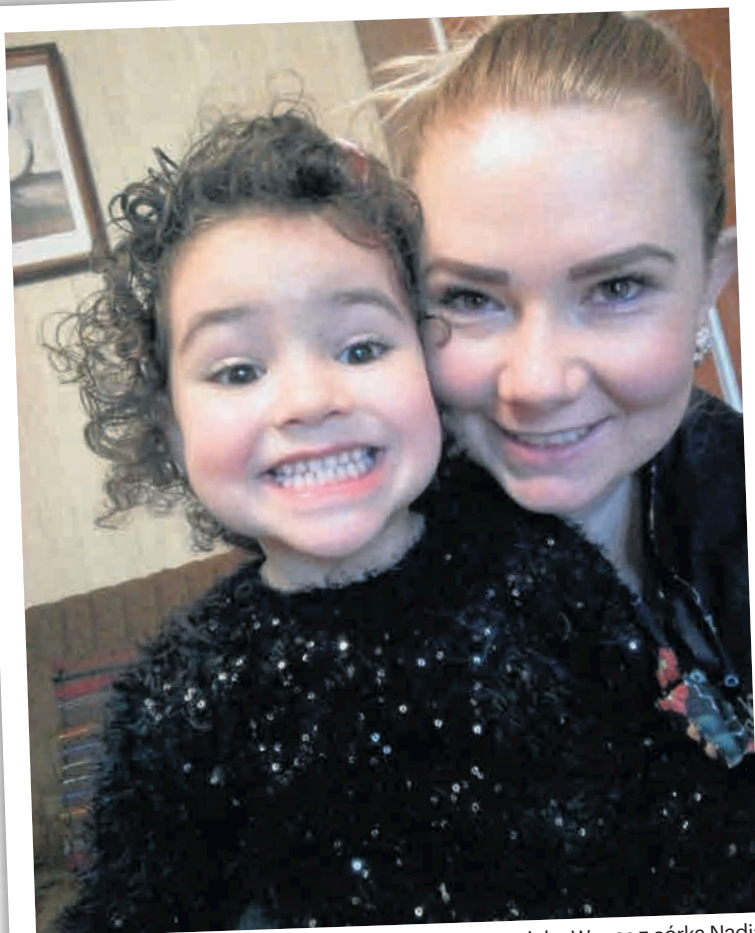
Aktualizowane na bieżąco wyniki, zdjęcia wszystkich kandydatek oraz pozostałe informacje na temat naszej akcji można znaleźć na stronie naszemiasto.pl **Zapraszamy do głosowania!**

#nagroda

BAJKOWA, RODZINNA PODRÓŻ

Jedną z najciekawszych nagród w naszej akcji jest wycieczka „Bajkowy Weekend” z Itaką. W programie zwiedzanie najważniejszych zabytków Paryża oraz całonocna wizyta w Dinseyland Paris. Wśród atrakcji spaceru m.in. po Main Street, krainach baśni, odkryć i przysiąc z domem Robinsona Crusoe i wyspą skarbów. Pobyt ubarwią spotkania z legendarnymi postaciami disneyowskich produkcji, prawdziwymi bohaterami dziecięcej wyobraźni.

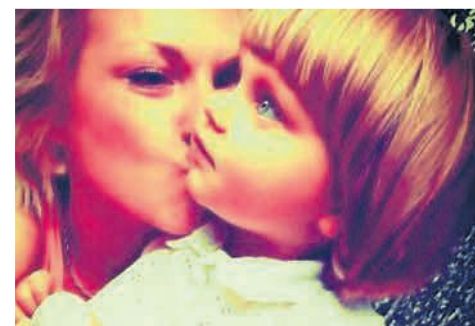
#śródmieście



Anna Rowicka-Wanes z córką Nadią.
Wyślij sms o treści MW.432 na numer 72355



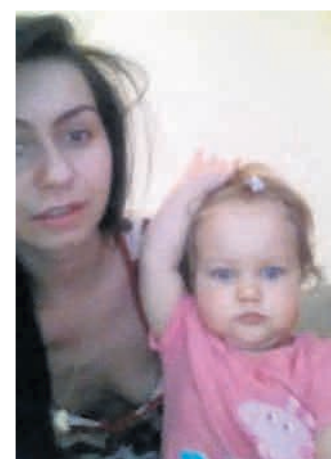
Misza Kinsner z córką Gają
sms o treści MW.448 na numer 72355



Alicja Kopeć z córką Tosią
sms: MW.428 na numer 72355



Izabela Aniszewska i syn Paweł.
Wyślij sms MW.660 na numer 72355



Agnieszka Baranowska i Oliwia.
Wyślij sms: MW.426 na numer 72355

#bemowo



Elżbieta Gasińska-Jeleń z synem Robertem.
Wyślij sms o treści MW.20 na numer 72355



Grażyna Szydłowska z córką Gabrysią i synem Leonem.
Wyślij sms: MW.646 na numer 72355



Ewa Kardasiewicz z Mateuszem.
Wyślij sms: MW.22 na numer 72355



Weronika Gładych z Basią.
Wyślij sms: MW.65 na numer 72355



Anna Milewska z Oliwierem.
Wyślij sms: MW.14 na numer 72355

#białotłeka



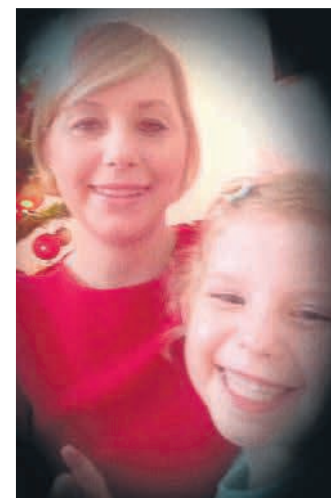
Natalia Wielogórska z córką Leną.
Wyślij sms o treści MW.114 na numer 72355



Katarzyna Gołembowska z córką Alicją.
Wyślij sms o treści MW.100 na numer 72355



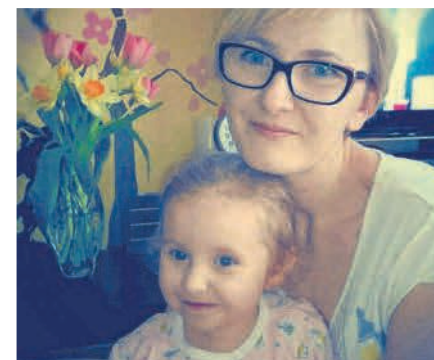
Aleksandra Skuza z Juliuszem.
Wyślij sms: MW.72 na numer 72355



Joanna Ambo z córką Julią.
Wyślij sms: MW.90 na numer 72355



Ania Bondar z córką Zosią.
Wyślij sms o treści MW.75 na numer 72355



Katarzyna Golec z córką Agatą.
Wyślij sms: MW.99 na numer 72355

Rozmawialiśmy z Agą, która wykona finałową sesję dla zwyciężskich mam!

To maluch nadaje rytm sesji zdjęciowej

#rozmowa

Aga
Mikłaszewicz

W naszym plebiscycie „Mama i Ja” można wygrać sesję zdjęciową u Pani. Jak będzie ona wyglądać?

Sesje będą odbywały się w profesjonalnym studio fotograficznym. A co jest dla mnie najważniejsze w trakcie fotografowania? Zawsze pragnę uchwycić radosne i naturalne chwile... Jak wiadomo dla każdego sesja toczy się nieco inaczej, jednak zawsze dynamikę nadają dzieci. W skrócie – takie doświadczenie ma być miłym czasem i wspólną zabawą z rodzicami!

Zastanówmy się nad technicznymi aspektami. Jak do takiego przeżycia należy się przygotować? Mam



W plebiscycie „Mama i Ja” para w nagrodę otrzyma profesjonalną sesję z Agą

na myśli sesję w studio i w plenerze.

Dzieci dość szybko się nudzą, więc optymalny czas na wykonanie zdjęć w studio to około 40-60 minut. W związku z tym warto mieć gotowe i przemyślane zestawy ubrań, aby nie trzeba było ich wybierać w studio, co byłoby stratą czasu. W plenerze na pewno dzieci wytrzymają dłużej, bo możemy

na przykład iść na plac zabaw i spacer po parku.

Zarówno w pierwszym, jak i drugim przypadku warto, aby zestawy ubrań do siebie pasowały kolorystycznie i stylistycznie. Na przykład: jak mama z córką założą koszulki polo i jeansy a tata garnitur to będzie to wyglądało niekorzystnie. Więcej porad można znaleźć w moim poradniku na stronie

www.miklaszewicz.com w zakładce „Jak przygotować się do sesji”.

Czy podczas robienia zdjęć stosuje Pani specjalne triki, aby dzieci i rodzice na zdjęciach wychodzili korzystnie?

Staram się od początku o dobry kontakt z maluchem. Każde dziecko jest inne – jedno będzie reagować uśmiechem

na uśmiech, inne będziemy zabawiać piosenkami, zabawkami czy wygłupami rodziców za plecami fotografa.

Podpowiadam, jak się ustawić, dodaje gadżety, wybieram tła tak, aby zdjęcia wyszły jak najlepiej.

Nie ma jednego złotego środka na udaną sesję dziecięcą. Warto pamiętać, że dzieci same pokazują co im się podoba – wystarczy się przyjrzeć.

A gdybym zapytała o rady dla mam i dzieci, które same chcą sobie zrobić zdjęcie... Na co powinny zwrócić uwagę? Jak je robić, żeby wyszło ciekawie?

Kluczem dobrych zdjęć jest światło. Jeśli mamy robić sobie zdjęcie w domu to warto ustawić się na przeciwko okna w słoneczny dzień. Dobrze, żeby światło wpadało przez firanki, nie będzie wówczas takie ostre a ładnie i równomiernie oświetli fotografowane osoby.

Warto zadbać też o dodatki i kolorystykę. Dobierajmy ubrania tak, aby ładnie ze sobą wyglądały. Na przykład fioletowa i szara bluzka będą się ra-

zem świetnie komponować. Do tego dodajmy różową spinkę do włosów dla córki i różową pomadkę na usta dla mamy. Pozy można wcześniej poćwiczyć w lustrze.

Dzieci potrafią się bardzo szybko rozpraszać. Jak sprawić, by patrzyły w obiektyw?

To prawda. Z patrzeniem w obiektyw faktycznie bywa różnie. Dlatego warto mieć jakiś gadżet przy obiektywie albo coś, co wydaje dźwięki. Ktoś może także nad fotografem zabawiać malucha.

A w co najlepiej ubierać się na takie sesje rodzinne?

Najlepiej sprawdzają się swobodne ubrania: jeansy, dresy i t-shirty. Rodzice mogą wtedy łatwo bawić się z maluchami.

Z nieco starszymi dziećmi można dodatkowo zabrać elegancką wersję, ale z doświadczenia wiem że najbardziej się wszystkim podobają później zdjęcia w tych swobodnych zestawach.

#Rozmawiała Sonia Tulczyńska

FOT. MAT WŁASNE

#bielany i żoliborz



Agnieszka Tarajko-Bąk i Zofia.
Wyślij sms o treści MW.130 na numer 72355



Ania Śledziecka z Szymonem- sms
o treści MW.136 na numer 72355



Barbara Lis z Adrianem- wyślij sms
o treści MW.142 na numer 72355

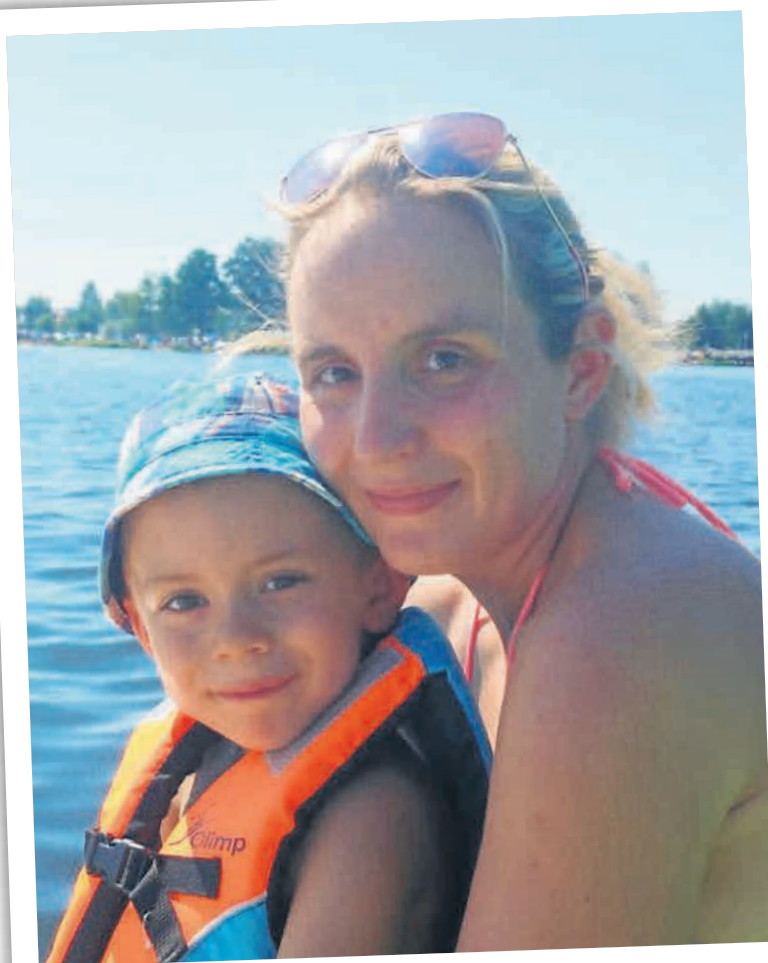


Natalia Malinowska Tomaszem.
Wyślij sms: MW.174 na numer 72355



Joanna Biernacka z Mateuszem.
Wyślij sms o treści MW.652 na numer 72355

#mokotów



Ewelina Konecka z synem Oskarem.
Wyślij sms o treści MW.199 na numer 72355



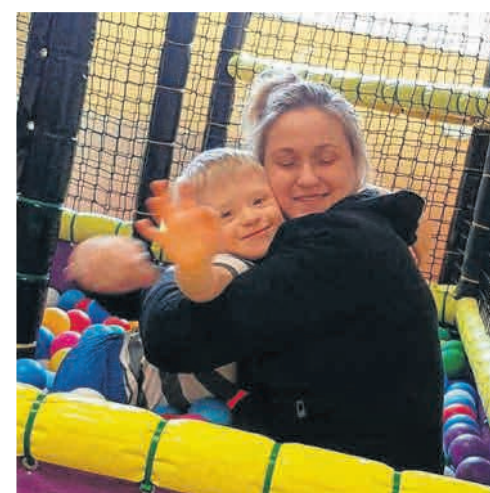
Aleksandra Lutrzykowska i
Gabriel - MW.180 na numer 72355



Anna Wójcik z córką Arletą.
Wyślij sms o treści MW.190 na numer 72355



Asia Krysa z córką Polą.
Wyślij sms: MW.191 na numer 72355



Małgorzata Ćwiek z synem Mikołajem.
Wyślij sms o treści MW.218 na numer 72355

#ochota



Katarzyna Parol z Marceliną.
Wyślij sms: MW.248 na numer 72355



Miroslawa Zwierz z córką Karoliną.
Wyślij sms o treści MW.681 na numer 72355



Sylwia Górzyńska z córką Oliwią.
Wyślij sms o treści MW.258 na numer 72355



Kinga Dorocińska z córką Hanną
Wyślij sms o treści MW.250 na numer 72355



Julia Przebierała z córką Hanną.
Wyślij sms: MW.243 na numer 72355



Katarzyna Figura-Zabłocka z Gabriełą.
Wyślij sms: MW.246, numer 72355



O głosy Czytelników zavalczą 62 mamy



Głosowanie rozpocznie się 18.05.2017
i zakończy 26.05.2017 o godzinie 20.00



Wyniki ogłosimy 27.05.2017,
po zweryfikowaniu głosów

Przydatne wskazówki:

Poinformuj znajomych o udziale w zabawie!
- promuj się nadesłaną przez nas grafiką
- załóż specjalne wydarzenie na Facebooku
Listę kandydatek, aktualizowaną na bieżąco liczbę głosów, instrukcję jak głosować oraz regulamin znaleźć można pod adresem warszawa.naszemiasto.pl/mamajja
Informacji udziela Piotr Kubica (nr tel. 502 499 808 lub mail piotr.kubica@polskapress.pl)

Sponsorzy Plebiscytu Mama i ja



#praga i targówek



Karolina Kokot-Frątczak z córką Oliwią.
Wyślij sms o treści MW.668 na numer 72355



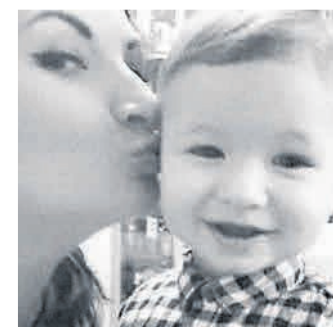
Dorota Ceglarek z Justynem
sms: MW.302 na numer 72355



Wioleta Cieśla i Jakub - sms o treści
MW.656 na numer 72355



Karolina Kotowska z Kornelią.
Wyślij sms: MW.329 na numer 72355



Lidia Lalak z Piotrem.
Wyślij sms: MW.341 na numer 72355

#rembertów, wawer i wesola



Anna Chomiak z córkami Zuzanną i Marią.
Wyślij sms o treści MW.382 na numer 72355



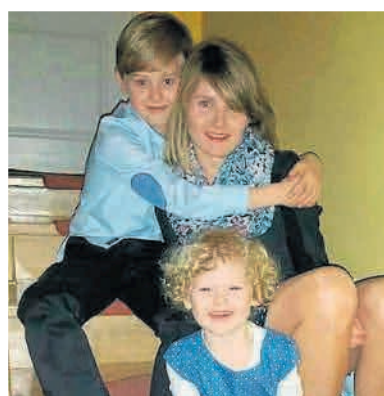
Agata Kolbus z córką Gabrysią.
Wyślij sms o treści MW.375 na numer 72355



Małgosia Lipińska - Dawid z córką Leną.
Wyślij sms o treści MW.409 na numer 72355

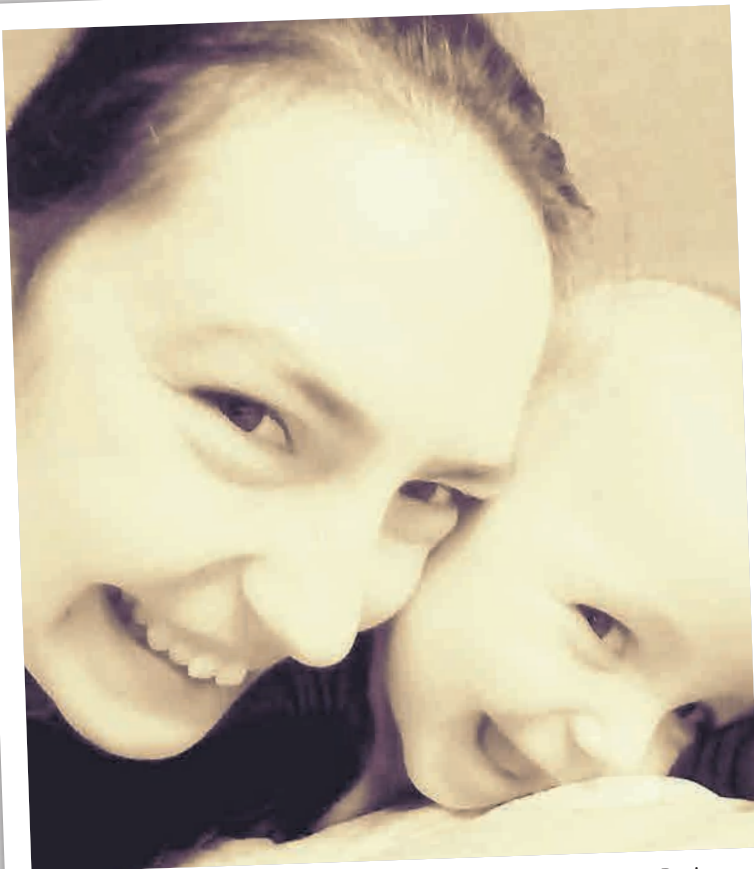


Izabella Jawniuk z córką Mają.
Wyślij sms o treści MW.397 na numer 72355



Iwona Lenart z Aleksandrą i Kacprem.
Wyślij sms: MW.395 na numer 72355

#ursus i włochy



Daria Rapacka z synem Dorianem.
Wyślij sms o treści MW.483 na numer 72355



Klara Siwińska z córką Nikolą.
Wyślij sms: MW.497 na numer 72355



Oliwia Płocharska z Melissą, Jasminą i Dalią.
Wyślij sms: MW.632 na numer 72355



Monika Lenart-Jaryniuk z Blanką.
Wyślij sms: MW.507 na numer 72355

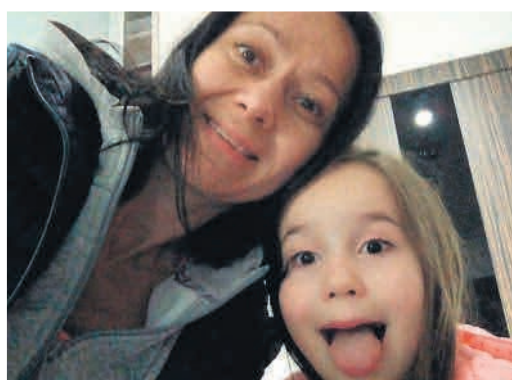


Joanna Zambroń z córką Marianną.
Wyślij sms: MW.486 na numer 72355

#ursynów



Anna Samuś z synem Miłoszem.
Wyślij sms o treści MW.524 na numer 72355



Edyta Malke z córką Mają.
Wyślij sms o treści MW.532 na numer 72355



Adriana Snarska z córką Gają.
Wyślij sms: MW.515 na numer 72355

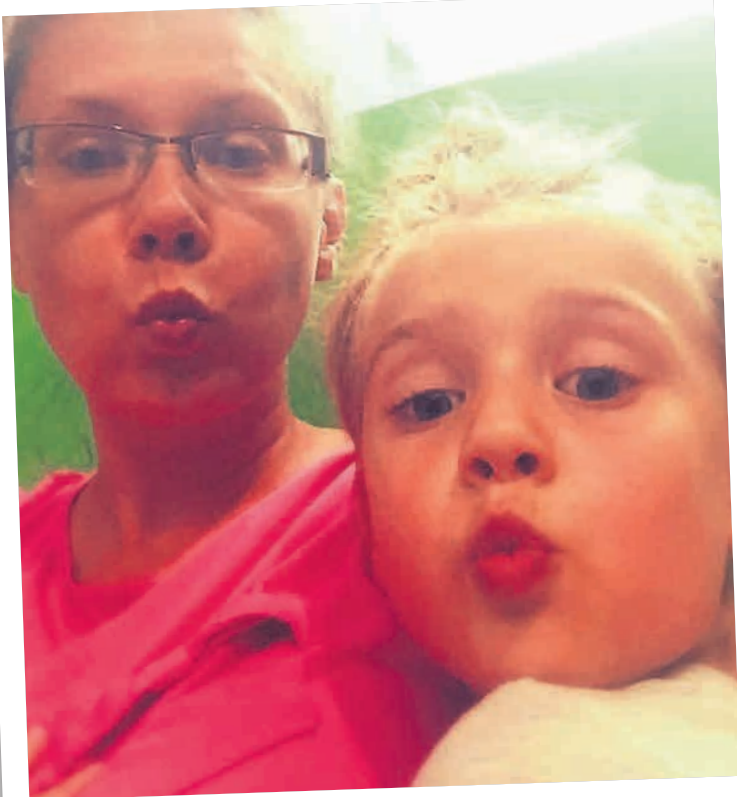


Beata Frączek z córką Zuzanną.
Wyślij sms: MW.526 na numer 72355



Magdalena Kłosowicz z córką Zosią.
Wyślij sms o treści MW.548 na numer 72355

#wilanów



Magdalena Łaszczyk z córką Zużą.
Wyślij sms o treści MW.569 na numer 72355



Klaudia Chmiel z córką Leną.
Wyślij sms: MW.568 na numer 72355



Julia Nowacka z córką Bogną.
Wyślij sms: MW.566 na numer 72355

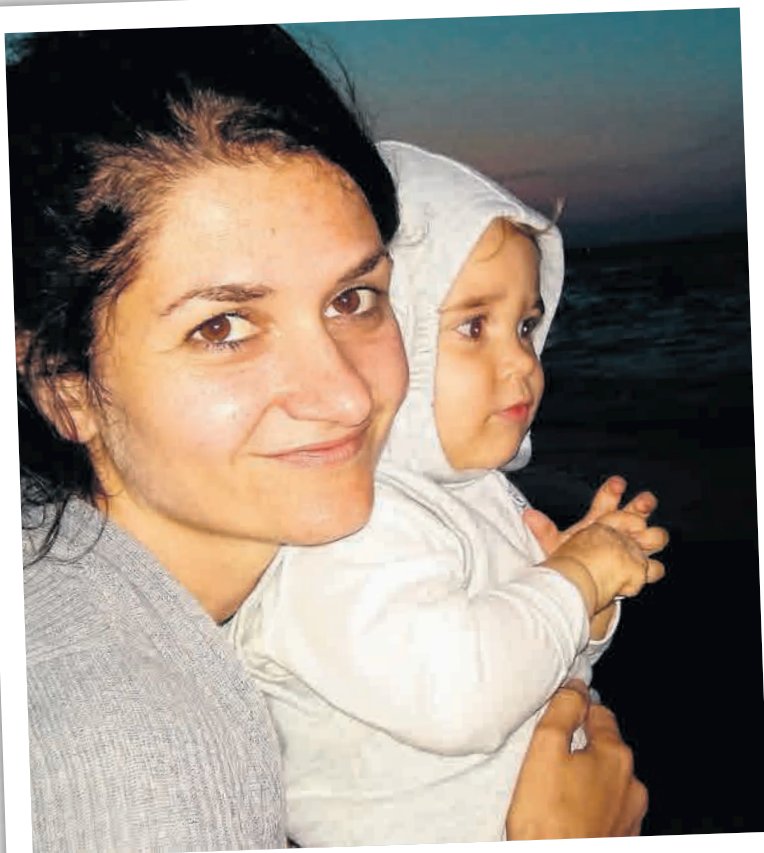


Aleksandra Mazur-Zych z Anielą.
Wyślij sms: MW.629 na numer 72355

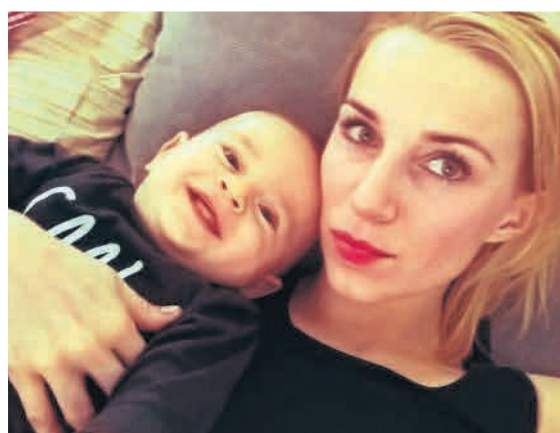


Roksana Wiśniewska z Krzysiem i Konradem.
Wyślij sms: MW.573 na numer 72355

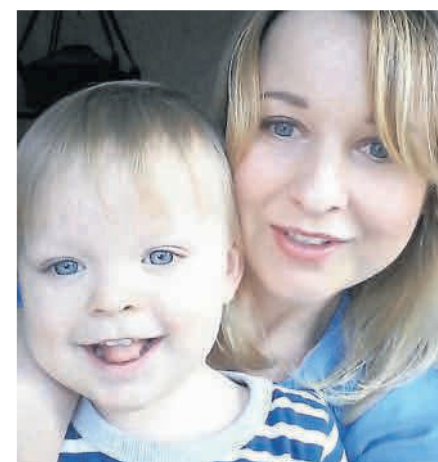
#wola



Tetyana Prokopyshak-Kokocińska z córką Leną.
Wyślij sms o treści MW.623 na numer 72355



Sylvia Kubica z synem Herbertem.
Wyślij sms o treści MW.620 na numer 72355



Magdalena Ociepka z Włodzimierzem.
Wyślij sms: MW.599 na numer 72355



Karolina Gach z córką Polą.
Wyślij sms: MW.650 na numer 72355



Anna Krawczyk z córką Hanną.
Wyślij sms o treści MW.578 na numer 72355