

To było piękne, że ludzie tak zjednoczyli się w tej pomocy

Wywiad z ks. Pawłem Tomaszewskim, dyrektorem Caritas Archidiecezji
Lubelskiej

Strony 8-9

CZWARTEK

5

STYCZNIA 2023
redaktor wydania
RADOMIR WIŚNIEWSKI



Póki jest jeden klient, jes

Swój zakład zamknął już złotnik, padło kilka sklepików z odzieżą, cukiernia, punkty z pamiątkami. – Jest niewesoło, ale póki mam siłę, otwieram swoją niszową księgarnię na zamojskim rynku.

Anna Szewc

„W styczniu 2023 z zamojskiej Starówki znika kolejnych 11 firm. Ja jeszcze mam odrobinę chęci i zdrowia, więc proszę wspomagać zakupami”

– to wpis, jaki Krzysztof Bielecki zamieścił na swoim facebookowym profilu tuż przed końcem 2022 roku.

– Moim zdaniem, to dopiero początek. Jeżeli nic się nie zmieni, jeśli ta recesja będzie trwała nadal, to za jakiś czas na Starym Mieście w Zamościu pozostaną prawnicy, urzędy, banki i może kilka restauracji – przewiduje nas rozmówca, gdy spotykamy się w jego niewielkiej księgarni „Trio z Rostocza”.

Z administracji do księgarz

Krzysztof Bielecki jest z wykształcenia politologiem. Wiele lat pracował w administracji. Po roku 1990 postanowił coś w swoim życiu zmienić, chciał działać na własny rachunek.

Próbował sił w różnych branżach, z różnym powodzeniem, aż wreszcie znalazł niszę, która zawsze była jego pasją. To książki i historia, zwłaszcza ta regionalna. I tego, póki co, się trzyma. Ma nadzieję, że jego założona ponad 6 lat temu księgarnia przetrwa obecny kryzys.

– Nazwa „Trio z Rostocza” wzięła się od tego, że na początku postanowiłem promować i sprzedawać książki trzech związanych z Zamościem i regionem pisarzy: Moniki Rebizant-Siwilo, Bożeny Gałczyńskiej-Szurek i Anny Rychter – wspomina Bielecki.

Pierwszym punktem sprzedaży był... stolik ustawiany pod gołym niebem na zamojskim Rynku Solnym. Z czasem księgarz zaczął stopniowo poszerzać ofertę, tytułów przybywało, mógł już sobie pozwolić na wynajęcie niewielkich lokali.

– Rynek księgarski ma swoją specyfikę. „Biznes”, zwłaszcza w takim mieście jak Zamość, kręci się sezonowo, przez 4 do 6 miesięcy w roku. Przez taki okres zarabia się pieniądze, które pozwalają później jakoś przetrwać przez kolejne miesiące roku – wyjaśnia księgarz.

Opowiada, że początki jego działalności były na tyle dobre, że mógł sobie nawet pozwolić na to, by zatrudniać pracowników.

– Miałem szczęście do osób, które znały się na rzeczy, były podobnie jak ja pasjonatami. Niestety, z czasem doszło do tego, że na utrzymanie sprzedawczyń nie mogłem sobie pozwolić. Zwłaszcza, że rosła płaca minimalna – tłumaczy fakt, że teraz jest sam sobie szefem i pracownikiem w księgarni funkcjonującej na kilkunastu metrach kwadratowych, ale również w założonym przed dwoma laty wydawnictwie.

Nie mogłem narzekać

To dzięki tej jego nowej działalności na rynku księgarskim pojawiły się pozycje pisane między innymi przez zamojskich historyków i muzealników Jacka Feduszkę czy Jerzego Kuśnierza, ale również pochodzącego z Zamościa, a mieszkającego obecnie w Krasnymstawie Fryderyka Kierepki, autora cieszących się popularnością „Opowieści z Rostocza. Na tropie legend i historii”.

– I choć książki, zwłaszcza historyczne nie są towarem pierwszej potrzeby, jak na przykład artykuły spożywcze, to przez kilka lat na brak klientów, pasjonatów nie mogłem narzekać

– wspomina pan Krzysztof.

Ci, którzy z różnych rejonów Polski trafiali do jego księgarni w turystycznym sezonie, pozostawali wiernymi klientami również po jego zakończeniu, z tym że wtedy zakupy robili już internetowo. Bo w tej wyjątkowej księgarni mogli zawsze znaleźć sporo literatury dotyczącej historii Zamościa i Zamojszczyzny, Kresów Wschodnich, biografie, unikatowe reprinty starych książek.

– A czasem bywało tak, że nawet jeśli czegoś u mnie w ofercie akurat nie było, to telefonowali i telefonują do dziś, z prośbą, aby jakąś

konkretną książkę dla nich znaleźć, wyszukać, sprowadzić. A ja zawsze staram się te zamówienia realizować, z reguły się udaje – opowiada z uśmiechem nasz rozmówca.

Covid wszystko popsuł, wojna dołożyła swoje

Ale przyszedł rok 2020. Polskę i świat „dopadła” pandemia koronawirusa. Kolejne lockdowny sprawiły, że klientów zaczęło sukcesywnie ubywać.

A kiedy już wydawało się, że o covidzie można zapomnieć i sytuacja w końcu wróci do normy, Rosja zaatakowała Ukrainę, przyszedł globalny kryzys, dołożyła się do tego inflacja i zrobiło się jeszcze trudniej.

Mimo tego Krzysztof Bielecki dzień w dzień otwiera swoją małą księgarnię.

Teoretycznie jest czynna na Rynku Solnym od godz. 11 do 17.30, ale właściciela z reguły można tu spotkać już dwie godziny wcześniej i jeszcze po zamknięciu.

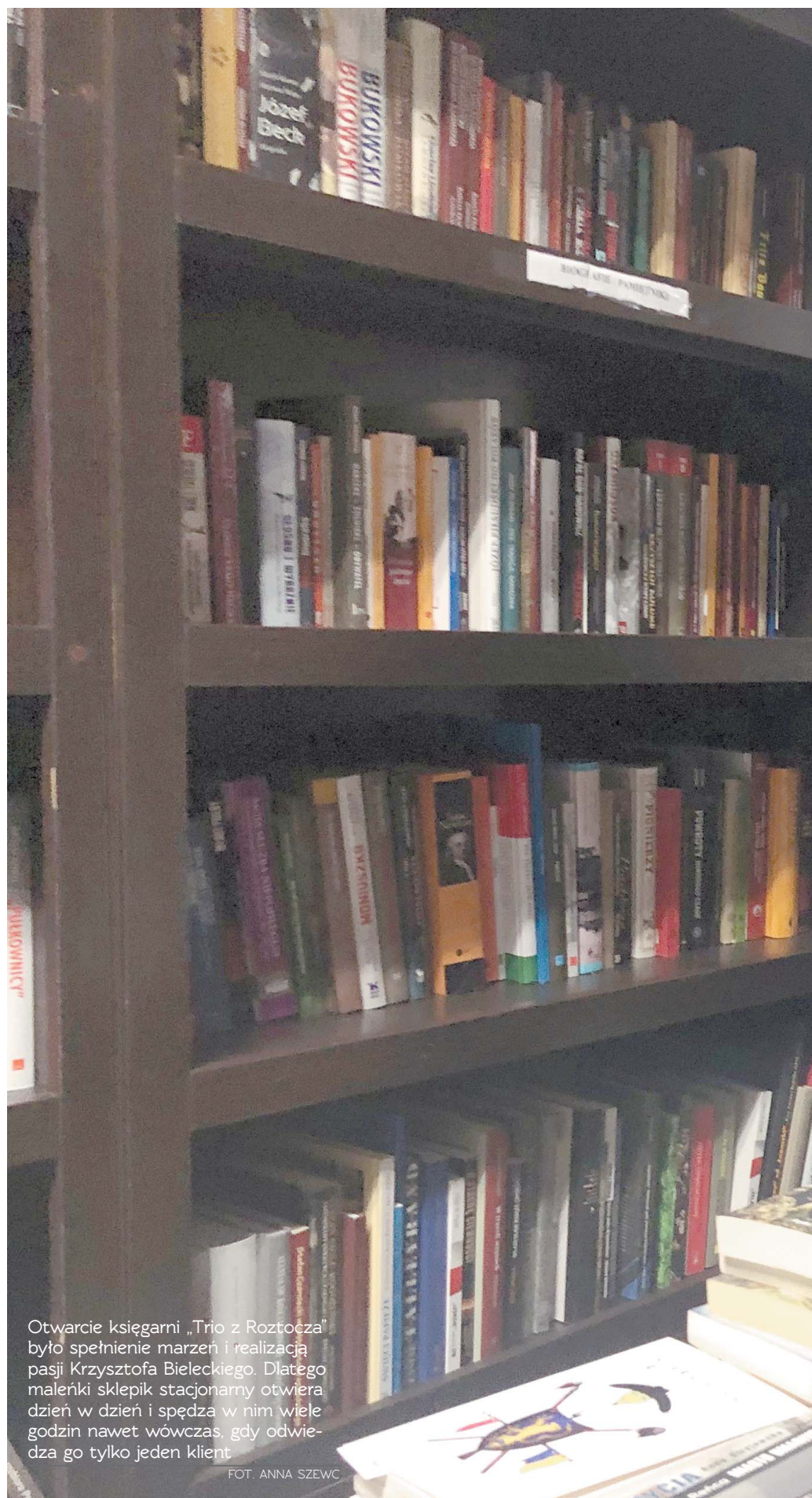
– Robię to, bo to jest moja pasja. Nie umiałbym siedzieć w domu beczynnie.

Przychodzę i czekam na klientów. Ale przyznaję, że bywają takie dni, że zajrzy do mnie tylko jedna osoba.

Więc sobie szperam w internecie, sprawdzam wydawnictwa, szukam perełek, które mógłbym sprowadzić – zdradza księgarz.

Dodaje, że swojej działalności dotychczas nie zawiesił również dlatego, że nie chce zawieść tych, którzy przyzwyczaili się, że na niego zawsze mogą liczyć. – To dla mnie radość, gdy przychodzą młodzi ludzie i pytają o Dostojewskiego czy Rilkego. Mam satysfakcję, gdy telefonuje student, który nigdzie nie może znaleźć wydawnictwa o Batalionach Chłopskich, a ja jestem w stanie je dla niego zorganizować – przyznaje Krzysztof Bielecki.

Z rozrzewnieniem opowiada też o dwóch stałych klientach ze Śląska. Jeden mieszka w Gliwicach, drugi w Tychach.



Otwarcie księgarni „Trio z Rostocza” było spełnieniem marzeń i realizacją pasji Krzysztofa Bieleckiego. Dlatego maleńki sklepik stacjonarny otwiera dzień w dzień i spędza w nim wiele godzin nawet wówczas, gdy odwiedza go tylko jeden klient

FOT. ANNA SZEWC



Takich pustych witryn, karteczek z informacją o likwidacji albo możliwości wynajmu lokalu jest w obrębie Starego Miasta w Zamościu coraz więcej

st jeszcze jakaś nadzieja

ę wstawać rano, wstaję i przychodzę. Choć bywa, że przez cały dzień pojawia się raptem... jeden klient – mówi właściciel małej, mojskim Starym Mieście



Obaj podczas pobytów w Zamościu skompletowali u Bieleckiego całkiem pokazne biblioteczki, a kiedy zdarza im się spotkać w „Trio z Roztocza”, to zaczynają się licytować, który kupił tutaj więcej książek.

– I dlatego, póki są tacy ludzie, cały czas jest jeszcze we mnie nadzieja, że ta trudna sytuacja się zmieni. Bez tej nadziei pewnie już księgarnię bym zamknął, przynajmniej tę stacjonarną – mówi Bielecki.

Starówka pustoszeje

Od dłuższego czasu, idąc do pracy obserwuje kolejne puste witryny, których na Starym Mieście w Zamościu niestety przybywa.

– Kiedyś znalezienie wolnego lokalu przy samym Rynku Wielkim albo w którejś z najbliższych mu ulic graniczyło z cudem, teraz takich nie brakuje. Pada odzieżówka i pamiątkarstwo. Duża księgarnia, która miała dwie siedziby, właśnie przeprowadza się do jednej. Niedawno zamknął zakład nawet złotnik. To chyba najlepiej świadczy o tym, jak trudna jest sytuacja – przekonuje Krzysztof Bielecki.

Opowiada, że działalność pozawieszali ludzie, którzy tak jak on zaczęli jeszcze w latach 90. Jak ktoś mógł, przeszedł na emeryturę, inni na zasiłki.

– A teraz siedzą w domach i płaczą – mówi smutno księgarz.

Ale też zapowiada, że on o byt swojej księgarni wydawnictwa będzie walczył tak długo, jak się da. I snuje plany. – Jestem na ten rok umówiony na wydanie wspomnień pewnego pana. Ma 94 lata. Pochodzi od nas, mieszka daleko w Polsce. Walczył w Batalionach Chłopskich, obiecał o tym opowiedzieć. Dogrywam szczegóły z jego siostrzeńcem – zdradza jedno z kilku swoich zamierzeń.

A kiedy wróca „lepsze czasy” i zarobi tyle pieniędzy, by mógł kogoś zatrudnić na swoje zastępstwo, to zrobi sobie przyjemność i... wyjedzie gdzieś na Roztocze.

– Na dwa, góra trzy dni. Dłużej nie wytrzymam – zapowiada z uśmiechem Krzysztof Bielecki.

Nowy rok, nowa szkoła i więcej problemów

Co przyniesie nowy rok w polskim szkolnictwie? Uczniom przede wszystkim nową maturę i nowe przedmioty. A co nauczycielom? – Nowe rozczarowania – uważa jedna z naszych rozmówczyń, nauczycielka biologii z Lublina, która w czerwcu rozstaje się z zawodem

Agnieszka Kasperska

Na początek kilka ważnych dat. Już w następny piątek w naszym województwie rozpoczynają się dwutygodniowe ferie zimowe. Razem z naszymi uczniami, do 29 stycznia wypoczywać będą uczniowie z łódzkiego, podkarpackiego, pomorskiego i śląskiego. Dzieci i młodzież z pozostałych regionów Polski ferie zaplanowane mają w innych terminach, aż do 26 lutego.

Kalendarz i dni dyrektorskie

Nowy semestr uczniowie z lubelskiego rozpoczną natychmiast po powrocie do szkół, czyli 1 lutego. Wiosenna przerwa świąteczna jest zaplanowana w dniach 6-11 kwietnia. Majówka 2023 to dodatkowe trzy dni wolnego (poniedziałek-środa). Wolne będzie też Boże Ciało (8 czerwca). Rozdanie świadectw zaplanowano na 23 czerwca. Kalendarz roku szkolnego 2023/2024 poznamy za kilka miesięcy.

Już teraz wiadomo jednak, że oprócz dni wolnych, które się w nim znajdują, uczniowie będą mieli więcej wolnego związanego z tzw. dniami dyrektorskimi. Każdy z szefów szkół ma do swojej dyspozycji dni wolne, które może rozdystrybuować w sposób dowolny. Ich liczba różni się w zależności od typu placówki oświatowej:

- szkoły podstawowe: do 8 dni,
- licea ogólnokształcące: do 10 dni,
- technika, szkoły branżowe I i II stopnia, szkoły policealne i centra kształcenia zawodowego: do 10 dni,
- szkoły specjalne przysposabiające do pracy: do 4 dni

Wracając do tego roku szkolnego trzeba dodać, że dodatkowe dni wolne od lekcji będą mieć też uczniowie niezdający egzaminów, które będą odbywały się w szkołach. Mowa o egzaminie ósmoklasisty (23-25 maja) oraz w pierwszych dniach matur (4-23 maja).

Egzaminy

W maju, po raz pierwszy w tym roku uczniowie klas czwartych liceów ogólnokształcących zmierzają się z nową maturą (uczniowie techników zmierzają się z nowymi zadaniami rok później – red.).

W naszym województwie lubelskim będzie to ok. 9,5 tys. absolwentów.

Co ich czeka?

Najlepiej sprawdzić to na stronie Centralnej Komisji



Egzaminacyjnej, gdzie znaleźć można zarówno próbne arkusze maturalne jak i filmy przedstawiające np. sposób wypełniania arkuszy egzaminacyjnych oraz sam przebieg egzaminu ustnego z języka polskiego. Bo jedną z nowości jest właśnie egzamin ustny.

Jedno z pytań, które uczniowie na nim usłyszą to zadanie z tzw. listy jawnej.

Znajduje się na niej 11 zadań z Biblii, 9 z „Mitologii” Paradowskiego, 6 z twórczości Homera, 3 z „Antygony” Sofoklesa. A to oczywiście tylko wierzchołek wymagań, bo kolejne pytania dotyczą poszczególnych autorów tekstów średniowiecza, odrodzenia, baroku, oświecenia, romantyzmu, pozytywizmu i kolejnych epok. Ich dokładne wymienienie zajmuje 21 stron. Do tego dojdzie też pytanie niejawnie.

Zmiany zaszły także w pisemnej maturze z języka polskiego. Będzie ona dłuższa (230, a nie tak jak wcześniej 170 minut) i pojawi się na niej m.in. test historyczno-literacki oraz notatka syntetyzująca. Lektur obowiązkowych będzie więcej, ale w wypracowaniu nie będzie wskazywana ta, w oparciu o którą uczniowie mają snuć swoje rozważania.

Nic dziwnego, że nowa matura będzie dużo trudniejsza. Nic dziwnego, że uczniowie, ale też wielu nauczycieli nie chcieli aby nową maturę wprowadzać już dla uczniów, którzy pokrzywdzeni byli zdalnym nauczaniem związanym z epidemią koronawirusa. Ich prośby nie zostały wysłuchane.

Nowe przedmioty i Lex Czarnek

We wrześniu uczniowie szkół ponadpodstawowych będą mogli uczyć się łaciny.

Podstawy przedsiębiorczości zastąpi natomiast

W maju uczniowie klas czwartych liceów ogólnokształcących zmierzają się z nową maturą

FOT. MACIEJ KACZANOWSKI/ARCHIWUM

„Biznes i zarządzanie”. Ono również ma być przedmiotem maturalnym.

– To praktyczne podejście do przedsiębiorczości jest nam bardzo potrzebne – podkreśla minister edukacji **PRZEMYSŁAW CZARNEK**. – Żeby to rzeczywiście był przedmiot poważnie traktowany, to będzie to również przedmiot maturalny. I to będzie matura taka zupełnie nowa. W tym sensie, że będą to zadania drużynowe, grupowe.

W 2023 mogą się zmienić także lekcje techniki w szkołach podstawowych. Mogą zostać one rozszerzone o treści związane z „przygotowaniem uczniów do świadomego uczestnictwa we współczesnym ruchu drogowym przez ukształtowanie w nich postaw bezpiecznego zachowania, właściwej oceny sytuacji na drodze, niepowodowanie zagrożeń dla siebie i innych, poznanie niebezpieczeństw wynikających z nieprzestrzegania przepisów i zasad obowiązujących w ruchu drogowym”.

Wszystko wskazuje na to, że nie będzie już nieobowiązkowej religii. Uczniowie, którzy nie będą chcieli uczęszczać na te zajęcia, zamiast wolnej godziny, będą musieli brać udział w lekcjach etyki.

Zmiany, jak na razie, nie są traktowane zbyt poważnie.

– Polska edukacja jest zwyczajnie zła i niedopasowana do wymagań XXI wieku. To anachroniczne „kucie na blachę”. Zamiast wprowadzać naprawdę potrzebne zmiany programowe mamy do czynienia z działaniami politycznymi, takimi

jak ubiegłoroczne zastąpienie Wiedzy o społeczeństwie, Historią i Teraźniejszością lub z działaniami zwyczajnie zbędnymi, jak ta dotycząca przedsiębiorczości – słyszę od jednego z dyrektorów bardziej znanego lubelskiego ogólniaka. – Osobiście wolalbym żeby ministerstwo mniej zajmowało się polityką, a bardziej reformą polskiej szkoły, która wraca do czasów pruskich.

Nasz rozmówca dużo – i negatywnie – mówi też o Lex Czarnek. Tak nazwano zmiany prawa oświatowego, nad którymi pracował resort edukacji pod przewodnictwem Przemysława Czarneka. W zmianach znalazło się m.in. zwiększenie uprawnień kuratorów w sprawie działań organizacji pozarządowych w szkołach.

Listy protestacyjne

W ubiegłym roku zmiany forsowane były dwukrotnie. Po raz pierwszy pomysł został zawetowany przez prezydenta Andrzeja Dudę. Inicjatywa nazwana Lex Czarnek 2.0. wróciła jako projekt poselski. I znowu została zawetowana. Prezydent uzasadnił swoją decyzję m.in. licznymi protestami przeciwko lex Czarnek spływającymi do jego kancelarii oraz brakiem konsultacji i wysłuchania publicznego projektu.

– Przyszły do mnie 133 listy protestacyjne. Niektóre są podpisane nawet przez kilkadziesiąt organizacji społecznych.

Część z nich podpisały pojedyncze osoby prywatne, ale niektóre podpisało nawet kilkanaście tysięcy osób. W związku z powyższym konkluzja jest następująca: mimo tego, że prace nad ustawą prowadzone było długo, niestety nie udało się osiągnąć czegoś, co ja bym nazwał społecznym kompromisem. Nie było wysłuchania publicznego, bo nie zgodzono się na takie wysłuchanie. Projekt był przedłożeniem poselskim, co w oczywisty sposób ograniczyło proces konsultacji społecznych, w istocie szerokich konsultacji społecznych nie było. Projekt ten nie uzyskał szerokiej społecznej akceptacji – podkreśla Andrzej Duda i dodał, że listy protestacyjne przeciwko lex Czarnek przysłały mu różne organizacje, „od skrajnej prawicy do skrajnej lewicy”. – Krótko mówiąc, na pewno jedną rzecz można o tej ustawie powiedzieć: nie zapewnia tego, na czym mi dziś bardzo zależy, czyli to, byśmy mieli dziś po prostu spokój. Mamy wojnę za naszą wschodnią granicą, podkreślałem to wielokrotnie. Mamy dziś też dodatkowo kryzys gospodarczy, olbrzymi niepokój, bardzo kosztowne kredyty, które powodują ogromny wzrost kosztów codziennego utrzymania rodzin. Ludzie są niespokojni. Nie potrzebujemy dzisiaj dodatkowych, niepotrzebnych napięć – tłumaczył prezydent.

Przemysław Czarnek zapowiedział, że z wprowadzenia zmian nie zrezygnuje. W tym roku spodziewać można się próby wprowadzenia Lex Czarnek 3.0. Mówi się, że tym razem może być to projekt obywatelski.

Dla nauczycieli

Rok 2023 ma przynieść nauczycielom podwyżki i... wcześniejsze emerytury. Na te pierwsze pedagodzy czekają z niepokojem. Dlaczego?

Zmiany w wynagrodzeniu od 1 stycznia wynikają ze zwiększenia kwoty bazowej dla wszystkich pracowników budżetówki.

– Cały czas trwa batalia o zwiększe-

nie kwoty bazowej, od której zależy będzie całe nasze wynagrodzenie – mówi Celina Stasiak, szefowa Związku Nauczycielstwa Polskiego w Lublinie. – Proponowane przez ministerstwo stawki są mniejsze niż poziom inflacji. Co to oznacza? Że dyrektorzy szkół muszą dopłacać początkującym nauczycielom do minimalnego wynagrodzenia. To wszystko składa się na obraz bardzo niesprawiedliwego traktowania naszego środowiska. Ministerstwo nakierowane na działania ideologiczne niedocenia pracy nauczycieli, którzy w ostatnich latach pracują bardzo ciężko np. prowadząc zdalne nauczanie podczas epidemii i ucząc uciekających przed wojną uczniów z Ukrainy.

– Lubię uczyć, chociaż to niełatwy kawałek chleba, ale po tym roku szkolnym definitywnie rozstaje się z zawodem – przyznaje nauczycielka biologii z kilkunastoletnim stażem pracy. – Powód to pieniądze, a właściwie ich brak. Żeby związać koniec z końcem muszę dawać korepetycję i jestem tym wszystkim już zwyczajnie zmęczona. Chcę dostawać wreszcie wypłatę, która pozwoli mi się utrzymać. Do ostatniej chwili wierzyłam, że uda mi się to w szkole ale teraz przyszło kolejne rozczarowanie. Nie widzę sensu by ciągnąć to dalej licząc na rzeczywistą zmianę.

Pod koniec roku pojawiły się za to informacje o tym, że nauczyciele znów mają zacząć pracować krócej. W rozmowach z dziennikarzami mówił o tym sam Przemysław Czarnek tłumacząc, że „należy rozpocząć dyskusję na temat tego, jak przywrócić nauczycielom uprawnienie, które w 2009 r. zabrał im Donald Tusk, czyli wcześniejszą emeryturę po 20 latach pracy przy tablicy i 30 latach pracy w ogóle”. Rozmowy na ten temat miały być podejmowane styczniu i w lutym tak żeby „jeszcze w pierwszym półroczu przyszłego roku stosowną ustawę uchwalić z jakąś perspektywą wejścia w życie konkretnych rozwiązań”.

Pytana o to Adrianna Całus-Polak, rzecznik prasowa Ministerstwa Edukacji i Nauki podkreśliła, że w jej resorcie nie są prowadzone dziś prace nad nowelizacją Karta nauczyciela. – Kwestie przywrócenia przepisów dotyczących tzw. emerytury nauczycielskiej planowane są jako temat rozmów z reprezentatywnymi związkami zawodowymi zrzeszającymi nauczycieli – powiedziała rzeczniczka PAP.



FOT. MACIEJ KACZANOWSKI/ARCHIWUM

Tworzymy jedność, wspólnotę. Doskonałą lub mniej doskonałą, ale wspólnotę

Jeżeli widzimy, że w naszym życiu jest coś stałego, coś pozytywnego, jest siła, dzięki której świat istnieje, a tą siłą dla chrześcijan jest miłość jako życie, miłość jako siła ożywiająca, miłość jako siła łącząca, miłość jako siła nadająca sens – to wtedy zaczynamy dostrzegać, że nie jesteśmy pozostawieni sami sobie, że jesteśmy częścią czegoś niezwykłego, czegoś bardzo mądrze skonstruowanego – **ROZMOWA** z ks. mitratem Stefanem Batruchem, proboszczem parafii greckokatolickiej w Lublinie i prezesem Fundacji Kultury Duchowej Pogranicza

Waldemar Sulisz

• Kiedy rozmawialiśmy, trwał jeszcze post filipowy. Jaka jest idea tego postu?

– To właściwie analogia do adwentu, chociaż nazwa jest inna. Bierze się od pierwszego dnia postu, kiedy jest wspominany św. Filip. To idea oczekiwania i przygotowania na przyjście Jezusa. Posty generalnie mają pomóc w tym, żeby pełniej, mocniej przeżyć ważne święta w ciągu roku liturgicznego.

• To jest post cielesny, ale i duchowy?

– Post ma kilka poziomów, jest formą wstrzeźmliwości, roztropnego i mądrego wykorzystywania wszystkiego tego, co jest nam dane.

Posiłki są nam niezbędne, bo dzięki nim żyjemy, ale powinniśmy racjonalnie je wykorzystywać, żebyśmy odżywiali się zdrowo, o co coraz częściej apelują różne środowiska medyczne. Taka też jest idea postu, w którym nie chodzi przecież o to, żeby ograniczyć ludzi i straszyć, ale bardziej sugerować, żeby to co jest potrzebne i ważne w sposób roztropny, umiarkowany pożytkować.

• Drugi poziom postu?

– To jest oczyszczenie. W związku z tym, że nie istniejemy w próżni, jesteśmy w ciągłym ruchu, kontaktujemy się z otaczającym nas światem, prowadzimy rozmowy, wykonujemy pracę i to wszystko powoduje, że również nasze ciało ulega zanieczyszczeniu. Naturalną jest rzeczą, że dla naszego zdrowia i życia potrzebne jest dbanie o higienę, o czystość ciała.

• Trzeci?

– Tak samo jest w wymiarze wewnętrznym, duchowym. Potrzebujemy oczyszczania się z tych naleciałości, które są dla nas szkodliwe, takich jak negatywne myśli o sobie, o życiu, o świecie, pełne przygnębienia, negatywności, wątpliwości, które powodują, że ulegamy apatii, tracimy motywację do działania.

Z tego powinniśmy się oczyszczać, bo im więcej takich myśli w nas jest, tym bardziej doprowadzamy siebie do stanu pasywnego, braku sensu życia. Oczyszczanie dotyczy także emocji, bo emocje mamy różne, także takie, które nas wprawiają w depresję i smutek. Z tych emocji też powinniśmy się oczyszczać. One się będą pojawiać, bo takie jest życie, ale to czy one będą w nas pozostawać i będą



FOT. PIOTR MICHAŁSKI

nam szkodzić zależy już od nas.

• Dlaczego doświadczenie umiarkowania i czystości jest w wymiarze duchowym dla nas ważne?

– Od zawsze towarzyszy nam przekonanie, że dzięki czystemu umysłowi, dzięki czystym emocjom i wewnętrznej równowadze możemy poznawać obecność Wszechmogącego, możemy doświadczać obecności Boga pośród nas.

W szumie i chaosie trudniej nam uświadomić sobie, że Bóg istnieje, bo Bóg jest pozytywną energią, pozytywnym duchem, jest światłem, jest ciepłem, jest miłością. Jeśli tkwimy w czymś, co jest zupełnie do tego przeciwstawne, to Bóg staje się dla nas obcy, nieobecny, a nam wydaje się, że jesteśmy pozostawieni sami sobie.

• Wigilia w ten piątek?

– Wigilia to dzień przed świętem Bożego Narodzenia. Bezpośrednie oczekiwanie święta. Wigilijna kolacja jest spotkaniem się za stołem, spotkanie rodziny, ale też wspólnoty.

Co nam daje spotkanie? Pokazuje, że tworzymy jedność, wspólnotę, doskonałą lub mniej doskonałą, ale wspólnotę.

Mało jest prawdopodobne, że za stołem usiądą ci, którzy są w nienawiści do innych, ci, którzy są usposobieni wrogo. Za stołem siadają ci, którzy w przynajmniej minimalnym stopniu życzą sobie dobrze. Dlatego

Mało jest prawdopodobne, że za stołem usiądą ci, którzy są w nienawiści do innych, ci, którzy są usposobieni wrogo. Za stołem siadają ci, którzy w przynajmniej minimalnym stopniu życzą sobie dobrze. Dlatego idea wspólnoty i porozumienia, jedności w różnorodności – ponieważ siedząc za stołem pozostajemy sobą – nas łączy.

Także pokarmy, który znajdują się na wigilijnym stole są symbolem pokarmu wewnętrznego. Tak, jak posiłek daje nam energię do wykonywania pracy, do tego byśmy byli kreatywni i twórcy, to tak samo potrzebujemy posiłku wewnętrznego, optymizmu, pokarmu, który będzie nam dawał energię wewnętrzną, będzie nas mobilizować do działania, do poszukiwania, do twórczych działań. Z tej perspektywy jedzenie jest elementem chrześcijańskiej duchowości. Eucharystia to też posiłek, to modlitwa połączona z pokarmem duchowym, który ma nas nasycić wewnętrznym.

• Kto zasiądzie w piątek, 6 stycznia, przy wigilijnym stole?

– Organizujemy spotkanie w szerszym kręgu, będzie nas kilkadziesiąt osób, tych, którzy zadeklarowali chęć dołączenia się do wigilijnej wspólnoty i będą to różne

osoby, które ja serdecznie zapraszam. Zaproszenie jest skierowane do wszystkich.

• Na stole pojawi się dwanaście potraw?

– Nie przywiązujemy wagi do tego, że to musi być dwanaście potraw. Przejadanie się nie jest celem naszego spotkania, dzielimy się prosforą, chlebkiem, który jest odpowiednikiem opłatka, dzielimy się pokarmem, składamy sobie życzenia i po prostu śpiewamy kołędy pomiędzy jednym a drugim daniem.

Potrawy mają swoją symbolikę, przykładem jest kutia, składająca się z pszenicy, symbolizującej rodzące się życie, miodu będącego symbolem słodczy i dobroci, maku i bakalii.

• Kutia często pojawia się na wigilijnym stole Polaków, szczególnie tu, na Lubelszczyźnie.

– Jesteśmy blisko siebie, graniczymy na przykład z Ukrainą, pewnie wschodnie zwyczaje przechodzą z jednej strony Bugu na drugą, pamiętajmy czas, kiedy my Polacy, Ukraińcy i inne narodowości żyliśmy w ramach jednego państwa, w ramach Rzeczypospolitej wielu narodów.

• Po kolacji w cerkwi, stojącej na terenie skansenu, odbywa się powieczeria?

– Czyli uroczyste nieszpory, z elementami poezji liturgicznej, która powstawała w pierwszym tysiącleciu, ona oryginalnie była w języku greckim, następnie była tłumaczona na języki słowiańskie. W czasie uroczystego nabożeństwa wigilijnego śpiewamy hymn „Z

nami jest Bóg, zrozumieć to wszyscy, bo z nami jest Bóg”, śpiewamy kołędy.

• Nie ma szopki, jest Ikona Narodzenia Pańskiego.

– Na okoliczność Bożego Narodzenia jest wystawiana w centralnym miejscu świątyni Ikona Narodzenia Pańskiego, ale też ze względu na bliskość tradycji wschodniej i zachodniej w niektórych wspólnotach też są ustawiane szopki. To jest piękny element wzajemnego przenikania.

• Obok Ikony w specjalnym naczyniu znajduje się pięć małych chlebków, dalej wino, pszenica i oliwa.

– Uroczyste nieszpory mają jeszcze dodatkowy element w postaci błogosławienia chlebków czyli prosfory, co jest symbolem cudownego rozmnożenia chlebow ewangelicznych, jest troszeczkę wina, pszenicy i oliwa, nad tymi pokarmami jest odmawiana modlitwa, potem odbywa się błogosławieństwo.

Na koniec nabożeństwa wigilijnego chlebki, które nie są chlebem eucharystycznym, ale są bułeczkami – są dzielone i rozdawane wierzącym. A więc znów symbol pokarmu duchowego.

To przypomnienie, że bez pokarmu duchowego tracimy siły, tracimy energię, tracimy wewnętrzny sens naszego istnienia. Przypominamy, żeby o tym pamiętać na różne sposoby.

Jest także zwyczaj, że chlebki są zamoczone w winie. Natomiast oliwą, która była błogosławiona, namaszcza się czoło, zgodnie z tradycją, że olej był używany do namaszczenia ran, po to by przyspieszyć gojenie. To też ma znaczenie symboliczne, ponieważ będąc w relacjach wzajemnie się raniimy słowem, gestem, obojętnością, osądzeniem, co zostawia w nas wewnętrzny ślad, ból, żal, poczucie krzywdy. Namaszczenie oliwą ma być modlitwą o to, by te rany wewnętrzne zostały uleczone.

• Co wydarzy się w sobotę, 7 stycznia?

– To pierwszy dzień świąt Bożego Narodzenia w kościele greckokatolickim, z całym oficjum liturgicznym, ale najważniejsza jest liturgia Bożego Narodzenia, która odróżnia się od innych liturgii tym, że są śpiewane specjalne hymny na tę okoliczność, śpiewamy specjalne antyfony.

Przed liturgią zaśpiewamy starą kolędę: Bóg przedwieczny się narodził. Mamy także dwa czytania, z listów apostoelskich i z ewangelii. Drugi dzień świąt to uroczystość świętej Rodziny, zaczyna się okres bożonarodzeniowy, który trwa aż do Objawienia Pańskiego Jordanu. Święta Bożego Narodzenia są świętami teofanii, Bożego Objawienia.

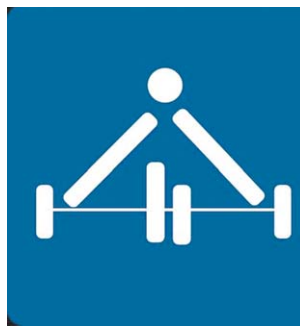
Jeżeli w tradycji zachodniej świętem wieńczącym okres Bożego Narodzenia jest Święto Trzech Króli, to także jest to święto objawienia się Boga, poprzez to, że trzej królowie poznali w tym dzieciątka kogoś wyjątkowego i wędrowali po to, żeby mu oddać hołd. Doświadczyli, a teraz my doświadczamy tego, co w swej istocie jest niewidzialny, niepoznawany, ale w jakiś sposób daje odczuć swoją obecność i daje się poznać, przynajmniej tym, którzy tego bardzo pragną.

• W dniu, kiedy w kościele greckokatolickim będzie wigilia, my będziemy obchodzić Święto Trzech Króli. Jak powinniśmy go przeżyć, żeby nie skończyło się tylko wypisaniem święconą krędką inicjałów trzech króli?

– Uczyć się rozpoznawać w tej codzienności, takiej jaką ona jest, a jest zwyczajna, rutynowa – obecność tego, co jest wieczne, co jest niezmiennie, co jest trwałe.

Widzimy, że wszystko się zmienia, wszystko jest takie ulotne, tymczasowe, my jesteśmy z każdym rokiem trochę słabsi – ale jeżeli nie zauważymy, że jest coś, co trzyma to wszystko, dzięki czemu istnieje cały wszechświat, a my jesteśmy częścią tego wszechświata, to właściwie zostaniemy pozostawieni sami sobie. Jeżeli widzimy, że w naszym życiu jest coś stałego, coś pozytywnego, jest siła, dzięki której świat istnieje, a tą siłą dla chrześcijan jest miłość jako życie, miłość jako siła ożywiająca, miłość jako siła łącząca, miłość jako siła nadająca sens – to wtedy zaczynamy dostrzegać, że nie jesteśmy pozostawieni sami sobie, że jesteśmy częścią czegoś niezwykłego, czegoś bardzo mądrze skonstruowanego.

To poznanie ma nam pomóc w tym, żebyśmy odczuli sens życia, radość życia, byśmy wiedzieli, że moment odejścia to nie jest koniec, ale to jest przejście do innego wymiaru istnienia, który jest dla nas trochę tajemniczy, ale ufamy, że on nie będzie dla nas nieprzyjemny, a będzie wymiarem, który da nam dużo satysfakcji, zadowolenia i radości.



Kto chce innych zapalać, musi sam płonąć

Kilka lat temu dostrzegaliśmy postępujący regres dotyczący poziomu sprawności fizycznej. Na pewno jedną z przyczyn był wpływ technologii informacyjnej, która część młodzieży posadziła przed komputerami. Później przyszła pandemia. Jej wpływ szczególnie odczuli nauczyciele szkół podstawowych – Rozmowa ze Zbigniewem Sajdą, pełniącym obowiązki Dyrektora Zespołu Szkół nr 2 im. Księcia Pawła Karola Sanguszki w Lubartowie

Kamil Kozioł

• Jaka jest kondycja sportu szkolnego w naszym województwie?

– Uważam, że jest ona całkiem dobra. Drużyny, które wygrywają szkolną rywalizację na poziomie naszego województwa, odnoszą późniejsze sukcesy na arenie ogólnopolskiej.

• Jak duży jest udział w rywalizacji szkolnej zawodników trenujących na co dzień w klubach sportowych?

– W większych miastach zapewne procent takich osób jest większy. W mojej szkole, która znajduje się w mniejszej miejscowości, spora część zawodników to amatorzy, którzy uprawiają sport dla relaksu.

• Mówi się, że wychowanie fizyczne przeżywa kryzys jako przedmiot szkolny. To prawda?

– Trudno to nazwać kryzysem. Kilka lat temu dostrzegaliśmy postępujący regres dotyczący poziomu sprawności fizycznej. Na pewno jedną z przyczyn był wpływ technologii informacyjnej, która

część młodzieży posadziła przed komputerami. Później przyszła pandemia. Jej wpływ szczególnie odczuli nauczyciele szkół podstawowych. Oni podkreślają, że młodzież starszych klas ma problem z odpowiednim podejściem do zajęć wychowania fizycznego.

W szkołach ponadpodstawowych ten problem jest trochę mniejszy, bo młodzież jest bardziej świadoma potrzeby dbania o swoje ciało. Odpowiednie podejście i rozmowa przeprowadzona przez nauczycieli wychowania fizycznego pozwala uświadomić nastolatkom istotę dbania o swoją kondycję fizyczną.

• Co zrobić, aby wychowanie fizyczne było atrakcyjne dla młodzieży?

– Podstawa programowa z zakresu wychowania fizycznego jest skromna w części opisowej, co ułatwia nauczycielom prowadzenie lekcji. Dzięki temu mogą oni mocno urozmaicać swoje zajęcia i wplatać w nie sporty, które aktualnie cieszą się dużą popularnością.

Ostatnio furorę robi koszykówka 3x3. Gimnastykę natomiast zastępuje parkour czy kalistenika. Tą ostatnią jest zafascynowanych kilka osób z naszej szkoły.

To forma aktywności fizycznej oparta na ćwiczeniach z wykorzystaniem własnej masy ciała i utrzymywaniu się przez dłuższy czas w trudnych i wymagających pozycjach gimnastycznych.

• Jakie cechy powinien mieć dobry nauczyciel wychowania fizycznego?

– Wizerunek nauczyciela wychowania fizycznego nie odbiega od wizerunku pedagoga uczącego innych przedmiotów. Z moich studiów pamiętam sentencję powtarzaną przez prowadzących: „Kto chce innych zapalać, musi sam płonąć”. Najpierw nauczyciele muszą pokazać swoim przykładem, że kochają



Podstawa programowa z zakresu wychowania fizycznego jest skromna w części opisowej, co ułatwia nauczycielom prowadzenie lekcji. Dzięki temu mogą oni mocno urozmaicać swoje zajęcia i wplatać w nie sporty, które aktualnie cieszą się dużą popularnością – mówi Zbigniew Sajda

FOT. MATERIAŁY PRASOWE UDOSTĘPNIONE PRZEZ ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 2 W LUBARTOWIE

swoją dyscyplinę naukową. To pozwala stać się nauczycielowi wzorem do naśladowania dla młodych ludzi. Na pewno nie jest to proste zadanie, ale myślę, że w Zespole Szkół nr 2 w Lubartowie udaje się to robić w sposób właściwy.

• Pańska szkoła była najlepsza w ubiegłorocznej Licealiadzie. Które dyscypliny dały najwięcej punktów?

– To już trzeci raz w ostatnich latach, kiedy udało nam się zostać najbardziej usportowioną szkołą w województwie. Myślę, że istotny był fakt, że mamy grupę młodzieży garnącą się do sportu. To zasługa nauczycieli, którzy zachęcają młodzież do uczestnictwa w rywalizacji sportowej. Ci uczniowie to w większości amatorzy, którzy po kilku miesiącach zajęć pod okiem nauczycieli są w stanie rywalizować z przedstawicielami innych szkół. W tej młodzieży udaje się odkryć pewne wrodzone talenty,

które ona sama może później rozwijać w dorosłym życiu. W tym roku udało się nam też wziąć udział w zawodach ogólnopolskich w kilku dyscyplinach. W kilku konkurencjach jesteśmy najlepsi w województwie, jak chociażby tenis stołowy czy koszykówka 3x3. Istotny był fakt, że braliśmy udział w zawodach z praktycznie wszystkich dyscyplin sportowych z kalendarza Szkolnego Związku Sportowego.

• Taka szkoła powinna być podstawą dla uczelni zajmujących się wychowaniem fizycznym. Czy tak się rzeczywiście dzieje?

– Nie jest tak w każdym roczniku, ale co 2-3 lata jest grupa uczniów kontynuujących swoją karierę naukową na kierunkach związanych ze sportem. Nie jest to tylko wychowanie fizyczne, ale również fizjoterapia, wychowanie fizyczne w służbach mundurowych, kosmetyka czy turystyka i rekreacja.

Gdzie są najlepsi sportowcy?

W Zespole Szkół nr 2 im. Księcia Pawła Karola Sanguszki w Lubartowie odbyło się uroczyste podsumowanie Współzawodnictwa Sportowego Szkół Województwa Lubelskiego za rok szkolny 2021/2022.

Finałowa gala zazwyczaj odbywa się w końcówce roku i jest ona okazją do spojrzenia na to, co w minionym roku szkolnym udało się zrobić dobrego dla lubelskiego sportu. A tych sukcesów było bardzo dużo. Najważniejszy był fakt, że młodzież miała okazję rywalizować w kilkudziesięciu dyscyplinach sportowych, a zawody odbywały się na terenie praktycznie całego województwa. Co więcej, w programie współzawodnictwa nie brakowało konkurencji, które mają dość krótką historię. W tym gronie

warto wymienić chociażby koszykówkę 3x3 czy siatkówkę plażową. Co ciekawe, swoje szanse otrzymali również uczniowie, którzy nie zawsze pasjonują się wysiłkiem fizycznym, a wolą zmagania intelektualne. Stąd do współzawodnictwa sportowego zaliczane są chociażby szachy.

Rywalizacja we Współzawodnictwie Sportowym Szkół Województwa Lubelskiego odbywa się w trzech kategoriach. Najmłodsi zmagają się w kategorii Dzieci, ci starsi w Igrzyskach Młodzieży Szkolnej, a uczniowie szkół ponadpodstawowych walczą w Licealiadzie.

W Igrzyskach Dzieci zwyciężyła Szkoła Podstawowa nr 8 im. Bolesława Zygmunta Wirskiego w Chełmie. Tuż za jej plecami uplasowała się lubartowska Szkoła Podstawowa nr 3 im. Piotra Firleja



oraz Szkoła Podstawowa nr 2 im. Marszałka Józefa Piłsudskiego w Tomaszowie Lubelskim.

W Igrzyskach Młodzieży Szkolnej najlepsza była Szkoła Podstawowa nr 2 z Tomaszowa Lubelskiego.

Drugie miejsce zajęła Szkoła Podstawowa nr 8 z Chełma. Na podium zmieściła się jeszcze Szkoła Podsta-

wowa nr 11 im. Henryka Sienkiewicza w Puławach. Pewną ciekawostką jest fakt, że w czołowej dziesiątce znalazła się tylko jedna szkoła z Lublina. Była to Szkoła Podstawowa nr 28 im. Synów Pułku Ziemi Lubelskiej, która zajęła 8 miejsce.

Najbardziej usportowioną szkołą ponadpodstawową został lubartowski Zespół Szkół nr 2 im. Księcia Pawła Karola Sanguszki. Na podium znalazło się także chełmskie I Liceum Ogólnokształcące im. Stefana Czarnieckiego, a także zamojskie III Liceum Ogólnokształcące im. Cypriana Kamila Norwida w Zamościu.

Powiatem, którym sport szkolny stoi na najwyższym poziomie okazał się Powiat Biłgorajski. Drugie miejsce zajęło miasto Chełm, a trzecie miasto Zamość.

FOT. MATERIAŁY PRASOWE UDOSTĘPNIONE PRZEZ ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 2 W LUBARTOWIE

To było piękne, że ludzie ta

O pomocy, która ruszyła już 24 lutego, relacji uciekającej spod Buczy i mocy dobra, która dzieje się w Lublinie. Tomaszewskim, dyrektorem C

Jakub Hapka

• Jaki był mijający rok dla lubelskiego Caritas?

– Był to czas ogromnych wyzwań, pracy. Otwarcia się na nową rzeczywistość, w jakiej się znaleźliśmy. Z kilkuset podopiecznych „Caritas” musiała zająć się tysiącami nowych, którzy do nas dołączyli. I nie tylko ze względu na wojnę, przez którą przez Lublin przewinęło się kilka tysięcy ludzi, ale i przez dwa nowe ośrodki, które lubelska Caritas wzięła pod swoją opiekę i zaczęła się nimi opiekować.

1 stycznia 2022 roku przejeżdżaliśmy Ośrodek Pomocy osobom, które doznają przemocy w rodzinie – kobiety z dziećmi, ale również mężczyźni oraz osób, które zaznały innych trudnych sytuacji (domowe pobicie, prześladowanie). Gdy zostaje to zgłoszone, takie osoby są kierowane do naszego ośrodka, który znajduje się w Lublinie, przy Chmielewskiego 9. Mamy tam ośrodek interwencyjny, który prowadzimy. Przez ubiegły rok przewinęło się tam 40 osób w bardzo trudnych sytuacjach życiowych. Doszła nowa kadra specjalistów: psychologów, prawników, opiekunów, którzy się nimi zajmowali.

• Od końca lutego minionego roku wasza pomoc zaczęła docierać za naszą wschodnią granicę. Co było w tym najtrudniejsze i jak dziś wygląda pomoc?

– To była nowa rzeczywistość. Dotknęła cały świat, ale szczególnie naszych sąsiadów. Był to rzeczywiście spontaniczny czas. Już dzień wcześniej, przed wybuchem wojny, rozmawiałem telefonicznie z ks. Wojciechem Stasiewiczem, który mieszka na Ukrainie i jest dyrektorem w Charkowie. Mówił, że ma problem z wyżywieniem, że ma bardzo dużo podopiecznych, że jest zima i jest ciężko. Wysłaliśmy mu ostatnie pieniądze, jakie mieliśmy na koncie.

Zaraz rano wybuchła wojna. Już wtedy próbowaliśmy zorganizować pierwszego tira, który wyjedzie z pomocą żywnościowo-rzeczową na Ukrainę. Kiedy oczyściliśmy wszystkie nasze magazyny z tego, co mieliśmy, załadowaliśmy ten pierwszy pojazd. Niestety, okazało się, że jest to jedynie 12 palet. Na tircie mieści się 33. Nie mieliśmy więcej pieniędzy ani żywności.

• Wtedy doświadczyliście jednego z wielu cudów.

– Pojawił się pomysł, żeby powiadomić wszystkich mieszkańców Lublina, że przygotowujemy pierwszy transport humanitarny. Wrzuciliśmy do sieci posta na „Widzialną Rękę Lublin”, że na placu Caritas stoi tir. Kto będzie chciał pomóc

Ukrainie, niech do nas przyjedzie z tym, co ma: żywnością, ubraniami, Mógł to złożyć w pudełko, my to zapakujemy i następnego dnia nasza ciężarówka to zawiezie.

Powiem, że sami się tego nie spodziewaliśmy: za pół godziny cały plac pod Zamkiem, cała Aleja Unii Lubelskiej i wjazd do naszej Caritas zapelnili się samochodami, ludźmi do pomocy.

W ciągu dwóch godzin zapelniliśmy tego tira od góry do dołu. Był wypakowany, mógł wyjechać. Całe rodziny w kolejne dni nie przestawały przynosić darów. I tak się zaczęła nasza pomoc Ukraińcom.

• Zaczął się także exodus Ukraińców...

– Już w „powojenny” piątek przybyła pierwsza rodzina: matka z czwórką dzieci synami, która się u nas zatrzymała. Daliśmy jej opiekę i w kolejnych dniach skierowaliśmy dalej; do Centrum Pomocy, gdzie mogła się zatrzymać.

Powstał także Punkt Kryzysowy: pojawili się specjaliści i wolontariusze. Przez pierwsze trzy miesiące wojny u nas na placu było 250 osób dziennie. Pojawiali się darczyńcy z Polski i całego świata. Doświadczyliśmy ogromnej pomocy Caritas Polska, która w 2-3 dni od razu nas wsparła. Dała nam dużą sumę pieniędzy, za którą mogliśmy kupić żywność dla tych uchodźców, których mieliśmy w Domu i dla przebywających na Ukrainie. Mogliśmy organizować kolejne ośrodki pomocy. Także dla tych, w najtrudniejszej sytuacji; dla niepełnosprawnych dzieci, dla niemogących znaleźć pracy.

Prowadzimy dom dla uchodźców w Księżomierzu, w którym obecnie przebywa 40 osób – matki z dziećmi. Te ostatnie chodzą już do przedszkola, szkoły. Mamy pracują. Nie mają jeszcze takiego zakorzenienia, stałej pracy, by mogły „pójść na swoje”.

Jesteśmy przygotowani z kolejnym ośrodkiem: chcemy, by tej zimy ruszyła hala. Tam też ci ludzie będą mieli pomoc. Do dzisiaj pod naszą opieką jest kilka tysięcy Ukraińców, którym opłacamy mieszkania i stancje.

• Najtrudniejszy moment?

– Początki. Wtedy, kiedy było bardzo dużo ludzi, kiedy brakowało pieniędzy na żywność. Dzięki Bogu i dobrym ludziom wszystko się rozwiązało. Pojawiali się dobrzy ludzie, sponsorujące

firmy, ogrom wolontariatu – polskich i studentów z Ukrainy, których tak dużo pracuje w Lublinie. Udało mi się ich zaangażować do tego, aby ten Punkt Kryzysowy był obsługiwany. Kiedy przybywały do nas te kobiety z Ukrainy, słyszały swój ojczysty język.

Nasze miejsca – Dom Nadziei, Centrala przy Alei Unii Lubelskiej 15 – stały się na wiele miesięcy takim domem, otwartym 24 godziny na dobę. Cały plac był miejscem magazynów. Trwał załadunek tirów... Każdego dnia pracowali tu setki osób.

Dzisiaj mamy to bardziej ułożone. W naszej centrali istnieje Dom Przyjaźni, który ma centrum pomocy uchodźcom i imigrantom z Ukrainy. Mamy już tam zatrudnione prawie 20 osób, z Ukrainy i Polski, które udzielają fachowej pomocy.

• Pomagacie także w funkcjonowaniu w nowych realiach.

– Mamy założoną szkołę języka polskiego dla kobiet, które chcą tu pozostać na stałe i pracować. Grupa polonistów z KUL-u założyła taką szkołę. Zajmuje się tym, aby wydać im po półrocznym kursie certyfikat. By mogły podjąć pracę w zawodzie, który mają wyniesiony z Ukrainy. Aby nie były tylko do sprzątania i pomocy kuchennej, ale by mogły pracować w swoich zawodach. Na pierwszym kursie mieliśmy 150 osób. Za chwilę rusza kolejny z podobną liczbą zainteresowanych.

• Czy był jakiś szczególnie wzruszający moment w trakcie pomocy Ukrainie?

– To były dwa pierwsze dni, kiedy ludzie z ogromnym sercem odpowiedzieli na nasz apel. Na plac przywozili całe torby pożywienia, ubrań. To nie były rzeczy, które im zbywały. Z potrzeby serca jechali do supermarketów. Kupowali chemię, puszki, ryż, makaron, pantofle dla dzieci. Przywozili, ale bardzo często zostawali. Wypakowywali samochody i argumentowali, że pomogą: „bo wy tego potrzebujecie”. To było piękne, że ludzie tak zjednoczyli się w tej pomocy.

Drugi taki moment był kilka miesięcy po wojnie, gdzie myśleliśmy, że już nas nic nie poruszy. W pewnym momencie, w Punkcie Kryzysowym, słyszymy bardzo wielki krzyk... Wszedłem, patrzę co się dzieje. A tam kobieta trzyma dwuletnie dziecko na rękach i bardzo mocno krzyczy. Pytam y, co się dzieje. Ona krzyczy, że wybiłaby wszystkich Rosjan, Putina to by powiesiła itd. Jedna z wolontariuszek starała się jej powiedzieć, że tak nie można mówić. Że tak tylko samej sobie sprawia cierpienie. By nikomu nie życzyła śmierci.

W ciągu dwóch godzin zapelniliśmy tego tira od góry do dołu. Był wypakowany, mógł wyjechać. Całe rodziny w kolejne dni nie przestawały przynosić darów.

I tak się zaczęła nasza pomoc Ukraińcom – opowiada ks. Paweł Tomaszewski

• Opowiedziała wam, czego doświadczyła?

– Uciekała. Niedaleko Buczy była więziona w piwnicy wraz z 60 innymi Ukraińcami. W tej piwnicy rosyjscy żołnierze wzięli jej dziecko, zgwałcili na oczach wszystkich, oddali takie konające. Dostała 12-letnią dziewczynkę w swoje ramiona, nie mogła nic dla niej zrobić. Nie mogła jej uratować – dziecko było tak zmasakrowane... W tak straszny sposób jej córka została pozabawiona życia.

Przez 3 miesiące byli tam więzieni. Dostawali jeden chleb i butelkę mleka na cztery osoby. Nie mieli wody, ubikacji. Byli w warunkach gorszych niż chowane są zwierzęta.

To były momenty, pokazujące czym naprawdę jest wojna. Jakim wielkim cierpieniem. I dlaczego warto tym ludziom pomagać. Wspierać ich w tej walce z Rosjanami.

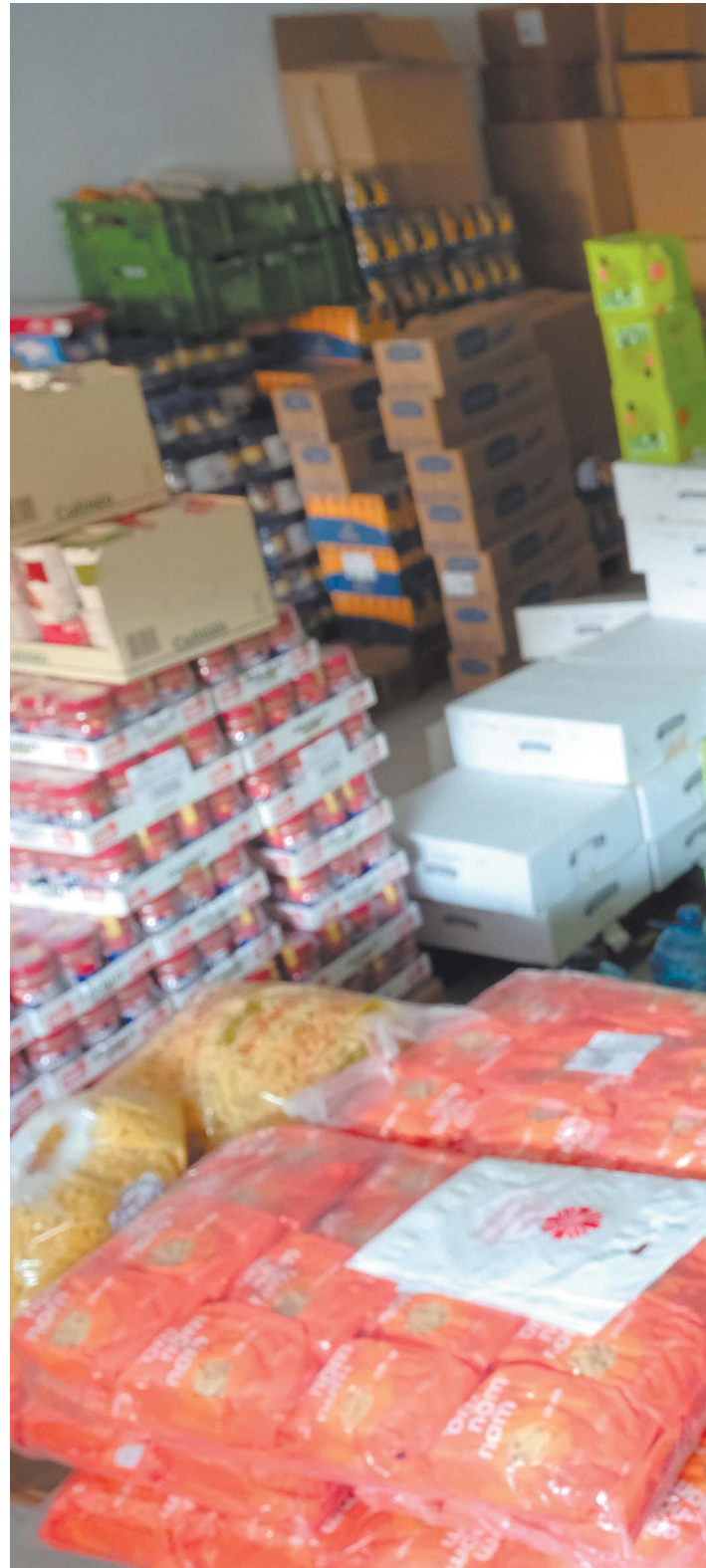
• Jesteście także poza Lublinem?

– Rekolekcyjny „Dom Spotkania” w Dąbrowicy nieopodal Lublina jest miejscem spotkań dla osób starszych, samotnych i niepełnosprawnych z Archidiecezji Lubelskiej oraz z całej Polski. W drugiej części znajduje się dom dla samotnych seniorów, gdzie mają codzienne zajęcia terapeutyczne i sportowe.

Mamy też dwa piętra mieszkań dla tych, którzy wychodzą z problemów alkoholizmu, narkomanii, z więzienia – i nie mają co ze sobą zrobić. Są pod opieką 24 godziny na dobę. Pomagamy im na nowo stanąć na nogi. Znaleźć pracę, socjalizować ze społeczeństwem. Mieszkają u nas trzy miesiące i potem zaczynają powoli wchodzić w rzeczywistość. Przez ponad 1,5 roku działalności kilka osób wyrwało się ze swoich prawdziwych życiowych dramatów. Znaleźli pracę, wynajęli mieszkanie, wrócili do rodziny.

• Kolejne dobre adresy to Firlej i Krasnystaw.

– W ośrodku nad jeziorem w Firleju przez pół roku przebywało 70 osób z Ukrainy. Każdego roku w okresie letnim i zimowym z wypoczynku korzysta blisko 700 dzieci. Są to głównie dzieci



potrzebujące z terenu archidiecezji, dzieci polonijne z Ukrainy i Białorusi. Ostatnio udało się go powiększyć do 50 miejsc. Zakupiliśmy sąsiadujące z głównym budynkiem domki letniskowe. Wynajmujemy go, by zarabiał na tych najbardziej potrzebujących.

Od 5 lat działa Centrum Charytatywne w Krasnymstawie. To placówka, która oprócz specjalistycznej pomocy medycznej i opieki dla obłożnie chorych, zapewnia wsparcie psychologiczne, rehabilitacyjne czy duchowe dla każdego, kto tego potrzebuje.

Istnieje przy nim nasze Domowe Hospicjum, gdzie

pod opieką naszej pani lekarz i pielęgniarek znajduje się ok. 15 osób,

Nasze najmłodsze dziecko, które przejeżdżało w 2022 roku, to Warsztaty Terapii Zajęciowej w Chełmie w dawnej jednostce wojskowej. Mamy tam 60 osób niepełnosprawnych i ponad 30 pracowników. Niepełnosprawni z Chełma i okolic są objęci terapią, mają tam codzienny pobyt.

• Jak wygląda standardowy dzień księdza?

– Od przyjmowania wielkich tego świata, z którymi mam spotkania. Z politykami, prezesami, dyrektorami różnych firm. Ale też,

23 940 000

złotych to łączna wartość pomocy Ukraińcom, wysłana 231 ciężarówkami i 156 busami dostawczymi z pomocą humanitarną



W tym roku kijkarze wrócą także m.in. do Annopola, gdzie znów czekać będą na nich malownicze, wislane krajobrazy

FOT. ARKADIUSZ TARŁOWSKI/BEZMIAR/FB

Cały rok z kijkami

W ciągu ostatniej dekady nordic walking zalicza stały wzrost popularności. W tym roku miłośników maszerowania z kijkami czeka wiele rajdów po malowniczych zakątkach całej Lubelszczyzny. Kijkarze odwiedzą m.in. Lublin, Kazimierz, Janowiec i Krasnobród

Radosław Szczęch

Nordic walking narodził się w Finlandii w latach 20. XX wieku, jako całoroczny trening dla narciarzy biegowych. Początkowo nazywał się sauvakävely, czyli dosłownie marsz z kijkami. Jego dzisiejsza, angielska nazwa przyjęła się dopiero w latach 90-tych.

W Polsce popularność tego rodzaju aktywności największy wzrost zaliczyła w ciągu ostatniej dekady. W całym kraju powstały kluby kijkarzy, rajdy, zawody wszelkiej maści, a nawet mistrzostwa kraju. Nie inaczej jest na Lubelszczyźnie, gdzie liczba nordikowców powoli zaczyna na dorównywać biegaczom. Osoby uprawiające ten sport można spotkać na leśnych duktach, miejskich parkach, czy chodnikach.

Padnie rekord?

Kijkarzy czeka kolejny, intensywny rok. O to, żeby nie brakowało im okazji do wspólnego maszerowania zadba m.in. puławska fundacja BezMiar, która zaprasza na cykl rajdów po różnych zakątkach województwa.

W 2021 roku w Nordikadzie wzięło udział ponad tysiąc osób. Rok później było ich już niemal 2,5 tysiąca. Wysoka frekwencja zaskoczyła nawet organizatorów imprezy. Na ostatnie zawody cyklu musieli dokupić dodatkową partię napojów, bo te zakontraktowane od sponsora skończyły się. W tym sezonie najpewniej pobity zostanie kolejny rekord ponad 3 tysięcy uczestników.

– Zapraszamy na rajdy do Kraśnika, Annopola, Dębina, Janowca nad Wisłą,

Kazimierza Dolnego, Kodnia, Krasnobrodu, Lublina, Parchatki, Puław, Radzyna Podlaskiego, Tomaszowa w gminie Puławy, a także do lasów kozienickich – mówi Maryla Milek, prezes fundacji BezMiar.

Pierwsze zawody odbędą się 16 kwietnia, ostatnie 2 grudnia.

– Każdy rajd będzie miał swoją specyfikę. Przykładowo poświąteczny „Rajd z Jajem” w Kraśniku będzie stawiał na radość, humor i zabawę. W Kazimierzu będziemy maszerować świętując Dzień Flagi, a w Radzynie Podlaskim rajd będzie połączony ze Świętem Kupały, plecieniem wianków i tańcami na polanie – opowiada organizatorka Nordikady.

W mundurkach i pompomani

Pomysłów na urozmaicenie zawodów nie brakowało także dla pozostałych tras na nordikowej mapie Lubelszczyzny. Na przykład w Janowcu marsz odbędzie się wieczorową porą, a zawodnikom co jakiś czas będzie ukazywała się Czarna Dama; legendarna postać związana z miejscowym zamkiem. Zabawnie może wyglądać rajd zaplanowany w Annopolu, który odbędzie się w pierwsze weekend września.

– To będzie czas powrotu do szkoły, więc wszyscy zawodnicy grzecznie stawiają się na start w szkolnych mundurkach. Nie zabraknie także kokardek we włosach – zapowiada Maryla Milek.

Jesienne zawody będą stały natomiast pod znakiem profilaktyki. Ten październikowy, w Dęblinie, będzie miał kolor różowy (profilaktyka

raka piersi), a w listopadzie, gdy zawodnicy ubiorą się na niebiesko i założą lub zapuszczą wąsy (profilaktyka raka prostaty). Cykl zakończy grudniowy rajd mikołajkowy.

Będzie się od kogo uczyć

Kijkarzom, którzy wezmą udział w nordikadzie będą towarzyszyli znani trenerzy, szkoleniowcy skandynawskiego sportu oraz odnoszący sukcesy zawodnicy. Na trasach Lubelszczyzny zobaczymy w tym roku m.in. Aleksandra Wilanowskiego, Paulinę Rutę i Maciej Tracza.

Ten pierwszy to autor książki o nordic walkingu, międzynarodowy instruktor tej dyscypliny. Paulina Ruta to popularyzatorka sportu, zawodniczka i działaczka Polskiego Stowarzyszenia Nordic Walking, która maszerowania z kijkami uczyła m.in. prezydentów Polski. Ostatni z wymienionych to odnoszący sukcesy zawodnik, narciarz biegowy oraz instruktor.

W ostatnich latach zmienia się nie tylko frekwencja na nordikowych zawodach, ale także struktura wiekowa ich uczestników. Początkowo za kijki chwytały głównie osoby starsze, zwłaszcza kobiety. Te nadal stanowią większość, ale – jak przyznaje prezes Milek – liczba mężczyzn rośnie. Równolegle obniża się średni wiek zawodników, co przekłada się na wyższe wymagania wobec trudności i długości tras.

– Wielu z nich prosi o dłuższe dystanse i mocniejsze tempo. Dlatego coraz częściej dzielimy uczestników rajdów na grupy, by wszyscy mogli maszerować zgodnie ze swoimi preferencjami – tłumaczy nasza rozmówczyni.



Tani sport dla każdego

Zanim miłośnicy kijków zapiszą się na zawody, zwykle zaczynają od samodzielnych marszów, w trakcie których oswajają się z techniką, ale przede wszystkim wzmacniają kondycję i wytrzymałość różnych partii ciała. Start nie wymaga niemal żadnych nakładów finansowych, bo komplet kijków można kupić już za kilkadziesiąt złotych. Następnym krokiem często jest przystąpienie do lokalnej grupy nordikowców w mediach społecznościowych. To oznacza wspólne treningi, często okraszone zdjęciami publikowanymi na grupowych profilach. Następnym krokiem są wyjazdy na rajdy, co wiąże się z przywożonymi do domu pamiątkowymi medalami i nagrodami.

Do NW powoli przekonują się szkoły. W Puławach trwa

Według organizatorów zawodów, średni wiek uczestników spada. Za kijki sięgają coraz młodszy

FOT. ARKADIUSZ TARŁOWSKI/BEZMIAR/FB

pilotażowy projekt „kijki zamiast telefonu”. W jego ramach pod koniec zeszłego roku część zajęć wychowania fizycznego w Szkole Podstawowej nr 4 poświęcono na naukę chodzenia z kijkami. W tym roku kontakt z NW będą mieli uczniowie innej miejskiej placówki: Szkoły Podstawowej nr 6. Projekt zakłada przy tym nie tylko nordikowe treningi na WF. Uczniowie po zakończeniu cyklu zajęć otrzymują zaproszenie do poprowadzenia

treningu przez lokalnymi zawodami. Ostatnio uczniowie puławskiej „czwórki” przeprowadzili rozgrzewkę dla pół tysiąca nordikowców rajdu mikołajkowego.

Samo zdrowie

Dlaczego warto zacząć przygodę z tym sportem?

– Powodów jest wiele. Przede wszystkim podczas marszu z kijkami pobudzamy układ krążenia oraz poprawiamy wentylację płuc. W trakcie wysiłku rośnie ich pojemność oraz stopień utlenienia krwi, co wpływa na poprawę naszej wytrzymałości. Ten sport jest świetny dla całego układu sercowo-naczyniowego oraz pozytywnie wpływa na odporność organizmu – wylicza dr Krzysztof Piech z Akademii Wychowania Fizycznego w Białej Podlaskiej, jeden z pierwszych instruktorów NW w Polsce.

– Co istotne, wysiłek w trakcie treningu najczęściej jest umiarkowany, przy tętnie rzędu 120-140 uderzeń na minutę. Podpórki odciążają stawy skokowe, kolankowe i kręgosłup, co ułatwia uprawianie tego sportu osobom starszym – podkreśla dr Piech. – Poza tym uprawianie NW w grupach pomaga w nawiązywaniu relacji i przyjaźni, co jest bardzo ważne dla zdrowia psychicznego.

Społeczną korzyścią, o której wspomina nasz rozmówca, jest też dawanie przykładu dzieciom i nastolatkom. Szczególnie tym, które nie rwą się do aktywności fizycznej: – Według badań, dzieci w rodzinach aktywnych, same kontynuują w przyszłości przyjęty model, zwłaszcza jeśli sport uprawiają zarówno rodzice, jak i dziadkowie.

Wszyscy zjednoczyli się w pomocy

ę w Caritas. –Jeśli uratujemy jednego człowieka, świat będzie lepszy – **ROZMOWA** z ks. Pawłem
Caritas Archidiecezji Lubelskiej



kiedy przychodzę do biura, czekają tam najbiedniejsi. Stoją w kolejce pod kuchnią dla ubogich. Kiedy rano wychodzę na spacer czy pobiegać, nieraz już o 4 rano stoją u nas biedni. Otwierając bramę, już się z nimi spotykam. Bardzo często stoję i rozmawiam. Wszyscy już mnie znają. Wiedzą, że mogą przyjść.

• **Pomoc nie byłaby możliwa bez ludzi dobrej woli.**

– To prawda. Pracuje u nas prawie 130 osób, w tym ponad 20 już z Ukrainy. Naszym największym skarbem, najcenniejszą wartością jaką mamy – poza Panem Bogiem – to drugi człowiek.

Największa energia, która wychodzi z pracy w Caritas to wolontariusze, działający na rzecz człowieka potrzebującego.

Myślałem kiedyś jak można pomóc alkoholikom, którzy krzywdzą sami siebie? Do czasu, kiedy na naszym placu umierał człowiek. Tak uzależniony od alkoholu, że przedawkował. Jedyne, co mogłem zrobić, to pomodlić się nad nim i go rozgrzeszyć. Wtedy zmieniła się moja mentalność do takich ludzi. Takie osoby trzeba mocno

wziąć w opiekę psychologiczną, terapeutyczną.

Szukamy ludzi najbardziej poranionych, pokrzywdzonych, najbardziej odrzuconych przez społeczeństwo, którzy są wokół. Staramy się im pomóc. Pracujący u nas wolontariusze bardzo dobrze rozumieją tę sytuację. Im więcej widzimy potrzebujących, tym jest to większy motor dla nas, żeby tę pracę udoskonalać.

• **Jedną z noworocznych inicjatyw, w którą włącza się lubelski „Caritas” jest Bal Sportowca.**

– Odbędzie się w lutym. Będzie wtedy możliwość licytacji różnych sportowych gadżetów od lubelskich

i polskich sportowców, jak również obecność na Balu. Będą tam także inne atrakcyjne rzeczy, które zbieramy od naszych darczyńców. Nasi najzdolniejsi uczniowie otrzymają sportowe stypendia. W ostatnim semestrze dla najzdolniejszych dzieci rozdaliśmy 60 tys. stypendiów. Bal służy także temu, by zebrać pieniądze na ten cel.

• **Przed jakimi wyzwaniemii stajecie w 2023 roku?**

– Nowy Rok zaczął się od tego, że wiele rzeczy stało się droższe. Im trudniej jest nam w rzeczywistym świecie, tym więcej ludzi do nas przychodzi. Im ta inflacja rośnie, tym mamy więcej osób ubogich.

Chcemy utrzymać się na linii, żeby nie rezygnować z naszej działalności. Pragniemy pomóc jak największemu gronu osób.

Powtarzam często naszym pracownikom i wolontariuszom: jeżeli uratujemy jednego człowieka i przekonamy go, że może z nami dalej pomagać i wyciągać innych z ludzkiej biedy moralnej czy finansowej, wtedy świat wokół nas będzie lepszy.

A wtedy jest już więcej dobra. Patrzmy na to, co dobre w człowieku. Zostawić to, co złe.

• **Czego życzyć księdzu w Nowym Roku?**

– Przede wszystkim siły. Byśmy nie przejmowali się

tym, co inni ludzie często widzą: słabością drugiego człowieka. Mówią do nas: „po co wy im pomagacie? To i tak nie pomoże. On to weźmie i tak będzie dalej pił i żebrał. Ta pomoc jest bez sensu”. Nie jest bez sensu. Zawsze udaje nam się kogoś wyprowadzić. Gdy na 100 naszych podopiecznych znajdzie się jeden, którego uda się wyrwać z tego świata zmartowienia, problemów, nałogów – to dla nas jest to już wielkie święto, sukces.

I radość, że udało nam się ocalić jednego człowieka. Tak jak jest w Ewangelii: warto pozostawić te 99 osób, które robią tak jak trzeba, a pójść za tą jedną, żeby ją ocalić. By ta praca zawsze przynosiła nam taką ogromną radość z tego, że możemy pomagać ludziom.

• **Jakie inicjatywy planuje Caritas na najbliższe miesiące?**

– Pierwszą rzeczą jest dalsza pomoc naszym sąsiadom, Ukraińcom. Organizowanie żywności, leków i środków czystości, które wysyłamy za wschodnią granicę. Przez nasze biuro ds. uchodźców organizujemy na ten cel zbiórki pieniędzy i darów rzeczowych. Chcemy każdego tygodnia wysłać jednego lub dwa tiry. Współpracujemy w tym temacie z Caritas Polska i innymi diecezjalnymi oddziałami. Pomagają nam zdobyć żywność, a wiemy jak są jej ceny.

• **Inne zamierzenia?**

– Następnym zadaniem jest rozwój naszych działań pomocowych. Chcemy dalej promować i rozwijać wolontariat. Zakładamy ciągle nowe parafialne i przedszkolne zespoły oraz Szkolne Koła Caritas. Nasi przedstawiciele jeżdżą i pomagają nauczycielom. Chcemy tę ideę dobrego wolontariatu krzawić wśród dzieci i młodzieży. By młodzi ludzie z dobrego serca chcieli pomagać drugiemu człowiekowi. W najbliższe wakacje chcemy zorganizować ok. 1000 miejsc wypoczynku dla polskich i ukraińskich dzieci. Zorganizujemy tam warsztaty rozwojowe, wielką wartość będzie miał dla nich również pobyt w swoim gronie różnorodnym. Widzimy, że jest ogromny problem alienacji, odosobnienia dzieci we współczesnym społeczeństwie. Chcemy, by nawiązywały rzeczywiste relacje. Najbliższe ferie i wakacje będą dla tej młodzieży nagrodą za ich całoroczne zaangażowanie.

Planujemy także utworzyć ośrodek dla osób niepełnosprawnych, by mogły pracować, służyć innym. Pragniemy, by czuły się potrzebne w środowisku. Mamy projekt stworzenia domu dla 10 osób z zamieszkaniem, pod opieką specjalistów i opiekunów. Będą mogli się szkolić, pracować w warsztatach.

24 798

To liczba uchodźców, którzy skorzystali z pomocy doraźnej w Domu Przyjaźni

500

osób skorzystało z całodobowej opieki ośrodków Caritas w Firleju, Księżomierzy, Częstobobrowicach oraz przy parafii w Krasieninie

Luty i marzec to najgorszy okres

Z infekcjami górnych dróg oddechowych będziemy walczyć do końca marca z różnym nasileniem w różnych regionach Polski – prognozuje dr n. farm. Leszek Borkowski, prezes Fundacji Razem w Chorobie

Duża liczba zakażeń jest powodowana wieloma czynnikami, ale głównym jest nasza niedbałość o kontakty z patogenami, czyli wirusami i bakteriami. Poza tym wszystkie epidemie czy zakażenia lokalne pojawiają się w określonym czasie, kiedy zmienia się klimat. Kończy się złota polska jesień, jest zimno i mokro, a to są świetne warunki dla rozwoju patogenów. Zaczynamy chorować m.in. na zakażenia górnych dróg oddechowych już od października i kończymy w kwietniu – mówi agencji Newseria dr n. farm. **LESZEK BORKOWSKI**, prezes Fundacji Razem w Chorobie.

W Polsce obserwowany jest w ostatnich tygodniach duży wzrost zachorowań na infekcje wirusowe. Poczekalnie w przychodniach POZ oblegają tłumy pacjentów, w wielu placówkach nie ma możliwości umówienia wizyty do lekarza rodzinnego lub pediatry nawet na kilka dni wprzód. Przyczyną jest nie tylko obecny wciąż wirus COVID-19, ale również grypa, wirus RSV oraz inne wirusy aktywne o tej porze roku. Wszystkie wywołane przez nie choroby są



FOT. NEWSERIA

przenoszone drogą kropelkową i mają podobne objawy, co sprawia duże trudności diagnostyczne.

– Po objawach trudno jest rozpoznać, czy pacjent jest zakażony RSV, SARS-CoV-2, wirusami grypy, czy też paragrypy, bo tych jest sporo. Ich objawy są bardzo podobne. Rozróżnienie może nastąpić dopiero po wykonaniu testu, natomiast to jest test historyczny – wirus musi najpierw wtargnąć do organizmu pacjenta i tam

nabroić, muszą się pojawić przeciwciała. Dopiero po jakimś czasie, po otrzymaniu wyniku testu wiemy, czym pacjent był zarażony. Natomiast leczenie każdego przebiegu powinniśmy zacząć natychmiast – i nie mówię, żeby zaraz leczyć się w szpitalu czy iść do przychodni, ale możemy podjąć leczenie od razu w domu. W przypadku dziecka, jeśli przez dwa-trzy dni nie ma obserwowanej poprawy, to konieczna jest natychmia-

stowa wizyta u lekarza. Natomiast w przypadku osoby dorosłej, jeżeli nie jesteśmy w stanie sobie poradzić do siedmiu dni, to też powinniśmy skorzystać z pomocy lekarza – mówi dr n. farm. Leszek Borkowski.

3 stycznia Ministerstwo Zdrowia poinformowało, że trwają prace nad włączeniem do koszyka świadczeń testu w kierunku istotnych zakażeń sezonowych – grypy, SARS-CoV-2 i RSV. Mają one być dostępne bezpłatnie w

placówkach podstawowej opieki zdrowotnej.

Jak wynika z przedstawionych wczoraj danych, w ostatnich dziewięciu dniach grudnia obserwowane było lekkie wyhamowanie epidemii grypy. W tym okresie odnotowano **389** tys. zakażeń i podejrzeń zakażenia. Dziennie to średnio **43,2** tys., czyli o 2 proc. więcej niż jeszcze tydzień wcześniej, ale wolne w szkole ograniczyło zachorowalność w grupie dzieci do 14 lat. Wcześniej to tej grupy dotyczyła połowa infekcji grypowych. Prezes Fundacji Razem w Chorobie wskazuje jednak, że szczyt zachorowań może być dopiero przed nami.

– Niebezpieczny okres zachorowań na infekcje wirusowe górnych dróg oddechowych trwa do kwietnia, ale luty i marzec to jest najgorszy okres, kiedy jeszcze mogą się pojawić kolejne fale. Poza tym sytuacja pod względem liczby zachorowań jest różna w różnych regionach Polski. Te, w których spada liczba zachorowań, powinny się cieszyć, ale i zachowywać rozsądek polegający na tym, że w miejscach publicznych nosimy maseczki – mówi dr n. farm. Leszek Borkowski. – Generalnie wydaje mi

się, że z infekcjami górnych dróg oddechowych będziemy walczyć do końca marca z różnym nasileniem w różnych regionach Polski.

Obok grypy największym zmartwieniem szpitali jest w tym sezonie nie COVID-19, ale wirus RSV, który jest szczególnie niebezpieczny dla najmłodszych pacjentów, zwłaszcza wcześniaków, które mają niedojrzały układ oddechowy i immunologiczny. Drugą grupą szczególnie narażoną na ciężki przebieg tej infekcji są zaś seniorzy, osoby po 65. roku życia z chorobami przewlekłymi układu oddechowego, wadami serca, pacjenci po przeszczepach i w immunosupresji (wrodzonej lub związanej np. z leczeniem onkologicznym).

Według ekspertów Polska ma w tej chwili do czynienia z tzw. epidemią wyrównawczą: co oznacza, że po latach walki z COVID-19 i społecznej izolacji pojawiają się teraz infekcje, których wcześniej występowało niewiele. Ministerstwo Zdrowia zaleca, aby zachowywać zasady higieny i w zatłoczonych miejscach publicznych nosić maseczki. Ostrzejsze restrykcje nie są na razie planowane.

NEWSERIA

P R O M O C J A



PLEBISCYT SPORTOWIEC ROKU

dziennik
WSCHODNI.pl

**Licytuj przedmioty
na aukcji charytatywnej**
Na początek piłka Motoru Lublin
z podpisami zawodników



Licytuj na
facebook.com/dziennikwschodni

Dochód zostanie przeznaczony
na stypendia sportowe podopiecznych
Caritas Archidiecezji Lubelskiej



Caritas
Archidiecezji
Lubelskiej

Fotoradary i drakońskie kary, czyli 2023 za kółkiem

Kierowcy: zapnijcie pasy i szykujcie się na niezłą jazdę. Pod koniec roku wejdą w życie drastyczne przepisy o konfiskacie pojazdów za jazdę po pijanemu. Na drogach naszego regionu zaczną błyskać jeszcze więcej fotoradarów, pojawią się dwa nowe odcinkowe pomiary prędkości, a stawki ubezpieczeń OC pójdą w górę



FOT. PIXABAY/ZDIEJE ILLUSTRACYJNE

Paweł Puzio

Według nieoficjalnych informacji przy drogach naszego regionu ma stanąć 13 nowych fotoradarów, dwa nowe urządzenia do odcinkowego pomiaru prędkości oraz jedno do rejestracji wjazdu na czerwonym świetle.

Nowe fotoradary

– Urządzenie rejestrujące wjazd na skrzyżowanie przy nadawanym czerwonym świetle działa dziś w Anieline (pow. Puławski – przyp. aut.). Planowany jest montaż urządzenia w Lublinie, na rondzie Kuklińskiego-Lubomelska-Solidarności – usłyszeliśmy w Wydziale Komunikacji Głównego Inspektoratu Transportu Drogowego w Warszawie.

Dziś działają dwa urządzenia do odcinkowego pomiaru średniej prędkości pojazdów. Są one zainstalowane są na odcinkach Łeczna-Turawola i Łuszczów Pierwszy-Łuszczów Drugi.

– Na tzw. mapie fotoradarej województwa lubelskiego pojawiają się również nowe odcinkowe pomiary prędkości. Wstępnie planowany jest montaż urządzeń w Hrubieszowie na DW844 oraz w miejscowości Gołab, na DW801. W przypadku montażu odcinkowych pomiarów prędkości, trwają jeszcze tzw. prace przygotowawcze i dopiero po ich zakończeniu, ostatecznie po-

twierdzone zostaną wstępnie wytypowane lokalizacje, w tym wskazane powyżej – dodaje funkcjonariusz GITD.

Do mapy fotoradarów ma być dołożonych 13 nowych urządzeń.

Przypomnijmy, że urządzenia do punktowego pomiaru prędkości pracują na terenie województwa w następujących lokalizacjach: • Anusin • Białka • Bodaczów • Brzeziny • Ciecierzyn • Dęblin • Fajslawice • Firlej • Horbów • Janów Lubelski • Jastków • Kobylany • Kolonia Rudnik • Krynice • Lublin (Al. Solidarności) • Łabuńki Pierwsze • Łuszczówka-Kolonia • Łopiennik Górny • Łucka Kolonia • Łuszczów Pierwszy • Modliborzyce • Olbiecin • Pelczyn • Polichna • Przytoczno • Rogoźniczka • Ryki • Stara Dąbia • Stary Zamość • Stołpie • Turka • Wólka Dobryńska.

Konfiskata

Od grudnia tego roku, czyli za niemal 12 miesięcy, kierowcy przyłapani za jazdę po alkoholu stracą samochód lub, w niektórych sytuacjach, będą musieli zapłacić kwotę równoważącą pojazd. Mimo sprzeciwu ekspertów i veto postawionego przez Senat, prezydent Andrzej Duda, pod koniec grudnia, podpisał nowelizację Kodeksu karnego wprowadzającą drakońskie przepisy dotyczące konfiskaty aut kierowanych przez pijanych kierowców.

Drakońskie przepisy zakładają konfiskatę pojazdu w trzech sytuacjach. Kierowca będzie musiał pożegnać się z samochodem, gdy wpadnie za kółkiem z półtora promila alkoholu w organizmie. Niezależnie od tego, w jakiej sytuacji złapią go służby, czy podczas rutynowej kontroli, czy banalnej stłuczki.

Druga sytuacja dotyczy osób, które spowodowały wypadek i po raz drugi (recydywa) miały minimum pół promila alkoholu we krwi. Trzeci przypadek dotyczy także recydywistów. Jeśli wpadną po raz kolejny z zawartością 0,5 promila podczas prowadzenia, w okresie 24 miesięcy, to również stracą samochód.

Jechałeś nie swoim, to płacisz

Nowelizacją przewidziano też sytuację m.in. osób leasingujących auta czy jeżdżących współdzielonym lub pożyczonym samochodem. W takich przypadkach nie może dojść do konfiskaty. Kierowcy będą musieli zapłacić spore kary.

Trzeba będzie uiścić opłatę wynoszącą równoważność średniej rynkowej wartości tego pojazdu lub określonej w polisie AC, jeżeli taka jest zawarta. Nieważne, czy kierowca spowodował wypadek i zniszczył doszczętnie samochód, czy został zatrzymany na kontrolę i auto jest w pełni sprawne. Zawsze

będzie to kwota pełnowartościowego samochodu.

Nieco inaczej wygląda sytuacja w przypadku kierowców zawodowych. Często poruszają się oni pojazdami, których nie mogliby spłacić, np. drogami maszynami rolniczymi, ciężarówkami czy autobusami. Wtedy sąd nałoży na nich obowiązek wpłaty co najmniej 5 tys. zł na rzecz Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej.

Wyższe wyroki

Sama konfiskata to nie jedyny zastrzeżenie przepisów Kodeksu karnego. Zmieniają się także zakresy lat pozbawienia wolności, które mogą usłyszeć osoby prowadzące w stanie nietrzeźwym. Znikną grzywny dla tych, którzy któryś raz zostaną złapani za jazdę pod wpływem. Zastąpi je obowiązkowy pobyt w zakładzie karnym.

Jeśli kierowca spowoduje wypadek, spędzi minimum 3 lata w więzieniu. W przypadku ofiar śmiertelnych, najkrótszy okres pobytu wydłużą się do 5 lat. Za doprowadzenie do ciężkich obrażeń lub śmierci grozi maksymalna kara pozbawienia wolności wzrośnie do 16 lat, dziś jest to 12 lat.

Nowe przepisy o konfiskacie pojazdów wejdą w życie pod koniec grudnia tego roku. Nowelizacja Kodeksu karnego określa procedurę odebrania samochodu. Za prowadzenie pod wpływem alkoholu policja najpierw

tymczasowo zajmie auto na okres do 7 dni od złapania kierowcy. Następnie sprawa trafi do sądu, który zatwierdzi przepadek lub nałoży karę na nietrzeźwego.

OC pojedzie w górę?

Kolejna niedobra wiadomość. Na horyzoncie już rysuje się podwyżka obowiązkowego ubezpieczenia OC. Jest to pokłosie m.in. wysokiej inflacji i decyzji Komisji Nadzoru Finansowego z listopada minionego roku.

KNF wprowadziła nowe wytyczne, które określają jakość obsługi szkód. Ich założeniem ma być wprowadzenie dla całego rynku wspólnego standardu likwidacji szkód. Na jego podstawie kierowcy mieliby otrzymywać m.in. szczegółowe informacje o pochodzeniu i jakości części, które posłużą do naprawy auta, a ubezpieczyciele będą zobowiązani do wyceniania szkód w taki sposób, by po naprawie pojazd był jak najbliższy stanu nowości.

– Wysoka inflacja oraz rekomendacje KNF sprawiły, że rosną koszty związane z odszkodowaniami. Drożeją ceny części czy praca mechaników. W związku z tym przede wszystkim kierowcy mogą się spodziewać stopniowego wzrostu cen polis OC komunikacyjnego. Jego skala jest jednak obecnie trudna do określenia. W przypadku Warty stosujemy bardzo indywidualne podejście do klienta, wyliczając cenę w oparciu

o kilkaset czynników. Dlatego, jeśli wystąpi zmiana ceny, to nie będzie ona taka sama dla każdego i dla znaczącej większości klientów nasza oferta będzie nadal atrakcyjna – mówi Dawid Korszeń, rzecznik prasowy TUiR i TUnŻ Warta SA. Warto dodać, że średnia cena polisy OC w naszym województwie wynosiła w ubiegłym roku 444 zł i była jedną z najniższych w kraju.

W czerwcu minionego roku ubezpieczyciele otrzymali formalny dostęp do taryfikatora punktów karnych i mandatów. Dzięki temu uzyskali też nowe narzędzie do indywidualnego określania składki OC. Docelowo kierowcy, którzy popełniają ciężkie wykroczenia w ruchu drogowym, zapłacą wyższe składki. Z drugiej strony ci, którzy jeżdżą zgodnie z przepisami, będą mogli liczyć na niższe.

O ile dziś nie można precyzyjnie określić wysokości tej podwyżki, o tyle wiemy, jak wzrosną kary za brak OC. Jeśli chodzi o samochody osobowe, w pierwszej połowie 2023 roku wartość grzywny to maksymalnie nawet 6770 zł. Po 30 czerwca najwyższa kara wyniesie aż 6900 zł. Dotkliwe kary czekają także na kierowców, którzy z wykupem polisy spóźnili się tylko nieznacznie. Przerwanie ciągłości do 3 dni to grzywna rzędu 1350 zł (w pierwszej połowie roku) i 1380 zł (po 30 czerwca 2023 roku).



TEATRY:
TEATR STARY (ul. Jezuicka 18): brak spektakli

TEATR OSTERWY (ul. Narutowicza 17): PIĄTEK SOBOTA: **Diabelski młyn** – 16.00; **Nad Niemnem** – 18.00
NIEDZIELA: **Diabelski młyn** – 20.00; **Nad Niemnem** – 16.00

TEATR MUZYCZNY (ul. Curie-Skłodowskiej 5): SOBOTA: **Phantom** – 18.00 NIEDZIELA: **Phantom** – 17.00

TEATR ANDERSENA (plac Teatralny 1): PIĄTEK SOBOTA: **Alicja w Krainie Czarów** – 16.00
NIEDZIELA: **Alicja w Krainie Czarów** – 12.00

CENTRUM KULTURY (ul. Peowiaków 12): brak spektakli
FILHARMONIA LUBELSKA (ul. Curie-Skłodowskiej 5): PIĄTEK: **Koncert karnawałowy** – 19.00



KINA:
CINEMA CITY PLAZA (ul. Lipowa 13): PIĄTEK SOBOTA

NIEDZIELA: **Avatar: Istota wody 2D dubbing** – 13.10; **Avatar: Istota wody 2D napisy** – 16.40, 20.20; **Avatar: Istota wody 3D dubbing** – 10.40, 12.10, 16.00, 17.00, 20.50; **Avatar: Istota wody 3D napisy** – 14.20, 18.10, 19.50; **Fabelmanowie** – 13.30; **Gra Fortuny** – 22.00; **Kierunek: Księżyc!** – 10.10; **Kot w butach: Ostatnie życzenie** – 10.00, 11.15, 12.15, 13.30, 15.45, 16.45, 18.00, 19.00; **M3gan** – 21.15; **Na twoim miejscu** – 11.20, 14.30, 16.50, 19.10, 21.30; **Pan Zabawka** – 10.45, 14.30; **Wielki zielony krokodyl domowy** – 11.10; **W trójkącie** – 11.30, 13.40, 20.30; **Wystrzałowe wesele** – 16.40, 18.50, 21.10

CINEMA CITY FELICITY (al. Witosa 32): PIĄTEK SOBOTA NIEDZIELA: **Avatar: Istota wody 2D dubbing** – 10.30, 14.20, 18.10; **Avatar: Istota wody 2D napisy** – 20.00; **Avatar: Istota wody 3D dubbing** – 11.40, 15.40, 16.40, 19.30; **Avatar: Istota wody 3D napisy** – 13.20, 20.30; **Avatar: Istota wody 3D 4DX dubbing** – 10.00, 13.50; **Avatar: Istota wody 3D 4DX napisy** – 17.40, 21.30; **Fabelmanowie** – 13.40; **Gra Fortuny** – 21.45; **Kierunek: Księżyc!** – 10.15; **Kot w butach: Ostatnie życzenie** – 10.00, 11.00, 12.15, 13.15, 14.0, 15.30, 16.45, 17.45, 19.00; **M3gan** – 21.10; **Na twoim miejscu** – 13.00, 15.15, 17.30, 19.45, 22.00; **Pan Zabawka** – 11.10; **Whitney Houston: I wanna dance with somebody** – 15.10; **Wielki Zielony Krokodyl Domowy** – 10.40, 11.00; **W trójkącie** – 12.10, 18.00, 21.00; **Wystrzałowe wesele** – 17.10, 19.30, 22.00

MULTIKINO (Galeria Olimp, al. Spółdzielczości Pracy 36b): PIĄTEK: **Avatar: Istota wody 2D dubbing** – 10.10, 12.25, 14.10, 18.10; **Avatar: Istota wody 2D ukraiński dubbing** – 19.30; **Avatar: Istota wody 2D napisy** – 16.20, 20.15; **Avatar: Istota wody 3D dubbing** – 11.15, 15.15, 19.15; **Fabelmanowie** – 12.40; **Kot w butach: Ostatnie życzenie** – 10.00, 10.45, 11.50, 13.20, 14.25, 15.55, 17.00, 18.30; **Listy do M. 5** – 21.00; **Na twoim miejscu** – 15.20, 17.45, 20.10; **Pan Zabawka** – 10.00, 11.55, 14.35; **Wielki zielony krokodyl domowy** – 10.15, 12.45; **W trójkącie** – 17.15, 20.30; **Wystrzałowe wesele** – 15.55, 18.20, 20.45
SOBOTA: **Andre Rieu w Dublinie** – 18.00; **Avatar: Istota wody 2D dubbing** – 10.00, 12.25,

14.00; **Avatar: Istota wody 2D ukraiński dubbing** – 19.30; **Avatar: Istota wody 2D napisy** – 16.20, 20.15; **Avatar: Istota wody 3D dubbing** – 11.15, 15.15, 19.15; **Fabelmanowie** – 12.40; **Kot w butach: Ostatnie życzenie** – 10.00, 10.45, 11.50, 13.20, 14.25, 15.55, 17.00, 18.30; **Listy do M. 5** – 20.50; **Na twoim miejscu** – 15.20, 17.45, 20.10; **Pan Zabawka** – 10.00, 11.55, 14.35; **Terrifier 2: Masakra w święta** – 21.00; **Wielki zielony krokodyl domowy** – 10.15, 12.45; **W trójkącie** – 17.15, 20.30; **Wystrzałowe wesele** – 15.55, 18.20, 20.45
NIEDZIELA: **Andre Rieu w Dublinie** – 15.00; **Avatar: Istota wody 2D dubbing** – 10.10, 12.25, 18.00; **Avatar: Istota wody 2D ukraiński dubbing** – 19.30; **Avatar: Istota wody 2D napisy** – 16.20, 20.15; **Avatar: Istota wody 3D dubbing** – 11.15, 15.15, 19.15; **Fabelmanowie** – 12.40; **Kot w butach: Ostatnie życzenie** – 10.00, 10.45, 11.50, 13.20, 14.25, 15.55, 17.00, 18.30; **Listy do M. 5** – 21.00; **Na twoim miejscu** – 15.20, 17.45, 20.10; **Pan Zabawka** – 10.00, 11.55, 14.35; **Terrifier 2: Masakra w święta** – 21.00; **Wielki zielony krokodyl domowy** – 10.15, 12.45; **W trójkącie** – 17.15, 20.30; **Wystrzałowe wesele** – 15.55, 18.20, 20.45
KINO BAJKA (UL. Radziszewskiego 8): PIĄTEK SOBOTA: **Przytul mnie: Poszukiwacze miodu** – 12.45; **Fabelmanowie** – 14.00, 17.00; **W trójkącie** – 14.15, 17.15, 19.45; **Na twoim miejscu** – 20.15
NIEDZIELA: **Przytul mnie: Poszukiwacze miodu** – 12.45; **Andre Rieu w Dublinie** – 14.30; **Fabelmanowie** – 17.00; **W trójkącie** – 17.15, 19.45; **Na twoim miejscu** – 20.15

CENTRUM KULTURY (ul. Peowiaków 12): brak seansów
CENTRUM SPOTKANIA KULTUR (plac Teatralny 1): PIĄTEK SOBOTA: **Kobieta na dachu** – 19.00
NIEDZIELA: **Kobieta na dachu** – 18.00

DKF 16 (ul. Kiepury 5a): brak seansów
PUŁAWY SYBILLA (ul. Partyzantów 6): PIĄTEK SOBOTA NIEDZIELA: **Kot w butach: Ostatnie życzenie** – 12.00, 14.00, 16.00, 18.00; **Wystrzałowe wesele** – 20.00
BIAŁA PODLASKA – MERKURY (ul. Brzeska 43): PIĄTEK SOBOTA NIEDZIELA: **Kot w butach: Ostatnie życzenie** – 11.30, 13.40, 15.50, 18.00; **Whitney Houston: I wanna dance with somebody** – 20.00

ŚWIDNIK – LOT (al. Lotników Polskich 24): PIĄTEK SOBOTA NIEDZIELA: **Kot w butach: Ostatnie życzenie** – 15.15, 17.30; **Wystrzałowe wesele** – 19.40
ZAMOŚĆ – STYLOWY (ul. Odrodzenia 9): PIĄTEK SOBOTA NIEDZIELA: **Avatar: Istota wody 2D napisy** – 17.00; **Avatar: Istota wody 3D dubbing** – 12.00, 15.45; **Avatar: Istota wody 3D napisy** – 19.30; **Kot w butach: Ostatnie życzenie** – 12.30, 13.45, 14.45, 16.00, 18.15; **Na twoim miejscu** – 14.45, 20.30; **W trójkącie** – 19.15; **Wystrzałowe wesele** – 17.00, 20.45
CHEŁM – ZORZA (ul. Strażacka 2): PIĄTEK: **Kot w butach: Ostatnie życzenie** – 13.00, 15.30, 17.45; **W trójkącie** – 20.00
SOBOTA NIEDZIELA: **Kot w butach: Ostatnie życzenie** – 11.00, 13.15, 15.30, 17.45; **W trójkącie** – 20.00

ŁUKÓW – ŁOK (ul. Wyszyńskiego 20): PIĄTEK SOBOTA NIEDZIELA: **Wielki zielony krokodyl domowy** – 14.45, 16.45; **Avatar: Istota wody** – 18.45
LUBARTÓW – LEWART (Rynek II 1): SOBOTA NIEDZIELA: **Kot w butach: Ostatnie życzenie** – 15.00, 17.00; **Wystrzałowe wesele** – 19.30



FOT. PIOTR MICHAŁSKI/ARCHIWUM

Moriah Woods

MUZYKA Pochodząca z Kolorado artystka od lat mieszka w Polsce. Właśnie wydała nową płytę, którą będzie promować w Lublinie. Koncert Moriah Woods w sobotę, 7 stycz-

nia, o godz. 18.30 w Fabryce Kultury Zgrzyt (al. Pilsudskiego 13).

Krążek nosi tytuł „Human” i ukazał się w grudniu 2022 roku. Moriah Woods w swojej twórczości opowiada

o zawiłościach umysłu i ludzkiej kondycji.

Artystka do tej pory wypuściła dwa albumy studyjne pod własnym nazwiskiem. Ma w swoim dorobku również krążek nagrany z zespo-

łem The Feral Trees oraz singiel „Our Voice/Nasz Głos” z Anitą Lipnicką.

Support artystce zapewni zespół Hamani. Bilety na koncert dostępne są na platformie kupbilecik.pl. **DAD**

Andrzej Poniedzielski

NA SCENIE Nową płytę będzie promował w Lublinie Andrzej Poniedzielski. Kabaletowy koncert z piosenkami pełnymi humoru już 6 stycznia o godzinie 19 w Centrum Spotkania Kultur (plac Teatralny 1).

Andrzej Poniedzielski to popularny satyryk, poeta,

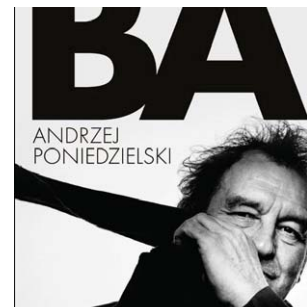
ale także autor tekstów (pisał m.in. dla Grzegorza Turnaua, Edyty Geppert czy Dawida Podsiadło). W Lublinie wykona piosenki ze swojej nowej płyty, ale nie zabraknie także innych utworów.

- Osobowość i teksty Andrzeja Poniedzielskiego mają wyjątkowy urok, który

doskonale wybrzmiewa ze sceny i w kontakcie z publicznością. To zarazem podróż do poezji pełnej marzeń, tęsknot i miłości - zapowiadają organizatorzy wydarzenia.

Bilety na koncert kosztują od 70 do 140 zł.

DAD



Chodzenie z gwiazdą w Skansenie

TRADYCJA 6 stycznia o godz. 12.30 w Muzeum Wsi Lubelskiej rozpocznie się wydarzenie zatytułowane „Chodzenie z gwiazdą” z udziałem zespołu śpiewaczego.

Będą to pokazy nawiązujące do dawnego obrzędu kołędniczego. Kołędnicy podchodzili pod okna, kręcili rozświetloną gwiazdą i śpiewali pieśni kołędnicze. - Chodzący z gwiazdą nie byli specjalnie poprzebie-rani, gwiazda stanowiła ich najważniejszy atrybut identyfikujący i symbolizowała

gwiazdę biblijną prowadzącą do miejsca narodzenia Chrystusa. Nawiązuje ona także do pierwszej gwiazdy widocznej na niebie w wieczór wigilijny od której pojawienia rozpoczyna się czas świętowania - opowiadają organizatorzy wydarzenia.

W trakcie pokazów grupa kołędnic ruszy z gwiazdą od chałupy do chałupy, by odwiedzić z kołędą gospodarzy i kawalera na wydaniu. Start spod kapliczki z Kolanówki (sektor Wyżyna Lubelska).

DAD



Zaczynij od Bacha

MUZYKA Największe przeboje z repertuaru Zbigniewa Wodeckiego m.in. „Izolda”, „Lubię wracać”, „Z tobą chcę oglądać świat”... W piątek, 13 stycznia o godzinie 19 w Filharmonii Lubelskiej rozpocznie się koncert karnawałowy „Zaczynij od Bacha”.

W specjalnie na tę okazję przygotowanym programie wystąpią wyjątkowi wokaliści

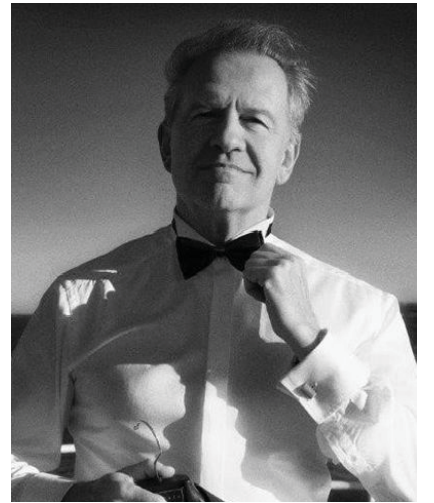
znani między innymi z takich programów jak „The Voice of Poland”, czy „Must be the music”, którzy na co dzień współpracują z artystami takimi jak: Edyta Górniak, Margaret, Natalia Kukulska, Mieczysław Szczepniak, czy Stanisław Soyka.

To **KAROLINA LESZKO** (wokal) i Daniel Cebula-Orynicz (wokal). Towarzyszyć im będzie Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Lubelskiej pod batutą Sławomira Chrzanowskiego.

Bilety w cenie 50-80 złotych dostępne na stronie filharmonialubelska.pl.



Przeboje z filmów i seriali



MUZYKA „Noce i dnie”, „Trędowata” czy „Vabank”. W piątek, 6 stycznia o godzinie 19, w Filharmonii Lubelskiej rozpocznie się koncert muzyki z polskich filmów i seriali.

Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Lubelskiej pod batutą Janusza Powolnego wystąpi z udziałem Katarzyny Jamróz i Tomasza Stockingera.

W repertuarze koncertu znajdą się kompozycje z filmów i seriali takich jak: „Noce i dnie”, „Trędowata”, „Przygody Pana Michała”, „Czarne chmury”, „Dom”, „Brunet wieczorową porą”, „Ziemia obiecana”, „Ogniem i mieczem” czy „Vabank” i „Klan”.

Bilety na wydarzenie kosztują od 50 do 80 zł.

DAD

Noworoczne granie

MUZYKA Lubelska Orkiestra Muzyki Rozrywkowej FeelHarmonia wystąpi w Chatce Żaka z charytatywnym koncertem noworocznym, który zaplanowano na 12 stycznia o godz. 18. Będzie można wesprzeć zwierzęta.

FeelHarmonia to projekt zrzeszający osoby, które uczyły się grać na instrumencie, ale nie zostały zawodowymi muzykami. Członków grupy łączy miłość do muzyki, a także chęć dzielenia się swoją muzyczną pasją.

W trakcie wydarzenia prowadzona będzie zbiórka na rzecz stowarzyszeń Wolontariat Schroniska dla psów w Nowodworze oraz Psy z Bronic Szukają Domów.

Aby wziąć udział w koncercie, należy dostarczyć karmę dla psów, podkłady higieniczne dla szczeniaków, smycze, obroże, psie zabawki lub środki przeciwko pchłom.

DAD

Do trzech razy sztuka

DO ZOBACZENIA Dom Kultury LSM (ul. Wallenroda 4a) zaprasza na wernisaż wystawy malarstwa i grafiki „Do trzech razy sztuka” - 10 stycznia o 17. Będzie można obejrzeć prace Agnieszki Gadzińskiej-Kity oraz jej córek: Pauliny i Magdaleny.

Agnieszka Gadzińska-Kita to absolwentka Instytutu Wychowania Artystycznego UMCS w Lublinie. Dyplom z malarstwa uzyskała w 1986 roku w pracowni prof. Mariana Stelmasika. Zajmuje się malarstwem i rysunkiem.

Magda Kita, absolwentka Liceum Plastycznego im. Cypriana Kamila Norwida w Lublinie, zaprezentuje prace w technice oleju, akrylu i grafiki komputerowej. Z kolei Paulina Kita ukończyła Liceum Plastyczne im. Cypriana Kamila Norwida – dyplom ze specjalizacji Tkanina artystyczna. Jest absolwentką Wydziału Artystycznego UMCS na kierunku Grafika, w 2014 roku obroniła dyplom z grafiki projektowej w pracowni prof. Piotra Lecha. Jest zwolenniczką sztuki abstrakcyjnej, szczególnie bliski jest jej suprematyzm, czyli sztuka oparta na wrażeniu towarzyszącemu odbiorowi dzieła.

- Ta wystawa to nie tylko okazja do obserwacji rozwoju artystycznego matki i córek, ale także do zrozumienia ich indywidualnych perspektyw i sposobu widzenia świata - zachęcają organizatorzy.

DAD

Fajne Ferie na Czubah i Węglinie

WYDARZENIE Trwają zapisy na twórcze warsztaty zimowe w Dzielnicowych Domach Kultury Węglin (ul. Judyma 2a) i Czuby Południowe (ul. Wyżynna 16). Przed nami kolejna edycja F2, czyli Fajnych Ferii

Obie instytucje zapraszają na zimowe zajęcia w dniach 16-20 stycznia (1 tydzień warsztatowy) oraz 23-27 stycznia (2 tydzień warsztatowy). Spotkania będą się odbywać w godz. 9-15.

W DDK Węglin zajęcia poprowadzą Paula Krać, Monika Mużacz, Anna Chabros-Piłat i Jolanta Pysznik. W pierwszym tygodniu ferii będą odbywały się warsztaty plastyczne oraz warsztaty zabaw ruchowych i gier różnego typu.



Dzieci wykonają m.in. papierowe witraże, ekozabawki, notatki wizualne, kartki okolicznościowe oraz minirzeźby. Drugi tydzień zajęć będzie obfitował w warsztaty plastyczne oraz warsztaty różnych form teatralnych.

Z kolei na Czubah Południowych pierwszy tydzień ferii przebiegnie pod znakiem architektury i urbanistyki oraz tworzenia makramowych ozdób i zabaw ruchowych. Z kolei w dniach 23-27 stycznia dzieci będą kontynuować

przygodę z artystycznym wiązaniem sznurków. Warsztaty poprowadzą: Monika Michalska, Michał Patyk i Yaryna Posuniak.

Zajęcia przeznaczone są dla dzieci w wieku 7-12 lat. Koszt udziału (od dziecka) wynosi 200 zł za jeden tydzień warsztatowy. Zapisy przyjmowane będą od 5 stycznia, od godz. 8 do wyczerpania limitu miejsc wyłącznie przez formularze zgłoszeniowe dostępne online na stronach internetowych instytucji.

DAD

Koncert na 70-lecie Zespołu Pieśni i Tańca Śląsk

WYDARZENIE Centrum Spotkania Kultur (plac Teatralny 1) zaprasza na jubileuszowy koncert Zespołu Pieśni i Tańca Śląsk: w niedzielę, 8 stycznia, o godzinie 16

Tego wieczora w Centrum Spotkania Kultur wystąpi blisko 100 artystów, w tym członkowie baletu oraz chóru. Widzowie będą mogli zobaczyć wspaniałe stroje, które przebogata kolorystyką i formą perfekcyjnie oddają nastrój wykonywanych utworów.

Artyści zaprezentują w Lublinie najpiękniejszy repertuar ze swojego 70-letniego



dorobku. W repertuarze znajdą się m.in. kompozycje i opracowania muzyczne Stanisława Hadyny, Wojciecha Kilara i układy choreograficzne Elwiry Kamińskiej oraz Juraja Kubanki, Władysława Stefanika i Jarosława Świątki – autorów sukcesu Zespołu „Śląsk”.

Bilety dostępne m.in. za pośrednictwem platformy bilety.na.pl. Koszt: 120-140 złotych.

DAD

Andrzej Brzeziecki

DO CZYTANIA „Kocio Kozioł Senator. Biografia Krzysztofa Kozłowskiego” to tytuł nowej książki Andrzeja Brzezieckiego, której promocja odbędzie się w lubelskiej Bramie Grodzkiej (ul. Grodzka 21). Spotkanie, które będzie również transmitowane online, odbędzie się 9 stycznia o godz. 18.

Andrzej Brzeziecki to pisarz i publicysta. Jest wieloletnim publicystą „Tygodnika Powszechnego”, założycielem i byłym redaktorem naczelnym dwumiesięcznika „Nowa Europa Wschodnia”. Wydał m.in. książki „Czerniawski. Polak który oszukał Hitlera” (2018) oraz „Wielka gra majora Żychonia. As wywiadu kontra Rzesza” (2021).

Spotkanie w Bramie Grodzkiej poświęcone będzie najnowszej książce autora poświęconej postaci Krzysztofa Kozłowskiego - zmarłego w 2013 roku ministra spraw wewnętrznych oraz senatora kilku kadencji.

Spotkanie poprowadzi Wojciech Samoliński. Wstęp wolny. Wydarzenie będzie również transmitowane online na kanale YouTube Bramy Grodzkiej – Teatru NN.

DAD

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	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

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	30	31	32	33
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Cebulowa z Goraja, chrzanowa z Roztocza, kapuśniak z Konopnicy

Czyli posilne zupy na poświęteczne oczyszczenie. Warto w pierwszy dniach stycznia trochę popuścić. Na przykład ograniczyć obiad do posilnej zupy. Żołądek odpocznie, będzie lżej na ciele i duszy



Waldemar Sulisz

Zupy to polska specjalność. Zagraniczni turyści odwiedzający Lublin i nasz region nie mogą wyjść z podziwu, że w restauracjach jest klika zup do wyboru, a Polacy w domach codziennie, lub co dwa dni gotują zupy.

Na zachodzie zupy kupuje się w puszcze, podgrzewa i gotowe. A tymczasem w Polsce zupa to część wielkiej tradycji kuchni staropolskiej. Staropolskie rosół, żury i lekkie polewki były dowodem na to, że od kilkuset lat Polacy znali się na zupach. I znają się nadal. Kiedy zagraniczni turyści pytają polskich znajomych o zupy, ci jednym tchem wymieniają gotowane w domu rosół, żurki, zalewajki, pomidorowe i ogórkowe. Jednak najstarszą polską zupą jest najprawdopodobniej zupa grzybowa, zapisane receptury na nią pochodzą z XVII wieku. Ciekawe są przepisy na polewki rybne i polewki grochowe.

Dużą wagę przywiązywano do zup wzmacniających. Oto „Zupa wzmacniająca dla wyzdrowiających” i porada ze Lwia sprzed 200 lat.

„Ugotuj jaja na pół twardo, i rozkłóć albo z winem albo z cukrem i cynamonem, albo z rosółem, do którego wysyp trochę kwiatu muszkatołowego, ten rosół urządzić z grzankami z bułek i dawaj choremu rano i wieczór. Podług upodobania biorą się tylko krumeczki chleba maczane w winie albo w soku cytrynowym, na które się potem cienki rosół z mięsa leje, a korzenia i jaja już się więcej nie dodaje” – podaje prof. Jarosław Dumanowski z Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu.

A my proponujemy taki zestaw posilnych zup na styczeń 2023. Zaczynamy od czerwonego barszczyku według receptury z restauracji Przysań w Lublinie.

Barszczyk czerwony z kołdunami

SKŁADNIKI: na barszczyk. 2 kg buraków, majeranek, sól, pieprz, sól, cukier, przyprawa warzywna, ocet, czosnek. Na kołduny: 50 dag okrawków z wołowiny, 50 dag toju wołowego, 1 główka czosnku, 1 cebula, sól, pieprz.

WYKONANIE: Obrać buraki, pokroić w kawałki, posypać solą i cukrem, przyprawą. Odstawić na kilka godzin. Zalać 2 litrami wody, zagotować, zakwasić octem lub sokiem z cytryny. Po kilku godzinach odcedzić barszcz, doprawić pieprzem, majerankiem i świeżym czosnkiem do smaku. Kołduny: Wszystkie składniki zmieścić, doprawić solą, pieprzem, majerankiem. Formować na małe kuleczki, zawinąć w ciasto pierogowe. Gotować. Włożyć kołduny do bulionówek. Zalać gorącym barszczem.

Cebulowa z Goraja

SKŁADNIKI: 1 kg wędzonych kości wieprzowych, 3 kg cebuli, 1 kg marchwi, 1 kg ziemniaków, 0,5 kg selera, 50 dag pietruszki, około 5 litrów wody i przyprawy: ziele angielskie, liść laurowy, pieprz czarny ziarnisty i mielony, pieprz ziołowy, sól do smaku, olej rzepakowy, kieliszek śliwownicy.

WYKONANIE: nastawić wędzone kości wieprzowe z ziołami i gotować wywar przez trzy, cztery godziny. Przecedzić przez gęste sito i odstawić na pół godziny, żeby przyprawy opadły na dno. Odcedzić jeszcze raz. Cebulę podsmażyć na oleju rzepakowym. Kiedy nabierze ładnego koloru, wlać kieliszek śliwownicy, podpalić. Kiedy ogień zgaśnie, przełożyć do garnka i zalać bulionem. Można zmiksować. Podawać z cebularzem.

Chrzanowa z Roztocza

SKŁADNIKI: litr maślanek, 5 łyżek świeżo startego chrzanu, 15 dag wędzonego żeberka, 20 dag wiejskiej, 3



jajka na twardo, śmietana, łyżka maki, 3 ząbki czosnku, sól, pieprz.

WYKONANIE: Maślanek podgrzać, dodać podsmażone wędliny. Zagotować. Doprawić solą, pieprzem i śmietaną, roztrzebaną z mąką. Dodać pokrojone jajka na twardo. Podawać z ziemniakami (na osobnym talerzu) suto kraszonymi słonią.

Chrzanowa z pieczonymi ziemniakami

podana z grillowanym ozorkiem wieprzowym oraz pesto pietruszkowym według Kuby Piętowskiego.

SKŁADNIKI: 1 por biała część, 1/3 selera, 1 cebula, 2 ząbki czosnku, 800 ml bulionu warzywnego, sól, pieprz, 1 liść laurowy, 2 ziela angielskie, majeranek, 1 łyżka chrzanu tartego, czubata natka pietruszki, 3 łyżki śmietany 18 % ukwaszonej, 2 ziemniaki, rozmaryn, 3 łyżki oliwy, sól. Na pesto: 7,5 dag natki pietruszki, 1,5 dag parmezanu, 1, 5 dag ziaren słonecznika, szczypta posiekanej papryczki chili, 2 łyżeczki soku z cytryny, mały ząbek czosnku (przecisnąć przez prasę), 100 ml oliwy extra virgin, sól morską.

WYKONANIE: ziemniaki wyszorować, nacinać na całej długości cienkie plasterki. Posolić, posypać rozmarynem, polać oliwą. Włożyć na blaszkę i zapiec w piekarniku w tempera-

turze 180 stopni Celsjusza przez 40 minut. Cebulę i czosnek pokroić, przesmażyć na oleju, dodać pokrojonego pora i dalej przesmażyć. Na końcu dodać obrany i starty na tarce seler. Zalać bulionem, dodać liść laurowy, ziele i gotować na wolnym ogniu około 15 minut. Na końcu dodać chrzan tarty i zmiksować blenderem. Do śmietany dodać dwie łyżki zupy, wymieszać i dopiero wlać do zupy. Już nie gotować. Doprawić solą, pieprzem, majerankiem i natką. Pesto pietruszkowe: odciąć twarde łodygi pietruszki, można je wykorzystać np. do ugotowania bulionu. Listki zmiksować z czosnkiem, parmezanem, ziarnami słonecznika, chili i sokiem z cytryny. Dolać oliwę i ponownie zmiksować, doprawić solą.

Gryczana na boczku

SKŁADNIKI: 1 kg ziemniaków, 10 dag kaszy gryczanej, 20 dag boczku wędzonego, listek laurowy, ziele, pieprz, sól, zielenina do smaku.

WYKONANIE: boczek pokroić w kostkę, podsmażyć na złoty kolor, nie przypalić. Zalać przegotowaną wodą, żeby wydobyć smak sosu. Zaczekać, kiedy boczek będzie miękki. Osobno ugotować ok. 1,5 litra wody z kaszą, wrzucić pokrojone ziemniaki w kostkę, dodać przyprawy, posolić



do smaku. Kiedy ziemniaki będą miękkie, dodać boczek, pogotować jeszcze chwilę. Posypać zieloną pietruszką.

Kapuśniak z Konopnicy na suszonych grzybach i jałowcu

SKŁADNIKI: 25 dag kiszzonej kapusty, 2 cebule, pół selera, 2 marchewki, 2 pietruszki, pół kg żeberka, 2 suszone grzyby, łyżka koncentratu pomidorowego, 6 jagód jałowca, listek, ziele, sól, pieprz, łyżeczka cukru, 1 łyżka masła, 2 łyżeczki maki.

WYKONANIE: namoczone na noc grzyby zalać szklanką przegotowanej wody, ugotować. Obrane warzywa zalać wodą, dodać żeberka, przyprawy, ugotować. Miękkie warzywa wyjąć z wywaru. Posiekaną kapustę włożyć do rondla, zalać przecedzonym wywarem. Gotować 40 minut. Dodać pokrojone w paseczki grzyby, wywar z grzybów, mięso z żeberka. Pogotować, dodać pokrojone warzywa, koncentrat, sól i cukier na smak. Zaprawić zasmażką z masła i maki. Zimowy kapuśniak najlepiej smakuje z kartoflami ze skwarkami podanymi na oddzielnym talerzu.

Oscypkowa Mikołaja Reja

SKŁADNIKI: 10 łyżek grubo startego oscypka 2 żółtka 2 cebule 40 dag tłuszczu 200 g chleba 1 l bulionu warzywnego sól.

WYKONANIE: w kociołku rozpuścić tłuszcz, wrzucić bardzo drobno posiekaną cebulę, podsmażyć, wrzucić chleb pokrojony w kostkę i przyrumienić z cebulką. Zalać bulionem. Niech sobie pobulguje w garnku. Po kwadransie wsypać oscypek i rozmeszać żółtkami. Można doprawić gałką muszkatołową.

Polewka ułańska

SKŁADNIKI: 1,5 litra bulionu wołowego, 20 dag boczku, 25 dag brązowej soczewicy, 1 cebula, 2 marchewki, pół selera, listek laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz,

3 łyżki jasnego piwa, 2 łyżki maki, masło.

WYKONANIE: na patelni zeszklić boczek z cebulą. Marchew i seler pokroić w kostkę, zalać wodą, dodać przyprawy, zagotować. Dodać boczek z cebulą. W oddzielnym garnku ugotować soczewicę, odlać wodę, wypłukać. Do zupy dodać soczewicę i bulion. Zagotować. Zaprawić 3 łyżkami jasnego piwa. Na maśle podsmażyć mąkę, dodać do zupy.

Styczniowa zalewajka

SKŁADNIKI: 1 kg ziemniaków, 1 szklanka wywaru z szynki, 15 dag wędzonego boczku, 15 dag wiejskiej kiełbasy, włoszczyzna (bez kapusty), 1 łyżka oleju, 2 duże cebule, 6 ząbków czosnku, 6 suszonych prawdziwków, butelka białego barszczu, majeranek, pieprz, sól, świeży korzeń chrzanu.

WYKONANIE: w wywarze z szynki (szynkę odłożyć na wędlinę) ugotować ziemniaki. Grzyby namoczone na noc pokroić. Włoszczyznę obrać i razem z grzybami dodać do gotujących się ziemniaków. Na patelni zrumienić cebulę pokrojoną w kostkę. Dodać pokrojony boczek i kiełbasę. Podsmażyć. Dodać do ziemniaków, wlać biały barszcz, zagotować. Przyprawić solą, pieprzem, majerankiem i zmiażdżonym czosnkiem. Na sam koniec nastrugać świeży chrzanu.

Węgierska paprykowa

SKŁADNIKI: 5 czerwonych słodkich papryk, 5 ziemniaków, natka pietruszki, 4 łyżki posiekanego szczypiorku, 4 łyżki oleju, sól, pieprz.

WYKONANIE: z papryki usunąć nasiona. Pokroić w kostkę razem z ziemniakami. Ugotować ziemniaki w osolonej wodzie. Dodać paprykę, gotować 10 minut. Dodać olej i sól. Doprawić pieprzem. Rozlać do talerzy, dodać pietruszkę i szczypiorek. Można zaprawić śmietaną. Smaczność.