

Możemy mieć rekordowy rok

Wywiad z Grzegorzem Kołodziejem, meteorologiem
STRONY 2-3



Szykujemy ryby na święta

Szczupaki z limoniami i karpie z kaparami
STRONA 12



MAGAZYN



To jest piękny sport

Wywiad z Adą Tymczak, łyżwiarką figurową, trenerką w klubie MKŁ Libella Lublin

Strony 4-5

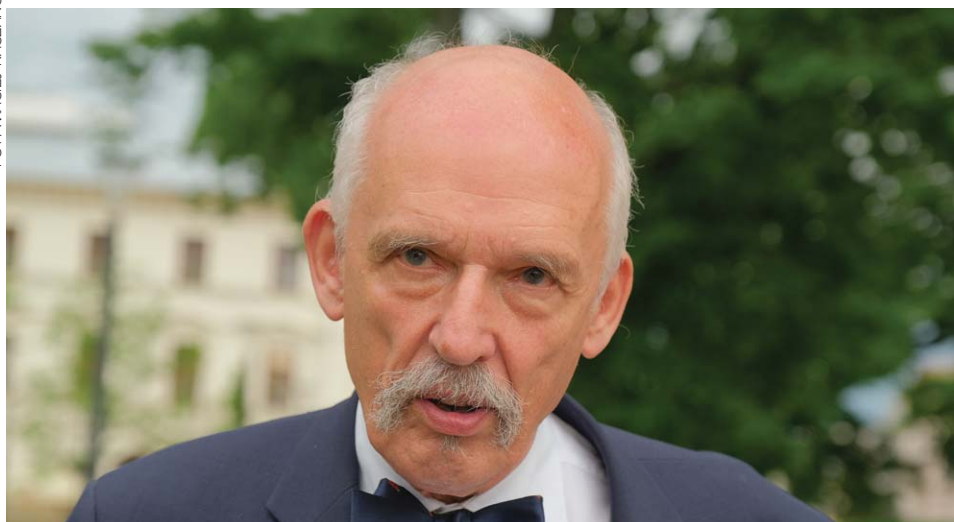
WIEJSKA POLECA

Jeż się okocił, a kot najeżył

Wczoraj w wydaniu PO byłem Stalinem, dzisiaj według Onetu szastam kasą jak szejk arabski... Brednie. Wierzba zdębiała. Dąb się zaperzył. Jeż się okocił, a kot najeżył - polecał wierszem na Twitterze poseł PiS **ANTONI MACIEREWICZ**.

W ten sposób były szef MON skomentował doniesienia portalu o tym, że Polska Fundacja Narodowa finansuje jego byłego młodszego doradcę Edmunda Jannigera.

Sam Janniger uznał sugestie portalu za pomówienie i zapowiedział obronę swojego dobrego imienia w sądzie.



O co wam, dziennikarze, chodzi?

Poseł **JANUSZ KORWIN-MIKKE** ściągnął do Sejmu m.in. swoją żonę i zięcia - informuje „Rzeczpospolita” i dodaje, że wszyscy pełnią funkcje jego asystentów społecznych.

Sam polityk Konfederacji nie widzi w tym problemu i zapewnia, że jego rodzina nie będzie pobierała za pracę wynagrodzenia.

- Chodzi o to, by mieli wstęp do Sejmu, i tyle - wyjaśnia i pyta dziennikarzy: Nie macie się czego czeplić?

Jak tłumaczy dziennik, asystenci społeczni w odróżnieniu od pracowników biur poselskich nie pobierają wynagrodzenia. Mogą jedynie ubiegać się o zwrot kosztów podróży.

Płonne nadzieje na dużą wierszówkę

Jarosław Zieliński, który pod koniec listopada odszedł z Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji, nie zostanie wiceministrem obrony narodowej, choć tak spekulowały media - podaje Gazeta.pl. Dodajmy: spekulowały z nadzieją, bo trudno o bardziej „wierszówkotwórczego” dla dziennikarzy polityka. Szef MON poinformował, że wiceministrem będzie Sebastian Chwałek.

„To ja ustalam politykę kadrową MON, a nie media” - uciął na Twitterze minister Mariusz Blaszczak.

Z KFC do KPRM

Krzysztof Przekwas, który we wrześniu został współpracownikiem ministra i wicepremiera Piotra Glińskiego, rozpoczął swoją karierę w barze szybkiej obsługi - donosi „Rzeczpospolita” i zauważa, że praca w KFC to jedyna pozycja, jaka widnieje w CV Przekwasa.

„Rz” dodaje, że w dodatku jest on pracownikiem Glińskiego nie jako ministra kultury, lecz konkretnie wicepremiera, a pensję wypłaca mu Kancelaria Prezesa Rady Ministrów.

Hołownia sprawcą drugiej tury



Jak podał Onet, Szymon Hołownia ogłosił swój start w wyścigu prezydenckim. Sondaż pracowni Social Changes daje mu 9 proc. poparcia i trzecie miejsce ex aequo z Władysławem Kosiniakiem-Kamyszem z PSL. Prowadzi

Andrzej Duda z wynikiem 44 proc.

Portal zauważa, że prezydent w porównaniu z listopadowym sondażem Social Changes dla portalu wPolityce.pl stracił 3 pkt. Poparcie **ANDRZEJA DUDY** na poziomie 44

proc. oznacza, że nie wygrałby w pierwszej turze. W kolejnym głosowaniu polityk zmierzyłby się z **MALGORZATĄ KIDAWĄ-BŁOŃSKĄ** (PO-KO), która w badaniu otrzymała 25 proc. poparcia (spadek o 1 pkt. proc.).

Hamulcowi i notariusze już byli

Konstytucja daje prezydentowi sporo narzędzi do pilnowania, by we władzy chodziło o coś więcej niż prostą dominację większości. Mieliśmy już prezydentów hamulcowych, mieliśmy notariuszy. Ja marzę o prezydencie, który zakleszczonym partiom przywróci kreatywność przez to, że je rozdzieli - powiedział w wywiadzie dla „Tygodnika Powszechnego” Szymon Hołownia.

O białych śniegach możemy zap...

ROZMOWA z Grzegorzem Kołodziejem, meteorologiem i członkiem Stowarzyszenia Klimatologów Polskich

Tomasz Maciuszczak

• Mamy już połowę grudnia, a termometry wciąż pokazują dodatnie temperatury. Zdarzały się chłodniejsze dni, ale chyba możemy stwierdzić, że jak na tę porę roku, jest wyjątkowo ciepło?

- Mogę powiedzieć, że nie jest to sytuacja normalna. Spodziewam się, że jeśli taka tendencja utrzyma się w ciągu najbliższych dni, a prognozy wskazują, że może tak być do końca miesiąca, to pod względem średniej rocznej temperatury możemy mieć rekordowy rok. Może ona przekroczyć średnią wieloletnią nawet o 3,5 stopnia Celsjusza.

• Z czego to wynika?

- Jest to sprawa złożona. Wynika to przede wszystkim z tego, że mamy odpowiednią dominację układów barycznych nad Europą. Ale w grę wchodzi też co innego. W ostatnich miesiącach w Polsce mieliśmy więcej dni słonecznych. Jeśli mamy więc do czynienia ze zwiększoną energią słoneczną, ciepło zatrzymuje się przy ziemi, bo od jej temperatury zależy temperatura powietrza.

• A czy dawno zdarzył się tak ciepły grudzień?

- Do tej pory najwyższą średnią temperaturę w grudniu mieliśmy w 2015 roku. Wyniosła ona wtedy 3,3 stopnia na plusie. Przed rokiem też była powyżej zera, podczas gdy średnia za ostatnie 60 lat wahała się w granicach -1 stopnia. Jednym z chłodniejszych w ostatnich latach był grudzień w 2012 roku, ze średnią -4 stopnie. Ale aktualna tendencja jest taka, że ostatni miesiąc w roku - patrząc na statystyki - należy do dosyć ciepłych.

• Ale w ubiegłym roku o tej porze mieliśmy już za sobą

większe opady śniegu.

W tym roku nie było ich jeszcze prawie wcale.

- Pamiętajmy, że to właśnie od temperatury zależy charakter opadów. W tym roku średnie temperatury były niższe i to wystarczyło, żebyśmy mieli większe opady śniegu. W tym roku, kilkanaście dni temu, wschodnia część Lubelszczyzny była pokryta cienką warstwą białego puchu, ale dość szybko się ona roztopiła. Czasami bywa tak, że gdy pod koniec listopada spadnie śnieg, to przy minusowych temperaturach w grudniu pokrywa śnieżna się utrzymuje. Do tego musi dominować cyrkulacja północna lub północna-wschodnia. A w ciągu ostatnich dni w związku z ogólną sytuacją baryczną nad całą Europą napływu powietrza z tych kierunków nie było. I wszystko wskazuje, że taki stan utrzyma się w najbliższym czasie.

• O białych świątach możemy zapomnieć?

- Z prognoz średnioterminowych wynika, że tak. Gdy weźmiemy pod uwagę kolejne tygodnie grudnia, powinniśmy mieć do czynienia z tzw. anomaliami dodatnimi. Średnie temperatury mogą być wyższe o jeden-dwa stopnie. Nawet, jeśli spadnie

trochę śniegu, to może on się długo nie utrzymać. Wszystko wskazuje na to, że prawdopodobieństwo śniegu w święta jest niewielkie. Jeśli już, to pojawi się on nie na nizinach, a wysoko w górach.

• A co dalej? Możemy się spodziewać tego, że zima nam odpuści, czy w styczniu i lutym srogie mrozy jeszcze nadejdą?

- Obserwuję pogodę od ponad 40 lat i z doświadczenia mogę stwierdzić, że na pewno nie będzie tak, że cała zima tak będzie wyglądała. Długoterminowe prognozy są zgodne w tym, że w kolejnych zimowych miesiącach będziemy mieli wyższe średnie temperatury. Ale nie oznacza to, że nie będzie dużo chłodniejszych okresów. Teoretycznie może być tak, że przez pierwszych dziesięć dni miesiąca mamy dobowe temperatury na poziomie 10-12 stopni na minusie ze spadkami do -20 stopni.

Ale przez kolejne dwa tygodnie termometry

Grzegorz Kołodziej, meteorolog i członek Stowarzyszenia Klimatologów Polskich

FOT. KRZYSZTOF MAZUR





mogą pokazywać 10 stopni na plusie. Wtedy średnia jest taka sama, jakby przez cały miesiąc temperatura utrzymywała się tuż poniżej zera. Nie możemy jednak przesa-

dzać, że nie będziemy mieli do czynienia z silnymi mrozami i dużymi opadami śniegu. One mogą przydarzyć się nawet w marcu, kiedy dzień jest jeszcze krótszy od nocy.



PiS oferuje pracę życia

Państwowa spółka Centralny Port Komunikacyjny szuka chętnego na stołek prezesa. Stanowisko jest niezwykle kuszące, bo jak ustalił Fakt, wynagrodzenie prezesa opiewa na ok. 100 tys. zł brutto miesięcznie.

– To pięć razy tyle, ile zarabia prezydent Andrzej Duda (47 l.), który musi zadowolić się pensją ok. 20 tys. zł brutto – zauważa gazeta.



Z premierem o misji telewizji publicznej

Zakończył się odczyt mowy noblowskiej Olgi Tokarczuk, która była transmitowana w sieci – donosił we wtorek Onet. I dodał: TVP Info zamiast relacjonować wydarzenie ze Szwecji, zdecydowało się na emisję materiału „Miliony z warszawskiego ratusza dla organizacji promujących m.in. dewiacje seksualne, narkotyki i prostytutkę”.

– Po powrocie pan premier zaprosił panią Olę Tokarczuk, żeby złożyć jej osobiste gratulacje – zapowiedział jednak Michał Dworczyk, szef Kancelarii Prezesa Rady Ministrów.

NIK dla bogaczy

Zastępcy prezesa NIK Mariana Banasia, politycy PiS Marek Opiola i Tadeusz Dziuba ujawnili swój majątek w oświadczeniach, jakie musieli złożyć podczas pracy w Sejmie – donosi „Fakt” i podlicza: Dziuba ma ok. 400 tysięcy w oszczędnościach i papierach wartościowych. Do tego razem z żoną jest właścicielem domu i gospodarstwa o wartości 360 tys. zł. Ma też dwa samochody i motocykl. Razem z ok. 100 tys. zł, jakie zarobił w tym roku jako poseł, daje to ok. miliona. U Opioly milion złotych jest warte prawie stumetrowe mieszkanie, którego posiadaczem jest wraz z żoną. Do tego dochodzi 65 tys. oszczędności, samochód i ok. 100 tys. poselskiej pensji w 2019 roku.

Gazeta jest pod wrażeniem tych zasobów, jednak „bledną one przy bogactwie Mariana Banasia”, którego majątek szacuje się w przedziale 6–8 mln zł.

Zawodowcy

Mówię jako laik, ale również jako ten, który podróżuje samochodem kierowanym przez kierowców Służby Ochrony Państwa i chciałbym to podkreślić, że są to znakomici, świetni kierowcy, znakomicie wyszkoleni, wielokrotnie miałem okazję być dumny z tego, że jestem pod opieką takich profesjonalistów jak kierowcy SOP – tak wicepremier **JACEK SASIN** w „Kropce nad i” w TVN 24 skomentował kolizję auta SOP z wicepremierem Jarosławem Gowinem.

BO ZASŁUGUJESZ NA WYŻSZY STANDARD



**II ETAP
JUŻ W SPRZEDAŻY**



**KAMERALNY
SŁAWIN**

- mieszkania od 29-76 m²
- wysokie pomieszczenia: 2,75 m
- mieszkania już od 189 900 zł
- pierwsze osiedle smart home w Lublinie
- inteligentne mieszkania: sterowanie ogrzewaniem, oświetleniem; czujki: ruchu, dymu; sterowane gniazdko
- wideodomofony
- monitoring osiedla

- wysoka jakość materiałów
- duże balkony
- ogródki na parterze z automatycznym systemem nawadniającym
- nowoczesny plac zabaw, siłownia outdoorowa
- ławka z USB
- otoczenie zieleni
- wyjątkowy mikroklimat
- nowoczesna architektura

INWESTOR

**IMMOBILIA
P O L S K A**

biuro sprzedaży:
Lublin,
ul. Spokojna 2/U3

www.kameralnyslawin.pl tel. 500 267 778

Jak się człowiek nie wy

To jest piękny sport. Można w nim bardzo dużo nauczyć się o sobie, o swoim charakterze

Krzysztof Kurasiewicz

• Mówi się, że nie jest ważne, ile razy upadniesz, ważne, ile razy się podniesiesz.

W łyżwiarstwie można to potraktować bardzo dosłownie...

- Tak jest. Ważne, ile razy wstajemy. W łyżwiarstwie upadki się zdarzają, nawet najlepszym. Jak się człowiek nie wywróci, to się nie nauczy jeździć.

• Kiedy ty zaczynałaś jeździć na łyżwach?

- Kiedy miałam siedem lat, czyli bardzo późno. Nigdy nie byłam zawodniczką, która startuje na tzw. zawodach wyczynowych. Zawsze jeździłam amatorsko, ponieważ w Lublinie nie było warunków do tego, aby ten „wyczyn” jednak był. Osoby chcące trenować wyczynowo musiały wyjechać z Lublina. Jedną z moich zawodniczek - Julia Mazur - wyjechała do Warszawy, by trenować codziennie, dwa razy dziennie. Jestem dumna z jej determinacji.

• Siedem lat to już zbyt późno?

- Dla łyżwiarza figurowego to już jest późno. Mówi się, że dobry wiek to jest cztery czy pięć lat. My mamy w klubie nawet trzylatki, ale wiadomo, że one jeszcze się głównie bawią.

• Gdzie w Lublinie można było trenować łyżwiarstwo w ostatnich latach?

- Najpierw lodowisko było na Globusie, potem na Al. Zygmuntowskich. Kolejne otwarto pod „chmurką”, a teraz jeździmy na Icemanii. To wszystko trwało latami, była walka o całoroczne lodowisko. Tak samo, jak jest teraz we Wrocławiu. My go jeszcze nie mamy, ale może kiedyś się uda.

• Co robicie w cieplejsze dni?

- Od tego sezonu w lecie mieliśmy rolki na Rollmanii. To bardzo fajnie, bo można poćwiczyć różne elementy. Podczas wakacji mamy też zawsze obóz łyżwiarski organizowany przez nasz klub.

• Co ci się najbardziej podoba w łyżwiarstwie figurowym?

- To jest piękny sport. Można w nim bardzo dużo nauczyć się o sobie, o swoim charakterze. Jest też bardzo przyjemny, bo nie jest to sport powszechny. Nie każdy potrafi jeździć na łyżwach. Od wielu lat nie

trenuję siebie, tylko pracuję z zawodnikami, są to zarówno dorośli, nastolatki, jak i dzieci. Właśnie ci ludzie, z którymi pracuję, zatrzymali mnie przy tej dyscyplinie sportu. To jest bardzo przyjemne, kiedy dziecko się czegoś uczy, uśmiecha się. Albo kiedy rodzic płacze ze wzruszenia, patrząc na

swoje dziecko. Daje bardzo dużo satysfakcji.

• Ciebie też ktoś przyprowadził na lodowisko czy sama dowiedziałaś się o tym sporcie?

- Na lodowisko zaprowadziła mnie mama mojej siostry ciotecznej. Tak we dwie na nim zostaliśmy.



FOT. KRZYSZTOF MAZUR



Wróci, to się nie nauczy

ROZMOWA z Adą Tymczak, łyżwiarką figurową, trenerką w klubie MKŁ Libella Lublin.



• Teraz też rodzina przyprowadza dzieci na lodowisko?

- Rodzice bardzo często przyprowadzają dzieci. Natomiast bardzo dużo mamy osób, które są w wieku nastoletnim albo osób dorosłych, które same zobaczyły

ten sport w telewizji, jest teraz bardzo dużo reklam z łyżwiarstwem. Swoje robią również filmy animowane, bo wtedy mamy prawdziwy boom.

• „Kraina lodu” robi swoje?

- Tak, dokładnie. Wtedy pojawia się dużo nowych twarzy. Święta też sprzyja, patrząc po frekwencji,

najwięcej dzieci przychodzi w grudniu.

• Duże grupy dzieci trenują w twoim klubie?

- W tym sezonie mamy naprawdę dużo chętnych. Bardzo cieszymy się, że jest ich coraz więcej oraz że nasz klub sprzyja młodym osobom. Ale nie tylko młodym, bo przedział wiekowy

jest naprawdę duży. Mam nadzieję, że ten sport będzie się w Lublinie rozwijał. Może będziemy mieć lepsze warunki, dłużej otwarte lodowisko. W weekendy, kiedy mamy zajęcia, dzieli-

my lodowisko z drugim klubem (UKŁF Salchow Lublin - przyp. aut.). Wtedy jest bardzo dużo osób u nas. Mam nadzieję, że kiedyś będzie tak, że w weekendy będziemy mogli mieć całą taflę.

• Żeby nauczyć się jeździć, to musiałbym się przygotować na kilka bolesnych upadków?

- Nie. To nie jest tak jak na snowboardzie, że kiedy się zaczyna, to wszystko niesamowicie boli. Jeździłam też na snowboardzie i na nartach i wydaje mi się, że na nartach jest łatwiej się nauczyć poruszać. W łyżwiarstwie upadki oczywiście się zdarzają, ale jeżeli jesteśmy pod okiem trenera, to nie jest aż tak strasznie trudne.

• Czyli dosyć szybko można złapać te łyżwiarskie ruchy?

- Równowagę tak. Co do łyżwiarskich ruchów, to bym powiedziała, że trzeba nad tym trochę popracować. Jednak pierwsze kroki w tym sporcie naprawdę nie są trudne.

• Jak to jest ze sprzętem? Są przecież różne rodzaje łyżew?

- Jeżeli chodzi o „figurówki” i „hokejówki”, to ja nie widzę między nimi zbyt dużej różnicy. Oczywiście, jeżeli ktoś jest u mnie po raz pierwszy, to mówię mu, żeby nakładał „figurówki”, bo łatwiej jest się na nich nauczyć jeździć.

To jest moja ocena. Natomiast „panczeny” to o wiele dłuższa płoza, coś zupełnie innego. Łyżwy nie mogą być na nas zbyt duże ani zbyt małe, zawsze odradzam łyżwy rozsuwane. Jest też ważne, jakiej klasy jest to sprzęt.

• Czy teraz są tacy zawodnicy w polskim łyżwiarstwie figurowym, jak kiedyś Mariusz i Dorota Siudkowie, którzy jeździli na igrzyska olimpijskie?

- Mieliśmy później olimpijczyka Przemysława Domańskiego. Teraz jest para taneczna z Torunia: Natalia Kaliszek i Maksym Spodyriev, brali oni udział w ostatnich igrzyskach olimpijskich, także coś tam zaczyna się dziać. Mam również drugą parę taneczną z Torunia - Justyna Plutowska i Jeremie Flemin - która trenuje, bodajże, we Włoszech. Jest też Jekaterina Kurakowa, która wygrała w tym roku Warsaw Cup.

• Ty miałaś swojego łyżwiarskiego idola?

- Moja pierwsza trenerka nauczyła mnie podstaw. Później byli też inni trenerzy. Czy ja miałam takiego prawdziwego idola w łyżwiarstwie figurowym? Chyba nie. Po prostu oglądałam ten sport i bardzo podobają mi się przeróżne pary - taneczne czy sportowe - i soliści. Nigdy nie patrzyłam na jednego łyżwiarza.



Wierzymy, że będzie już tylko lepiej

To będzie Boże Narodzenie „na walizkach”, bo już na 11 stycznia mamy wykupione bilety lotnicze do Stanów Zjednoczonych - opowiada Agnieszka Dyś, mama 2-letniej Wiktorii. Dziewczynka ma przejść skomplikowaną operację w klinice na Florydzie. Zbiórka pieniędzy na ten cel cały czas trwa. Brakuje jeszcze ponad 200 tysięcy złotych



Agnieszka Antoń-Jucha

P przed wyjazdem do Stanów Zjednoczonych chcemy spędzić ze sobą jak najwięcej czasu. Wiem, że te święta będą dla nas trudne, ze względu na zbliżające się rozstanie. Ale też będą to święta pełne nadziei, bo dzięki temu wyjazdowi spełnią się nasze marzenia. Wiktorii będzie mogła chodzić - mówi Agnieszka Dyś z Lublina, mama 2-letnich bliźniąt - Wiktorii i Mateusza - oraz Natalii, która jest dwa lata starsza od swojego rodzeństwa.

Choroba

Przypadek Wiktorii jest prawdopodobnie jedynym tego typu w Polsce, bo Femoral Facial Syndrome to bardzo rzadka choroba. Dziewczynka urodziła się z szeregiem wad, przede wszystkim o podłożu ortopedycznym. Dziecko nie ma 9. i 10. żebra.

Ma podwójne kości w dużym palcu u nogi, ale też za krótkie i zdeformowane kości udowe.

Brakuje jej kości łonowej i rzepki.

Wiktorii urodziła się ze zwichniętymi biodrami. Miała także stopę w ułożeniu piętowym.

Jednej nóżki dziewczynka w ogóle nie prostuje, a drugiej nie zgina. Bez operacji grozi jej amputacja i proteza, na co rodzice dziecka się nie godzą. Zaczęli szukać pomocy za granicą. I tak trafili na Paley Institute na Florydzie i dr Drora Paleya, chirurga-ortopeda dziecięcego, który leczy dzieci z podobnymi wadami z całego świata. Jego pacjentami są też najmłodsi mieszkańcy Polski, Lublina a także województwa lubelskiego.



Operacja

Wiktorii razem ze swoimi rodzicami wylatują do Stanów 11 stycznia.

- Lecimy razem z mężem, który po drugiej operacji Wiki wróci do Polski do naszych pozostałych dzieci. W czasie naszej nieobecności Mateuszem i Natalią będą zajmować się ich babcie - opowiada pani Agnieszka. - Początkowo Wiktorii miała mieć pierwszą operację w Dniu Babci, czyli 21 stycznia, ale została ona przyspieszona i doktor Paley ma operować naszą córkę już 14 stycznia. Kolejna operacja została zaplanowana na 4 lutego.

Później Wiktorii czeka jeszcze żmudna rehabilitacja.

JAK POMÓC WIKTORII?

Zbiórka na portalu www.siepomaga.pl - „Uratuj moje nóżki przed amputacją!”, która oznaczona jako pilna, trwa do 31 grudnia. Do wczoraj, do godziny 15.30 zbiórkę na leczenie Wiktorii Dyś wsparło **7 861** osób. Zielony pasek był wypełniony w 64,26 proc.: zebrano **418 488,99 zł**, brakowało jeszcze **232 729,01 zł**.

Przekonał się, że nie ma rzeczy niemożliwych - mówi Agnieszka Dyś, mama Wiktorii. - Pieniądze nas ograniczają, ale jak człowiek się przełamie, zacznie mówić o swoich problemach i poprosi o pomoc to ona przyjdzie. Ludzie nie pozostają obojętni

FOT. MACIEJ KACZANOWSKI

- Nasz powrót do domu jest planowany na sierpień, ale mam nadzieję, że będziemy w Polsce wcześniej. Leczenie Wiktorii ma potrwać bowiem od 6 do 8 miesięcy - wylicza mama dziewczynki. - Na pewno będziemy bardzo tęsknić na resztą naszej rodziny, ale jedziemy tam po to, by Wiktorii mogła stanąć na swoich nóżkach i w końcu zaczęła chodzić.

Akcje, zbiórki, kiermasze

Zbiórka na leczenie Wiktorii za oceanem - to w sumie ponad 600 tys. złotych - jest prowadzona za pośrednictwem Fundacji Siepomaga. Wciąż brakuje jednej trzeciej tej kwoty. Jednak poza zbiórką na www.siepomaga.pl

rodzice dziewczynki organizują zbiórki pieniędzy do puszek; między innymi w kościołach oraz na różnych rodzajach imprezach.

W pomoc w zebraniu potrzebnej kwoty włączają się nie tylko członkowie rodziny i przyjaciele, ale też szkoły, firmy a także prywatne osoby.

- Wpłaty są nie tylko z Polski, ale też z zagranicy, na przykład z Grecji, Niemiec czy Stanów Zjednoczonych - opowiada pani Agnieszka. - Mamy też ogromny odzew na nasz apel dotyczący zbiórki plastikowych nakrętek. Dostajemy je z całego kraju. Ludzie przekazują też przedmioty na charytatywne bazarki. To między innymi koszulki i obrazy. Wszystko to otrzymujemy za darmo.

Rodzina Wiktorii jest wdzięczna wszystkim osobom pomagającym im w walce o zdrowie córki. - Każdej z tych osób z całego serca dziękuję - podkreśla pani Agnieszka.

Marzenia

Mama Wiktorii przyznaje, że kończący się rok była dla ich rodziny ciężki.

- Zarówno fizycznie jak też psychicznie. Naprawdę dużo się działo. Ale wierzymy, że dzięki temu wszystko co zaplanowaliśmy się uda, że będzie już tylko lepiej. Że Wiktorii stanie na własnych nogach, że nie będzie żadnych ograniczeń.

Że będzie mogła założyć pierwsze swoje buty czy też nauczyć się jeździć na rowerze.

- Te operacje są najważniejsze w życiu Wiktorii, ale także i naszym - podkreśla mama dziewczynki. - Wierzymy, że niedługo spełnią się nasze marzenia. Czekamy na to od narodzin bliźniaków.

Zbiórka na portalu www.siepomaga.pl trwa do końca roku. - Jesteśmy dobrej myśli. Wierzymy, że uda nam się zebrać całą kwotę na leczenie córki. Nadzieja w ludziach. Wierzymy, że pasek widoczny na stronie zbiórki cały wypełni się na zielono - dodaje mama dziewczynki.

Będzie to oznaczać, że cała kwota na leczenie Wiktorii została zebrana.

W naszym interesie

Przewodnik
aktywności obywatelskiej
dla lubelskich seniorów
od Fundacji Wolności

Masz prawo wiedzieć

Prawo do informacji publicznej

Każdy obywatel ma prawo do uzyskiwania informacji o działalności organów władzy publicznej oraz osób pełniących funkcje publiczne. Prawo to obejmuje również uzyskiwanie informacji o działalności organów samorządu gospodarczego i zawodowego a także innych osób oraz jednostek organizacyjnych w zakresie, w jakim wykonują one zadania władzy publicznej i gospodarują mieniem komunalnym lub majątkiem Skarbu Państwa.

Prawo do informacji może zatem posłużyć uzyskaniu wiedzy dot. funkcjonowania urzędu lub wydatkowania publicznych pieniędzy. Wniosek o udostępnienie informacji publicznej jest odformalizowany, tzn. że można go wysłać nawet mailem i nie musi być własnoręcznie podpisany. Powinien zawierać trzy elementy:

- treść pytania,
- forma, w jakiej ma być udzielona odpowiedź (np. skan lub wydruk)
- sposób, w jaki chcemy otrzymać odpowiedź (np. mailem lub pocztą tradycyjną).

W Biuletynie Informacji Publicznej miasta Lublin, w zakładce „Informacja publiczna” znajdziesz wykaz odpowiedzi, udzielonych przez urząd miasta na wnioski obywateli o udostępnienie informacji publicznych.

Sprawdź, jak pracują miejscy radni

Na portalu www.lublin.mamprawowiedziec.pl znajdziesz obszerne źródło informacji o pracy lubelskich radnych. Strona zawiera dane kontaktowe do wszystkich miejskich radnych. Ponadto, sprawdzisz jak głosowali do tej pory we wszystkich głosowaniach od początku kadencji. Fundacja Wolności co kilka lat opracowuje Badanie Aktywności Radnych, które pokazuje jak pracują lokalni samorządowcy.

Rejestry umów zawieranych przez administrację publiczną

Rejestr umów to nic innego jak zestawienie umów, zawieranych przez daną instytucję. Dostarczają informacji, na co urzędnicy wydają pieniądze z naszych podatków. Pozwalają monitorować publiczne wydatki a dla samych urzędników pełnią funkcje profilaktyczną przed wydatkowaniem ich w sposób nieracjonalny. W rejestrach znajdziesz informacje o tym, z kim dany urząd zawarł umowę, czego ona dotyczyła, kiedy została zawarta oraz na jaką kwotę opiewa. Instytucje, dla których jawność działania ma duże znaczenie, publikują w nich również treść umów.

Dzięki staraniom Fundacji Wolności zarówno Prezydenta miasta Lublin, Wojewoda Lubelski oraz Marszałek Województwa Lubelskiego opublikowali rejestry zawieranych przez siebie umów. W tabelce na dole artykułu sprawdzisz gdzie je znaleźć i jakie informacje zawierają.

Nazwa urzędu	Adres strony z rejestrem	Częstotliwość aktualizacji	Co zawiera rejestr
Urząd Miasta Lublin	rejestrumow.lublin.eu	Co miesiąc	Data zawarcia, kontrahent, przedmiot umowy, kwota umowy
Urząd Marszałkowski Województwa Lubelskiego	jawnylublin.pl/rejestr-marszalka	Co kwartał	Nr umowy, przedmiot, strona, kwota umowy, data podpisania, termin realizacji umowy
Lubelski Urząd Wojewódzki	jawnylublin.pl/rejestr-wojewody	Co kwartał	Data zawarcia, strona, przedmiot umowy

Jawna Gmina w internecie

Niedawno wystartował portal internetowy www.jawnagmina.pl, na którym możemy sprawdzić wydatki dowolnego miasta oraz gminy w Polsce. Ba, mamy nawet możliwość porównać się z innymi. Strona została wykonana przez Fundację Wolności i Forum Lubelskich Organizacji Pozarządowych i ma służyć wsparciu organizacji pozarządowych, które patrzą władzy na ręce. Umieszczona na stronie porównywarka pozwala wybrać jedną lub kilka gmin. Dla każdej z nich możemy sprawdzić różne kategorie dochodów oraz wydatków. Ponadto na portalu znajdziemy bazę kontaktową organizacji, które patrzą władzy na ręce, kalendarz zawierający daty ważne z punktu widzenia budżetu gminy (np. termin zatwierdzenia projektu budżetu, sprawozdania finansowego, itp).



Masz prawo zgłaszać swoje uwagi

Konsultacje społeczne

Jest to proces, kiedy organ władzy pyta mieszkańców o opinie, uwagi i rekomendacje, celem wypracowania najlepszego rozwiązania dla określonej sprawy publicznej.

Szczegółowe zasady konsultacji społecznych określa rada miasta w uchwale. W Lublinie konsultacjami określono otwarty proces dialogu władz Miasta Lublin z Mieszkańcami, mający na celu podjęcie przez władze optymalnych decyzji w sprawach publicznych, mających wpływ na jakość życia Mieszkańców.

Najczęściej konsultacje społeczne są prowadzone w formie zgłaszania uwag na piśmie (lub elektronicznie) oraz otwartych spotkań z mieszkańcami.

Konsultacje powinny trwać min. dwa tygodnie. A po ich zakończeniu urzędnicy są zobowiązani do przedstawienia raportu uwzględniającego wszystkie zgłoszone uwagi.

Należy jednak pamiętać, że konsultacje nie mają charakteru wiążącego i nawet jeśli więcej mieszkańców poprze nasze uwagi, prezydent nie musi ich uwzględnić.

Informacje o trwających w Lublinie konsultacjach znajdziesz na stronie www.lublin.eu/mieszkancy.

Wniosek o lepsze zaspokojenie potrzeb mieszkańców

Przepisy kodeksu postępowania administracyjnego pozwalają każdemu z nas złożyć wniosek do odpowiedniego organu władzy publicznej. Wnioskować możemy we wszystkich sprawach, które np. przyczynią się do lepszego zaspokajania potrzeb mieszkańców.

Kodeks postępowania administracyjnego Art. 241
Przedmiotem wniosku mogą być w szczególności sprawy ulepszenia organizacji, wzmocnienia praworządności, usprawnienia pracy i zapobiegania nadużyciom, ochrony własności, lepszego zaspokajania potrzeb ludności.

Wniosek powinniśmy wystosować w formie pisemnej. We wniosku poza powołaniem się na art. 241 kpa (patrz ramka wyżej) napiszmy o co wnioskujemy, wraz z krótkim uzasadnieniem. Możemy dołączyć zdjęcia lub mapkę, jeśli



sprawa tego wymaga. Urząd ma miesiąc czasu na załatwienie naszego wniosku, o czym powinien nas poinformować na piśmie.

Tryb ten warto zastosować do szybkiego załatwienia bieżących spraw, np. dziury w chodniku lub jezdni, usunięcia małej usterki, naprawienia nie działającej lampy oświetlenia ulicznego.

Petycje

Przedmiotem petycji może być dowolna sprawa, w której żądamy od organu władzy publicznej, podjęcia działań. Może ona w szczególności dotyczyć zmiany przepisów prawa, podjęcia rozstrzygnięcia lub innego działania w sprawie dotyczącej podmiotu wnoszącego petycję, życia zbiorowego lub

Budżet Obywatelski w Lublinie

2013

Fundacja Wolności proponuje wprowadzenie budżetu obywatelskiego w Lublinie

2014

I edycja budżetu obywatelskiego, 333 zgłoszone projekty

2017

m.in. dzięki wnioskowi Fundacji, udało się zakazać zbierania kart do głosowania (głosowanie tylko osobiście)

2019

odbędzie się VI edycja, ponad 1000 pomysłów zgłoszonych przez 5 lat.

BUDŻET
OBYWATELSKI
w Lublinie

2015 2016 2017 2018 2019

Głosujących	47115	68026	73469	38672	25318
Internetowo	27272	24405	17748	37386	22722
Papierowo	19843	43621	55721	1286*	2596*

*Od edycji 2018 papierowo można głosować tylko osobiście

Głosy na:	2015	2016	2017	2018	2019
Duże Projekty	59360	25590	28135	23007	22143
Małe Projekty	94985	35201	62790	24815	43726

Ilość głosów	2015	2016	2017	2018	2019
Duże Projekty	3	1	1	1	1
Małe Projekty	5	1	2	1	2

Średnia głosów na osobę	2015	2016	2017	2018	2019
Duże Projekty	1.26	0.38	0.38	0.59	0.87
Małe Projekty	2.02	0.52	0.85	0.64	1.73

Średnie wykorzystanie puli głosów	2015	2016	2017	2018	2019
Duże Projekty	42%	37.62%	38.30%	59.49%	87.46%
Małe Projekty	40.32%	51.75%	42.73%	64.17%	86.35%

2015 2016 2017 2018 2019

Zgłoszonych projektów	333	210	171	157	223
dopuszczalnych do głosowania	233	155	149	118	165
do realizacji	29	25	23	44	44
% zgłoszonych realizowanych	8.71%	11.90%	13.45%	28.03%	19.73%

2015 2016 2017 2018 2019

Minimalna liczba głosów do wygrania	2015	2016	2017	2018	2019
Duże Projekty	3954	2479	3097	1384	1126
Małe Projekty	1180	952	2202	296	536

Kwota realizacji w pierwszym roku

2015	2016	2017	2018	2019
7 098 794 zł	7 695 259 zł	13 128 957 zł	4 521 787 zł*	?
70.87%	62.5%	87.45%	20.88%	

Rok 2019 wg stanu na 30 czerwca

Wiek głosujących

	<17	18-24	25-34	35-44	45-54	55-65	66+
2018	3859 10.71%	2784 7.72%	6552 18.18%	7692 21.34%	4289 11.90%	5333 14.81%	5527 15.34%
2019	3372 15.04%	1429 6.37%	4270 19.04%	5859 26.13%	2402 10.71%	2511 11.20%	2580 11.51%

wartości wymagających szczególnej ochrony w imię dobra wspólnego, mieszczących się w zakresie zadań i kompetencji adresata petycji. Petycja może być złożona w interesie publicznym, a także w interesie podmiotu wnoszącego petycję.

Petycja powinna zawierać:

- imię i nazwisko lub nazwę organizacji wnoszącej petycję,
- adres zamieszkania lub siedzibę i adres do korespondencji wnoszącego petycję,
- oznaczenie podmiotu, do którego kierujemy petycję,
- przedmiot petycji (czego oczekujemy),

Urząd ma do trzech miesięcy na rozpatrzenie naszej petycji. Jest to dobre narzędzie do upublicznienia naszej sprawy, ponieważ wszystkie złożone petycje muszą zostać opublikowane w Biuletynie Informacji Publicznej, a petycje do rady miasta stają się przedmiotem jej obrad, które są transmitowane i nagrywane.

Inicjatywa uchwałodawcza mieszkańców

Do zadań rady miasta należy między innymi uchwalanie prawa lokalnego. Za każdym razem decyzja wymaga przygotowania odpowiedniego projektu uchwały.

Inicjatywę do składania projektów uchwał w Lublinie posiadają: prezydent miasta, grupa min. trzech radnych a także grupa 300 mieszkańców naszego miasta. Projekt uchwały powinien zawierać podstawę prawną, uzasadnienie oraz mieścić się w zakresie kompetencji rady miasta. Pod projektem należy zebrać podpisy min. 300 mieszkańców Lublina, mających czynne prawo wyborcze.

Poza imieniem i nazwiskiem należy podać adres zamieszkania (zgodny z tym zawartym w stałym rejestrze wyborców) oraz podpis.

W ostatnim roku rada miasta poparła projekt mieszkańców dot. wprowadzenia do planu miejskich inwestycji na lata 2019-2021 budowy domu kultury przy ul. Łąbędziej (wnioskodawcy zebrali ponad 325 podpisów). Jednak samo zebranie odpowiedniej liczby podpisów nie gwarantuje sukcesu. Rada miasta odrzuciła projekty uchwał w sprawie remontu ulicy Junoszy (ponad 900 zebranych podpisów) oraz obniżenia diet w Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (ponad 300 podpisów).

Rady Dzielnic głosem mieszkańców

Dzielnice to jednostki pomocnicze gminy. W Lublinie mamy 27 dzielnic. W każdej z nich mieszkańcy wybierają radę dzielnicy na czteroletnią kadencję.

Rada dzielnicy liczy 15 lub 21 członków (w zależności od liczby mieszkańców) a ze swojego składu wybiera zarząd. Na jego czele stoi Przewodniczący zarządu. To on/ona najczęściej nadaje ton działalności rady. Każdy z członków rady otrzymuje niewielką dietę za udział w jej pracach.

Rady dzielnic mają niewielkie kompetencje, głównie pomagają władzom miasta poprzez konsultacje i wydawanie opinii. Czasami miejscy radni uwzględniają stanowisko rad dzielnic przy podejmowaniu decyzji.

Ponadto każda lubelska rada dzielnic ma do swojej dyspozycji 150

tys. zł rocznie i może ją przeznaczać na zadania własne gminy. To tzw. rezerwa celowa. Jej wielkość jest co roku określana przez Prezydenta w budżecie miasta. Większość z tych środków jest wydawane na remonty i budowę dróg, ulic i chodników, place zabaw i siłownie zewnętrzne, doposażenie szkół i przedszkoli oraz oświetlenie ulic.

Wykaz adresów i kontaktów do poszczególnych rad dzielnic znajdziesz na stronie internetowej urzędu miasta lublin.eu/rady-dzielnic/dzielnice.

Mandat społeczny do działania rad dzielnic jest wciąż niewielki. W ostatnich wyborach udział wzięło zaledwie 12 tys. mieszkańców Lublina (6,8% uprawnionych). Następne wybory odbędą się wiosną 2023 roku.

Rada Seniorów miasta Lublin

Rada Seniorów jest organem doradczym, konsultacyjnym oraz inicjatywnym dla władz miasta. W jej skład wchodzi 14 osób, wybieranych na czteroletnią kadencję. Jej zadaniem jest tworzenie warunków do pobudzania aktywności społecznej.

Obecna kadencja rozpoczęła się w 2019 roku. Funkcję przewodniczącej rady sprawuje pani Alina Gucma, zgłoszona przez Zarząd Okręgowy w Lublinie Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów.

Rada Seniorów ma swoją siedzibę w Wydziale Inicjatyw i Programów Społecznych, przy ul. Stanisława Leszczyńskiego 23 (wejście od ul. Przy Stawie). Możesz z nią skontaktować się telefonicznie: 81 466 20 69 lub mailem: rada.seniorow@lublin.eu.

Masz prawo decydować

Budżet obywatelski

Budżet obywatelski to wydzielona część budżetu miasta, o której przeznaczeniu decydują mieszkańcy. Budżet naszego miasta na rok 2020 wynosi 2 536 mld zł a pula o której zadecydują mieszkańcy wyniesie 15 mln zł (0,6% całego budżetu). Wiosną każdego roku rozpoczyna się nabór projektów, które możesz zgłosić na stronie www.obywatelski.lublin.eu.

Każdy ze zgłoszonych projektów przechodzi ocenę formalno-prawną, prowadzoną przez urzędników. Projekty zgodne z przepisami prawa, umiejscowione na terenach miejskich, możliwe do realizacji, trafiają pod głosowanie mieszkańców. Jesienią wybieramy projekty, które chcemy, aby zostały zrealizowane w kolejnym roku. Głosujemy na dwa typy projektów – ogólnomiejskie oraz dzielnicowe. Do realizacji trafiają projekty z największą liczbą głosów (po jednym dzielnicowym w każdej dzielnicy oraz do wyczerpania puli środków spośród ogólnomiejskich).

Referendum lokalne

Referendum jest podstawą demokracji bezpośredniej. Stanowi wyrażenie woli mieszkańców w określonej sprawie. Przepisy stanowią, że

referendum lokalne jest ważne, jeśli weźmie w nim udział co najmniej 30% uprawnionych mieszkańców.

W naszym mieście referendum lokalne odbyło się w kwietniu 2019 roku z inicjatywy prezydenta. Dotyczyło wyrażenia zgody na zmianę planu zagospodarowania przestrzennego Górki Czechowskich na zabudowę mieszkalno-usługową na 30 ha w zamian za sfinansowanie parku przez właściciela terenu. Choć 2/3 głosujących była przeciwna takim zmianom (22,7 tys. spośród 33,6 tys. głosujących) to rozstrzygnięcie nie było wiążące prawnie, bo frekwencja wyniosła 12,9%.

Referendum jest rzadko stosowanym narzędziem z uwagi na jego koszty oraz niskie szanse na uzyskanie wymaganej frekwencji. Np. zorganizowanie referendum w sprawie Górki Czechowskich kosztowało 440 tys. zł.

Inicjatywa lokalna

Istotą inicjatywy lokalnej jest pełna kooperacja władz samorządowych i mieszkańców. Łączą oni swoje siły, celem zaspokojenia potrzeb miejscowej społeczności. Mówi się, że inicjatywa lokalna jest najwyższą formą uczestnictwa w życiu publicznym, bo mieszkańcy mogą nie tylko wskazać, co powin-

no zostać zrealizowane, ale również czynnie uczestniczyć w działaniach, np. budując wymarzony plac zabaw z materiałów otrzymanych od władz gminy. Wkładem mieszkańców w inicjatywy lokalne może być praca, wkład rzeczowy albo pieniądze. Dzięki temu władze oszczędzają na kosztach inwestycji, zaś wspólna realizacja zadania integruje lokalną społeczność. Niektórzy społecznicy uważają ponadto, że osobisty udział w przedsięwzięciu wpływa na większą troskę mieszkańców o zrealizowany projekt.

Aby zrealizować inicjatywę lokalną, powinien zostać złożony odpowiedni wniosek w Biurze Obsługi Mieszkańców. Wzory wniosków znajdziesz na stronie lublin.eu/mieszkanicy w zakładce Partycypacja/Inicjatywa lokalna oraz otrzymasz w Biurze Partycypacji Społecznej Urzędu Miasta Lublin. Wypełniony wniosek składasz w Biurze Obsługi Mieszkańców. W razie pozytywnej decyzji prezydenta, po podpisaniu umowy, urząd wspólnie z mieszkańcami przystąpi do realizacji inicjatywy.

Szczegółowych informacji nt. inicjatywy lokalnej w Lublinie udziela Biuro Partycypacji Społecznej: ul. Bernardyńska 3 (Pałac Parysów), 20-109 Lublin, telefon: 81 466 19 54, mail: obywatelski@lublin.eu.



Dobre praktyki

Lubelskie spotkania seniorów LubSenior

W tym roku po raz pierwszy urząd miasta Lublin we współpracy z Targami Lublin SA zorganizował Lubelskie Spotkania Seniorów LubSenior. Przez trzy dni w halach targów odbywały się dyskusje, wystawy, koncerty i liczne wydarzenia skierowane do lubelskich seniorów. Przez te dni przewinęło się kilka tysięcy osób odwiedzających targi. Sukces wydarzenia prawdopodobnie przełoży się na kontynuację wydarzenia w przyszłym roku.

Wydarzenie było okazją do zorganizowania dyżurów miejskich radnych. Pięć z nich zdecydowało się poświęcić czas, aby porozmawiać o ważnych problemach. I jak się okazało, tematów było naprawdę sporo – dostosowanie budynków do potrzeb osób z niepełnosprawnością, siatka połączeń komunikacji miejskiej, lokalizacja przystanków. Radnymi, którzy rozmawiali z mieszkańcami byli: Marcin Bubicz, Piotr Choduń,



Marcin Nowak, Piotr Popiel oraz Dariusz Sadowski.

Kawiarenki obywatelskie w dzielnicach

Forum Lubelskich Organizacji Pozarządowych przez cztery lata prze-

prowadziło kawiarenki obywatelskie w niemal wszystkich dzielnicach Lublina. Przedstawiciele organizacji i zaproszeni eksperci spotykali się z organizacjami pozarządowymi działającymi na rzecz seniorów, klubami seniora i grupami nieformalnymi. Dzięki tym spo-

tkaniom powstały raporty dotyczące aktywności obywatelskiej seniorów oraz zebrano informacje o potrzebach i problemach mieszkańców.

Naprawmy to

Od kilku lat na stronie www.naprawmyto.pl/lublin każdy może zgłosić (również anonimowo) awarie w przestrzeni publicznej naszego miasta. Wybrany alert można przyporządkować do jednej z pięciu kategorii: infrastruktura, bezpieczeństwo, budynki, przyroda oraz inne. Problem należy dokładnie opisać, podając dokładną lokalizację. Pomocne będzie też zdjęcie. Administrator portalu przekazuje wszystkie zgłoszone problemy odpowiednim służbom miejskim. Do tej pory portal pomógł rozwiązać ponad 11 tysięcy problemów. Z różnych przyczyn nie udało się naprawić co piątego zgłoszenia. Za prowadzenie portalu odpowiada stowarzyszenie Homo Faber.

Gdzie szukać pomocy

Bezpłatna pomoc prawna

Na terenie Lublina znajdziesz 14 punktów, udzielających bezpłatnych porad prawnych osobom w trudnej sytuacji materialnej lub osobom, które mają 65 i więcej lat. Uzyskasz w nich informacje o stanie prawnym swojej sprawy, prawnicy wskażą sposób rozwiązania, pomogą sporządzić pismo oraz pomogą w mediacji.

Pomoc obejmuje sprawy prywatne z zakresu m. in. prawa rodzinnego, cywilnego, administracyjnego, karnego. Rezerwacji wizyty możesz dokonać na stronie www.rezerwacja.lublin.eu lub pod nr tel. 81 466 1210 (w godzinach pracy urzędu).

Porady i interwencje obywatelskie

Fundacja Wolności zaprasza do biura bezpłatnych porad prawnych i interwencji w sprawach dot. problemów i potrzeb ważnych dla mieszkańców Lublina pow. 60-go roku życia (uwaga! nie pomagamy w indywidualnych sprawach, tylko takich, które dotyczą grupy mieszkańców).

Jeśli mieszkasz w Lublinie, masz więcej niż 60 lat i widzisz problemy dotyczące większej grupy mieszkańców, zgłoś się do nas, a my zajmiemy się tą sprawą.

Możesz do nas napisać na kontakt@fundacjawolnosc.org. Uruchomiliśmy również telefon zaufania 533 363 538. Zgłaszającym gwarantujemy anonimowość.

W ostatnim czasie pomogliśmy np. w uzyskaniu wiedzy, jak wyegzekwować od spółdzielni mieszkaniowej dostęp do dokumentów (uchwały zarządu, statut) oraz zajęliśmy się zgłoszeniem emerytowanego pracownika jednego z urzędów dot. marnotrawstwa publicznych pieniędzy.

Telewsparcie dla Seniorów

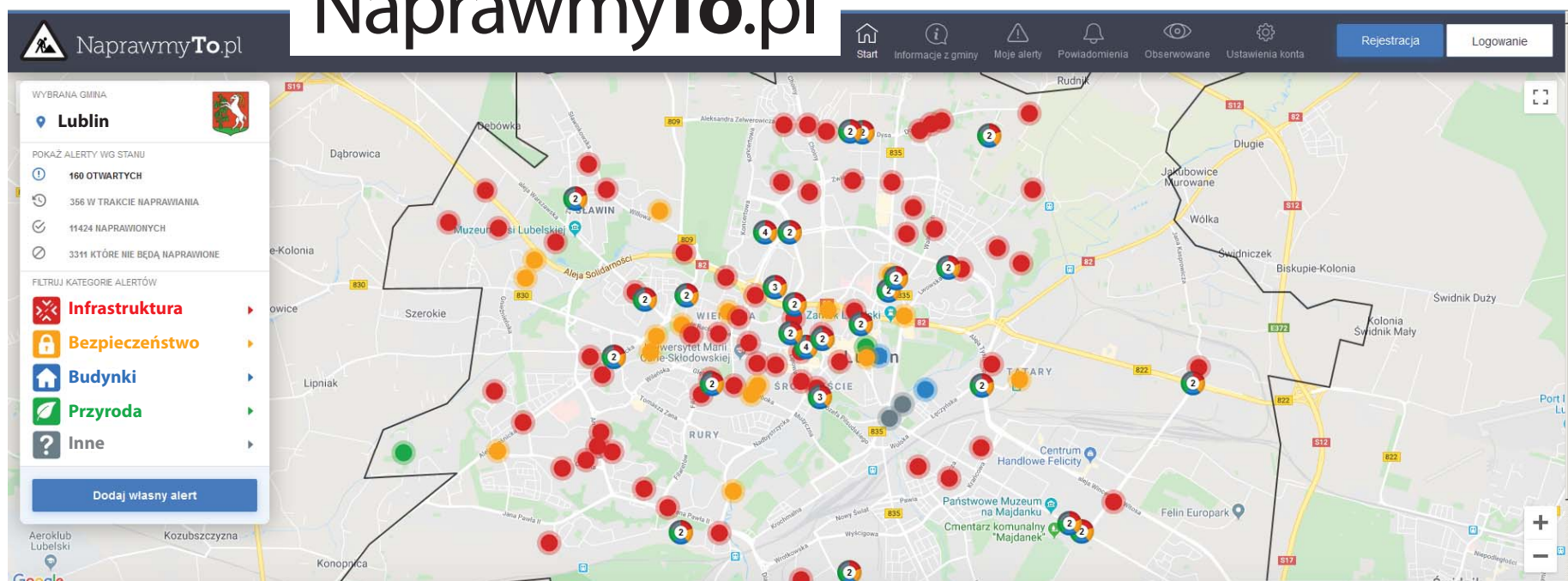
Tele 60+ to usługa skierowana do najstarszych mieszkańców Lublina. Od poniedziałku do piątku w godz. 17-20 pod nr telefonu 81 46 66 999 seniorzy mogą otrzymać wsparcie psychologów oraz pełną informację na temat działalności instytucji i organizacji, oferujących różne formy aktywizacji. Wsparcia udzielają wolontariusze Wyższej Szkoły Ekonomii i Innowacji. Opłata jest jak za połączenie lokalne.

Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich

W każdy ostatni piątek miesiąca w godzinach 10-15 w ratuszu (sala nr 3) pracownicy Biura Rzecznika Praw Obywatelskich przyjmują interesantów. Rzecznik stoi na straży wolności i praw człowieka i obywatela, w tym realizacji zasady równego traktowania. Bada, czy na skutek działania lub zaniechania organów władzy publicznej nie nastąpiło naruszenie prawa, zasad współżycia i sprawiedliwości społecznej oraz czy nie doszło do aktów dyskryminacji.



NaprawmyTo.pl





Konkurs dla Seniorów!

Masz co najmniej 60 lat i uważasz, że mieszkańcy powinni interesować się tym, co dzieje się w samorządzie lokalnym? Jeśli tak, zapraszamy do udziału w naszym konkursie.

Wytnij i prześlij na adres Fundacji Wolności (ul. Krakowskie Przedmieście 13/5A, 20-002 Lublin) kupon z odpowiedzią na pytanie „Dlaczego warto interesować się sprawami lokalnymi?”. Wśród nadesłanych zgłoszeń wybierzemy aż 3 zwycięzców!

Do wygrania trzy zestawy nagród – kwartalna prenumerata Dziennika Wschodniego, ciśnieniomierz, kawa i książka Olgi Tokarczuk „Bieguni”.

wytnij

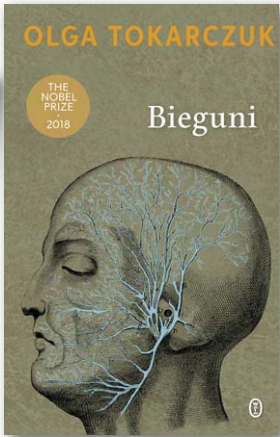
Imię i nazwisko	
Dlaczego warto interesować się sprawami lokalnymi?	
Adres do korespondencji	
Data urodzenia	
☐ Potwierdzam, że zapoznałem się z regulaminem konkursu. [zgoda obowiązkowa]	
☐ Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych na potrzeby przeprowadzenia konkursu. Administratorem danych osobowych jest Fundacja Wolności	
☐ Wyrażam zgodę na przysyłanie informacji mailowej na temat działalności Fundacji Wolności [zgoda dobrowolna]	
Adres e-mail [nieobowiązkowy]	
Konkurs realizowany w ramach projektu „W naszym interesie”, współfinansowanego ze środków Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020.	
..... (podpis)	

wytnij

Do wygrania trzy zestawy nagród.

W skład każdego zestawu nagród wchodzi:

- kwartalna prenumerata Dziennika Wschodniego
- ciśnieniomierz i kawa
- książka Olgi Tokarczuk „Bieguni”
- laureatki Nagrody Nobla



zdjęcia przykładowe

ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

Dodatek do Dziennika Wschodniego „Przewodnik aktywności obywatelskiej dla lubelskich seniorów” powstał w ramach projektu „W naszym interesie”, współfinansowanego ze środków Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020.



W Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Kozicach Dolnych powstał plac zabaw

Projekt na wagę uśmiechu

ZIELONY WOLONTARIAT Będą wysokie drzewa, domki i tunele z wierzby, a już jest plac zabaw – to efekt zaangażowania wspaniałych nauczycieli i cudownych dzieci w nasz projekt ekologiczny

Agnieszka Kasperska

„Zielony wolontariat. Poczuj chemię do bycia eko” był konkursem dla dzieci i młodzieży w wieku szkolnym organizowanym przez naszą redakcję i Grupę Azoty Zakłady Azotowe „PUŁAWY” SA.

Jego celem było kształtowanie postaw i świadomości w zakresie ochrony środowiska oraz aktywna i kreatywna promocja idea proekologicznych. Do udziału zaprosiliśmy szkoły podstawowe i ponadpodstawowe, domy kultury, biblioteki z województwa lubelskiego.

Liczyliśmy na kreatywność i nie zawiedliśmy się.

Jeden z nagrodzonych projektów przygotował Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Kozicach Dolnych.

Wierzba energetyczna

W Ośrodku uczą się i mieszkają dzieci oraz młodzież z umiarkowaną, znaczną i głęboką niepełnosprawnością intelektualną oraz z autyzmem i ze sprzężonymi niepełnosprawnościami.

- Budynek, w którym funkcjonujemy jest zabytkiem,

którego najstarsze części powstały w XVII wieku. Nadzorem konserwatorskim objęty jest cały teren łącznie z drzewami - opowiada Elżbieta Gauda, dyrektor ośrodka. - Niedawno otrzymaliśmy zgodę konserwatora na wycięcie krzaków zarastających część parku i stworzenie tam części rekreacyjnej. I wtedy trafiliśmy na ogłoszenie o konkursie.

- Dzięki nagrodzie w projekcie mogliśmy stworzyć tam plac zabaw dla naszych podopiecznych, którzy dotychczas mogli jedynie chodzić na spacer i jeździć po

okolicy na rowerach - mówi Monika Nowosad, koordynator projektu. - Posadziliśmy drzewa iglaste i liściaste, by było to też wygodne miejsce do wypoczynku. Posadziliśmy także wierzbę energetyczną. Gdy urośnie, zapleciemy ją tworząc w ten sposób domki do zabawy oraz zielone korytarze, w których będą bawić się dzieci.

Kolejki do huśtawki

Teren jest przy tym ogrodzony, czyli w pełni bezpieczny. Na murze pojawiły się domki i karmniki, które

dzieci zrobiły same z drewna i gliny. Na razie zaglądamy do nich ciekawskie wiewiórki, ale już wkrótce może pojawią się także ptaki.

Na placu zabaw stoją na razie dwie huśtawki, karuzela, piaskownica i ścieżka sensoryczna. Urządzenia kupione za środki z naszego konkursu, część zebrano w trakcie balu charytatywnego zorganizowanego przez Stowarzyszenie Kreatywne Piaski. Dorzucili się też nauczyciele.

- Wszyscy się cieszymy, bo co to za szkoła bez placu

zabaw - śmieje się Dawid. - Wszystko się nam podoba, a najbardziej huśtawki. Ciągłe są do nich kolejki.

- Może ktoś nam da nam jeszcze jedną? - rozmarza się Bartosz. - Huśtawki są najlepsze. I fajna była też praca. Kopaliśmy dolki, przetrzącałem ziemię, sprzątałem, grabielem, wywoziłem gałęzie.

- Nie boję się ciężkiej pracy - dodaje Dawid. - Bardzo ciężko pracowaliśmy, ale było warto.

- Bardzo lubię się tu bawić - śmieje się Julia. - Wszystkie dzieci lubią.



Na murze pojawiły się domki i karmniki, które dzieci zrobiły same z drewna i gliny



FOT. KRZYSZTOF MAZUR

ZIELONY WOLONTARIAT. POCZUJ CHEMIĘ DO BYCIA EKO

„Zielony wolontariat. Poczuj chemię do bycia eko” - był konkursem dla dzieci i młodzieży w wieku szkolnym organizowanym przez Dziennik Wschodni i Patrona konkursu Grupę Azoty Zakłady Azotowe „PUŁAWY” SA. Do udziału zaprosiliśmy szkoły podstawowe i ponadpodstawowe, domy kultury, biblioteki z województwa lubelskiego - wszystkie te instytucje, które pracują z dziećmi i młodzieżą w wieku szkolnym. Nagrodą była kwota do 2000 zł na wymyślony przez nich projekt ekologiczny. Dziś prezentujemy działania jednego z 12 laureatów konkursu. Kolejne prezentacje w najbliższych wydaniach Dziennika Wschodniego.



ORGANIZATOR

dziennik
WSCHODNI

PATRON

GRUPA
AZOTY
PUŁAWY

Praca w święta bardziej opłacalna

Grudzień to gorący czas na rynku pracy, zwłaszcza w branży opieki nad osobami starszymi w Niemczech. Można zarobić nawet 7700 zł „na rękę”

Zapotrzebowanie na pracowników w okresie świątecznym i noworocznym jest większe o 60 proc. w stosunku do poprzednich miesięcy - wynika ze statystyk firmy Aterima Med specjalizującej się w opiece domowej osób starszych w Niemczech. Praca w tym czasie jest szczególnie opłacalna ze względu na wyższe stawki i dodatkowe premie: nawet do 300 euro.

Wyższe zarobki

- Praca w okresie świąt Bożego Narodzenia to szansa dla osób, które dopiero chcą rozpocząć pracę jako opiekunowie za granicą. W Aterima Med zapewniamy szkolenia językowe przed wyjazdem oraz wsparcie lektora już w czasie pracy w Niemczech - mówi Anna Ciołek, kierownik Działu Rekrutacji w Aterima Med. - Decyzja o wyjeździe nie należy do najłatwiejszych, jednak aplikując teraz, kandydaci mają szansę na znalezienie oferty nawet z podstawową znajomością podstaw języka.

W okresie świątecznym zarobki mogą wynosić od **6400 zł do nawet 7700 zł**, „na rękę”. Wysokość wynagrodzenia jest uzależniona między innymi od posiadanego przez opiekuna doświadczenia i umiejętności, na przykład znajomości języka niemieckiego.

Język i doświadczenie

Nietrudno się domyślić, że w pracy w opiece nad osobami starszymi w Niemczech kluczowa jest przynajmniej podstawowa znajomość języka niemieckiego. Umiejętność komunikowania się z podopiecznym i jego rodziną wpływa na komfort pracy opiekuna i bezpieczeństwo seniora.

Drugim ważnym czynnikiem jest doświadczenie w opiece nad osobą starszą, chorą lub niesamodzielną. Może być to doświadczenie zawodowe, wynikające z pracy w szpitalu lub domu pomocy społecznej, a także nabyte podczas opieki np. nad członkiem rodziny. Do podstawowych obowiązków opiekuna w Niemczech należy opieka nad seniorem (m.in. pomoc przy jedzeniu czy ubieraniu się, wspólne spędzanie czasu) oraz prowadzenie gospodarstwa domowego (np. zakupy, gotowanie, sprzątanie).

Legalnie i rzetelnie

Decydując się na pracę w Niemczech - szczególnie po raz pierwszy - warto zwrócić uwagę na wybór legalnej i rzetelnej firmy. Wiarygodny pracodawca



W okresie świątecznym zarobki przy opiece nad osobami starszymi mogą wynosić od 6400 zł do nawet 7700 zł „na rękę”.

FOT. PIXABAY.COM

oferuje swoim pracownikom stałe wsparcie koordynatora podczas pracy za granicą, organizuje transport, opłaca przejazd do Niemiec i powrót do Polski, a także regularnie opłaca składki ZUS i zapewnia dodatkowe ubezpieczenie medyczne.

Dobry pracodawca zwraca również uwagę na wsparcie pracowników w trakcie realizacji zlece-

nia. Na przykład firma Aterima Med zapewnia swoim opiekunom bezpłatny dostęp do platformy edukacyjnej, wsparcie w nauce języka niemieckiego oraz możliwość telefonicznych konsultacji z ekspertami: zespołem pielęgniarstwa, lektorem języka niemieckiego, czy z psychologiem i prawnikiem.

ŹRÓDŁO: ATERIMA MED, OPRAC. KP



Dobrze płatna praca w opiece w Niemczech - zarobki od 5.000 zł na rękę!

Zatrudnienie od zaraz – zgłoś się!

Gwarantujemy:

- legalne zatrudnienie oparte na jasnych warunkach
- sprawdzone miejsca pracy
- opłacanie składek ZUS
- zorganizowanie przejazdu do miejsca pracy i powrotu do kraju
- zakwaterowanie i wyżywienie u podopiecznego
- wsparcie w trakcie całego wyjazdu

Oczekujemy:

- znajomości przynajmniej podstawowych zwrotów i słówek w języku niemieckim
- doświadczenia w opiece nad osobami starszymi

Zadzwoń, aby dowiedzieć się więcej szczegółów:
☎ 81-473-29-87 533-737-143

Helpful Hand
20-704 Lublin; ul. Wojciechowska 5/6
✉ rekrutacja@hhand.pl 🌐 www.hhand.pl

STABILNOŚĆ • RZETELNOŚĆ • DOŚWIADCZENIE

PRACA ZA GRANICĄ DLA:

- MONTERÓW PŁYT WARSTWOWYCH (BLACH)
- ŚLUSARZY
- SPAWACZY
- OPERATORÓW: CNC, SUWNIC, WÓZKÓW WIDŁOWYCH, MANITOU
- MALARZY PRZEMYSŁOWYCH



SZUKASZ CIEKAWEJ DOBRZE PŁATNEJ PRACY ZA GRANICĄ?

TARKON

DOŁĄCZ DO NAJLEPSZYCH!

KONTAKT 502-116-233 lub 786-864-385



- 20 lat na rynku
- 400 osób delegowanych: Belgia, Holandia
- Szkolimy fachowców
- Atrakcyjne warunki zatrudnienia
- Zapewniamy: organizację wyjazdu, transport, mieszkania (m.in.: dostęp do WiFi, polska telewizja), opiekę polskiego koordynatora

CV prosimy wysłać na adres mailowy: rekrutacja@tarkon.pl
Adres firmy: 39-400 Tarnobrzeg ul. Mechaniczna 5

WESOŁYCH ŚWIĄT ŻYCZY



PRACA ZA GRANICĄ

Pracuj legalnie na terenie Niemiec lub
Francji – zarabiaj w EURO!

PRACA

SORTOWNIA KURIERSKA
PRALNIA PRZEMYSŁOWA
KIEROWCA C+E

OFERUJEMY

UMOWĘ O PRACĘ TYMCZASOWĄ

LEGALNE ZATRUDNIENIE

BEZPŁATNE ZAKWATEROWANIE

ATRAKCYJNE WYNAGRODZENIE



rekrutacja@hrnavigator.com.pl

+48 571 322 116

+48 571 322 117

+48 572 505 720 | +48 515 909 950

+48 571 322 118

BIURO: UL. ZAWIŁA 69, 30-390 KRAKÓW

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 29 utworzą rozwiązanie - cytaty z „Samych swoich” (Witka Pawlak do Jadźki, zaglądając jej w dekolt).

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

W pracy pokażesz się od dobrej strony. Gdy inni nie będą wiedzieli, jak coś zrobić, to zgłoszą się do ciebie. Zapunktujesz tak u współpracowników, jak i u szefa. Zadbasz o najbliższych, zaczniesz się więcej ruszać i rozwiniesz w sobie niespożytą energię. Częściej będziesz się też uśmiechać.



Do trzech razy sztuka

MMA W sobotę, 21 grudnia, o godzinie 19 w hali Globus rozpocznie się gala Thunderstrike Fight League 19 „Christmas Time”. Głównymi gwiazdami imprezy są Hubert Szymajda i Cezary Kęsik

Kamil Kozioł

MMA podbiło serca kibiców w naszym województwie, a Lublin co chwila staje się miejscem rozgrywania wielkich imprez. W tym roku stolica regionu gościła już KSW i AFN. Teraz pora na federację TFL, która do hali Globus wraca przerwie liczącej 1,5 roku.

- Bardzo cieszę się, że znowu zagościmy na największym obiekcie w naszym województwie. Zapewniamy bardzo wysoki poziom sportowy i jestem pewien, że frekwencja będzie zadowalająca - mówi Jacek Sarna, organizator imprezy. - Myślę, że czeka nas niezapomniany wieczór, dlatego każdy kibic MMA musi pojawić się w hali Globus.

Lubelski czołg vs Małpa

Największymi gwiazdami federacji Thunderstrike Fight League są Cezary „Lubelski Czołg” Kęsik i Hubert „Małpa” Szymajda. Obaj to zawodnicy pochodzący z naszego regionu i obaj mają już za sobą debiut w KSW.

Kęsik to stosunkowo nowa postać na polskiej scenie MMA. Choć ma już 29 lat, to długo walczył jedynie na galach TFL. Jego kariera poszła mocno do przodu dopiero w tym roku, kiedy pojawił się na wielkich imprezach sygnowanych przez KSW.

W tej federacji zadebiutował w kwietniu w hali Globus, kiedy w trzy minuty pokonał Jakuba Kamienniarza. Kolejną walkę dla KSW stoczył na początku listopada, kiedy w Zagrzebiu pokonał utytułowanego Aleksandra Illicia. Serb „na rozkładzie” ma między innymi Damiana Janikowskiego czy kilku innych znanych przeciwników, ale nie dał rady pochodzącemu ze wsi Chrzążów pod Puławami fighterowi.

- To był dla mnie najważniejszy pojedynek w karierze. Do stolicy Chorwacji jechałem pełen nadziei na zwycięstwo, chociaż w mój sukces wierzyło bardzo mało osób - wspomina Cezary Kęsik. - Kluczową rolę odegrała jednak taktyka, która była znakomicie dobrana. Wiedziałem, że mój przeciwnik jest świetny w stojce, bo ma bardzo długie nogi. Nieustannie więc dążyłem do wprowadzenia go do parteru, co mi się udało.

Lord z wizytą

Warto zwrócić uwagę, że walka w Zagrzebiu odbyła się 9 listopada, więc „Lubelski Czołg” miał bardzo mało czasu na regenerację.

- Nie jest to dla mnie wielki problem. W czasie pojedynku w Lublinie będę bazował na tym, co udało mi się wypracować podczas przygotowań do występu w Chorwacji. Jak zwykle przygotowuję się w Radomiu, gdzie



mieszkam i mam stworzone znakomite warunki - dodaje Kęsik.

Specjaliści od rodzimego MMA już widzą Kęsika w UFC, największej federacji na świecie. O tym, że z TFL można dostać się bezpośrednio do UFC świadczy przykład Michała Oleksiejczuka. Popularny „Lord” otrzymał angaż u światowego hegemonu właśnie dzięki znakomitemu występom na galach TFL.

Pochodzący z miejscowości Barki pod Łęczną Oleksiejczuk w UFC radzi sobie

znakomicie i na razie na swoim koncie ma 2 zwycięstwa i 1 porażkę. Oleksiejczuk zresztą pojawi się 21 grudnia w Lublinie i będzie stał w narożniku swoich przyjaciół: Rafała Litwiniuka oraz Konrada Rusińskiego.

Kopalnia talentów

- Kęsik to motor napędowy całej federacji. On już jest gwiazdą MMA w Polsce. Uważam, że pas KSW jest już bardzo blisko niego. To może być kwestia jednej czy dwóch walk - mówi Jacek Sarna.

Hubert Szymajda podczas ubiegłorocznej gali TFL 15 w Lublinie pokonał Roberta Maciejowskiego

FOT. KRZYSZTOF MAZUR/ARCHIWUM

Drugą gwiazdą TFL jest Hubert „Małpa” Szymajda. To postać bardzo mocno związana z naszym regionem. Pochodzi ze Świdnika, ale obecnie trenuje w Gym

Lublin. - Doczekaliśmy się czasów, że w Lublinie mamy stworzone warunki na poziomie dobrych klubów w USA. Wiem, co mówię, bo jeżdżę trochę po świecie. Nasz region staje się kopalnią talentów w MMA - twierdzi Szymajda.

Historia Huberta Szymajdy nadaje się na scenariusz. Świdniczanin przygodę z profesjonalnym MMA rozpoczął w 2012 roku, kiedy pokonał przed czasem Przemysława Kosnika. Później odniósł jeszcze dwa kolejne zwycięstwa, aż przyszła

niespodziewana porażka z Piotrem Danielskim. Szymajda jednak szybko się podniósł i pokonał kolejnych dwóch przeciwników. Dotarł jednak do ściany, której w żaden sposób nie był w stanie przebić. - Musiałem zawiesić swoją karierę ponieważ brakowało mi sponsorów. Pojechałem do Norwegii, gdzie pracowałem w fabryce ryb. Prowadziłem również zajęcia w lokalnej sekcji MMA. Starałem się jednak utrzymywać formę, bo byłem przekonany, że wrócę do tego sportu. W Norwegii miałem pod opieką głównie imigrantów z Europy Wschodniej. Norwegowie nie garną się do MMA - wspomina Hubert Szymajda.

Nie boję się nikogo

Do zawodowego MMA wrócił w 2017 r. i szybko okazało się, że nie stracił nic ze swoich umiejętności. Szymajda bije się bowiem bardzo efektywnie, a jego pojedynki niejednokrotnie porwały publiczność. Tak było w 2018 roku, kiedy w hali MOSiR pokonał przez decyzję sędziów Roberta Maciejowskiego. Obaj zawodnicy narzucili wysokie tempo, co sprawiło, że w ostatniej rundzie dosłownie ślinali się na nogach. Tą walką Szymajda zapewnił sobie kontrakt w KSW. Jego debiut w tej federacji był jednak mało udany, bo już w pierwszej rundzie rozbił go Shamil Musaev. - Shamil to jedna z największych gwiazd KSW. Tą walką udowodniłem, że nie zamierzam bić się z kelnerami. Nie boję się nikogo i jestem gotowy na duże wyzwania - zapewnia Szymajda.

Dla niego będzie to już trzeci występ w hali Globus. Co ciekawe, dwie poprzednie walki w tym obiekcie przegrał. - Wiem o tym i chcę odczarować halę Globus. Do trzech razy sztuka - odważnie stwierdza Szymajda.

Występy Kęsika oraz Szymajdy (ich rywale jeszcze nie zostali ujawnieni) będą daniami głównymi zaplanowanej na 21 grudnia gali TFL 19. Organizatorzy przygotowali jednak jeszcze mnóstwo innych walk. W klatce pojawi się m.in. Grzegorz Adamczyk. 48-letni właściciel lubelskiego K1 Fighting Center spotka się z o rok młodszym Grzegorzem Chałubińskim. Ciekawą konfrontacją będzie też walka Katarzyny Biegajło (Dziki Wschód Biała Podlaska) z Gabriellą Hermogenes z Brazylii.

Bilety na TFL 19 „Christmas Time” dostępne są na stronie ekobilet.pl, oraz w sprzedaży stacjonarnej: w Strefie H2O, w Gym MMA Lublin przy ul. Fabrycznej 2 w Lublinie oraz w K1 Fighting Center przy ul. Kleberga 12 w Lublinie.

Szykujemy ryby na święta

Waldemar Sulisz

Adziś? Jemy za mało ryb - powtarzają lekarze i dietetycy, przekonując nas do diety śródziemnomorskiej, w której warto zastąpić mięso wieprzowe rybami. Pożytki? Mniej kalorii, mniej cholesterolu, więcej smaku. Warto zastąpić wieprzowinę rybą z grilla. Może być pstrąg, może być tołpyga. Z morskich wyśmienita sola. A jak było to kiedyś?

„Jest coś, w czym Polacy nas bardzo przewyższają: co się tyczy ryb, znają się na nich cudownie (...), przyrządzają je tak znakomicie i dodają im jakiegoś smaku tak wyborowego, że u najbardziej przejeżdżonych ludzi budzi się na nie apetyt. Przewyższają tym wszystkie narody, a nie jest to jedynie moje zdanie, mój gust, lecz sądzą tak Francuzi i inni cudzoziemcy, którzy byli u nich podejmowani” - napisał Wilhelm le Vasseur Beauplan, francuski inżynier, budowniczy umocnień wojсковych w XVII-wiecznej Polsce. Oto przepis z kolekcji prof. Jarosława Dumanowskiego z Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu.

Kawior z wyża

Ikra jest czarna i z niej się robi kawiar. Po ułowieniu zaraz z wyża (bieluga - przyp. aut.) dobywają ikrę i, oczyściwszy ją z okrywającej skóry, płuczą je dobrze w winie białym, po tym, nieco przesuszoną solą w naczyniu drobne dziurki mającym przegnatając rękoma, aż się wilgoć zbyteczna wysączy, po tym przez kilka dni gdy poleży w soli, miesza się z pieprzem, a czasem z bardzo drobną posiekaną cebulą i pakuje się w faski na długie chowanie. Kawiar takowy podobny bywa kolorem i tęgoscą do mydła zielonego Hamburgskiego. Przewożony bywa w różne kraje i przyprawiony octem, oliwą i cebulą staje się przyprawą dla niektórych przyjemną do ryb pieczonych i innych potraw. Moskałe wiele go używają zachowując jak najściślej posty swoje, trzy razy do roku przypadające. Włosi także poczytają kawiar za przyjemny, z tym wszystkim za zdrowy nie może być poczytany. Można podobnym sposobem robić kawior z ikry szczupakowej lub karpiowej.

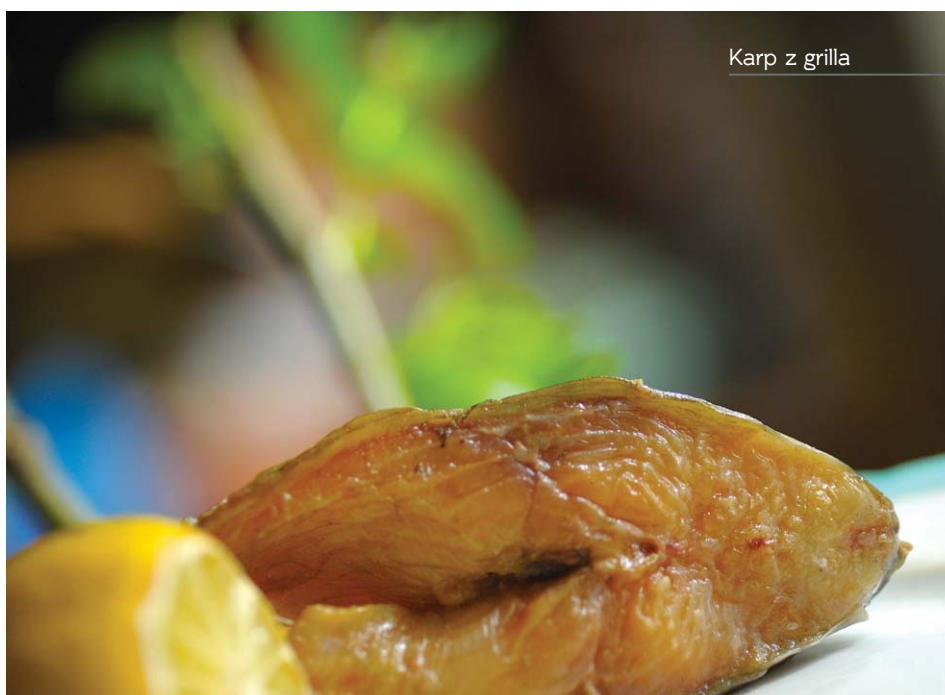
Ryba z grilla? Tak

Przed świętami ruszają wędzarki. Nic nie stoi na przeszkodzie, żeby wynieść na dwór grill i przyrządzić rybę. Delikatny aromat dymu nada rybie wyborny smak. Potrzebujemy rybę, sól, pieprz i paprykę. Ważne, by ryba miała co najmniej 30 dag. Najpierw rozpalamy grill. Wycinamy długi patyk z liściastego drzewa; jak do pieczenia kiełbasek na ogni-



Karp z patelni

Ryby w staropolskiej kuchni były ozdobą stołów. W najstarszych księgach kucharskich zachowały się przepisy na pstrągi z rodzynkami, szczupaki z limoniami, karpie z kaparami. Polacy byli mistrzami w przyrządzaniu ryb. Nie tylko od święta



Karp z grilla

sku. Rybę płuczemy i solimy, oprószamy także pieprzem i papryką. Nadziewamy na patyk w taki sposób, aby przechodził wzdłuż kręgosłupa. Możemy delikatnie (na skos) naciąć skórę na bokach ryby.

Teraz najważniejsze: pieczemy bardzo powoli nad żarem, obracając od czasu do czasu. Koniecznie nad żarem, a nie nad płomieniem. Choć trzeba się natrudzić z jej przygotowaniem, to gra jest warta świeczki. Ryby możemy także zawinąć w liść kapusty. Smak będzie doskonały. Jeśli takk przyrządzimy tłuste porcje tołpygi, na zimno będzie wyborna. Na świąteczny stół jak znalazł.



Karp w galarecie

2369 lat z karpem

O karpie po raz pierwszy wzmiankowano 350 lat przed naszą erą. Pisał o nim Arystoteles. Karp pochodzi z Azji Wschodniej, a został udomowiony w Chinach. W Europie był pierwszą rybą hodowaną w klasztorach stawach. W Polsce pojawił się w XIII wieku, a już w XVI i XVII wieku Polacy byli mistrzami w przyrządzaniu tych ryb.

Podawali je w aromatycznych sosach, mocno podprawionych korzennymi przyprawami. Karpia bardzo często faszerowano, w staropolskiej kuchni łączono jego smak z leśnymi grzybami. Największym przebojem przedwojennych restauracji w Polsce był filet z karpia w śmietanie.

A teraz przepis od Andrzeja Malinowskiego, jednego najlepszych szefów kuchni w Lublinie i regionie. Taki karp bije na głowę karpia z patelni smażonego na oleju.

Karp według Andrzeja Malinowskiego

SKŁADNIKI: 2 filety z karpia, sól, pieprz, 1 cebula. Na farsz: 4 borowiki mrożone, 2 suszone na smak, 1 marchewka, sól, pieprz, natka. Na racuszki: 1 cebula, 2 jajka, mąka, sól, pieprz. Na sos: 1 pomidor, 1 papryka. Oliwa na smażenie.

WYKONANIE: filety z karpia posypujemy posiekaną i rozgniecioną cebulą, zawijamy w folię i wkładamy do zamrażalnika na 15 minut. Cebula wyciągnie ewentualny zapach mułu. Robimy

farsz. Na oliwie podsmażamy borowiki pokrojone w kostkę, dodajemy posiekaną cebulę, następnie startą marchewkę, doprawiamy solą z pieprzem.

Do piekarnika nastawionego na 220 stopni Celsjusza wkładamy paprykę i pomidor. Kiedy skórka mocno się podpiecze, wyjmujemy, studzimy i obieramy. Rozkładamy filety na desce. Na każdy nakładamy farsz, zawijamy, spinamy wykałaczką i podsmażamy na oliwie. Kto lubi, może obtoczyć filety w panierce. Podsmażone zawijamy wkładamy do piekarnika nagrzanego do 180 stopni Celsjusza. Pieczemy 15 minut. Teraz racuszki: cebule

kroimy w piórka. Po 15 minutach bierzemy trochę cebuli w palce, obtaczamy w mące, zanurzamy w jajku i rzucamy na oliwę. Smażymy na złoto. Sos: miksujemy pokrojoną paprykę i pomidora z resztką farszu. Doprawiamy solą z pieprzem. Wyciągamy filety z karpia z piekarnika. Kroimy na ukos. Podajemy z cebulowymi racuszkami i odrobiną sosu.

Wigilijny karp po żydowsku

SKŁADNIKI: 1 karp (1,5 kg), 4 cebule, 1 marchewka, 50 g migdałów, 50 g rodzynek, łyżeczka żelatyny, sól, pieprz, cukier na smak.

WYKONANIE: rybę sprawiamy. W oryginalnym przepisie odcięte głowy i ogony gotuje się z marchewką, 2 cebulami, ewentualnie przyprawą do ryb. Kto nie ma czasu na taki wywar, może dodać do bulionu żelatynę. Co dalej? 2 cebule kroimy w kostkę, zalewamy połową wywaru i gotujemy do miękkości. Rybę kroimy w dzwonka, zalewamy drugą połową wywaru i gotujemy około 20 minut, aż będzie miękka. Wyjmujemy i układamy na półmisku.

Łączymy oba wywary i miksujemy. Dodajemy rodzynek oraz sparzone i posiekane migdały. Doprawiamy cukrem, solą i pieprzem. Zalewamy ułożone na półmisku dzwonka ryby, po czym odstawiamy do zastygnięcia. W drugiej wersji z mięsa zmiksowanego karpia robi się pulpety, doprawia solą, pieprzem i korzeniami, zalewa do zastygnięcia.