

**Cała
szkoła na
wolontariacie**

Są sprawy ważne i ważniejsze.
Teraz jesteśmy potrzebne
STRONA 2



**Jak i gdzie
pomagać**

Czasami trzeba kogoś przytulić,
bo zaczynają się rozklejać
STRONY 4-5



4 miesiące i 6 dni

Samego wypadku nie pamiętam. Pamiętam momenty w Budziku. Teraz wiem, że to była śpiączka. Wtedy miałam wrażenie, że to normalny dzień tylko oczy miałam zamknięte – opowiada Marta Tomasik

Cała szkoła na wolontariacie

Gdyby nie było wojny, spotykałyby się ze znajomymi, „siedziały” na Facebooku albo TikToku. Miałaby czas na obejrzenie serialu, spacer czy rozmowy z rodziną. Tyle, że wojna jest. Na Ukrainie, bardzo blisko. I przewartościowała życie Laury, Oli, Patrycji, Natalii, Aleksandry, Julii i Mai z tomaszowskiego „Bartosza”, a także wielu ich rówieśników

Anna Szewc

Liceum Ogólnokształcące im. Bartosza Głowackiego w Tomaszowie Lubelskim ma 510 uczniów.

– W tej chwili chyba nie ma ani jednej osoby, która w mniejszym lub większym stopniu nie zaangażowała się w wolontariat i pomoc uchodźcom z Ukrainy – mówi Leszek Bober, dyrektor szkoły.

Ręce do pracy „na już”

Była niedziela, czwarty dzień rosyjskiej agresji na Ukrainę, ostatni dzień ferii zimowych dla wszystkich uczniów w naszym województwie. Okazało się, że w Sokolni (wiekowa hala sportowa Zespołu Szkół Techniczno Motoryzacyjnych w Tomaszowie Lubelskim) utworzono wielki magazyn z darami dla uchodźców i brakowało rąk do pracy przy segregacji tego, co ofiarowali ludzie. Pomoc była potrzebna „na już”.

– Tego dnia udało nam się zorganizować grupę ok. 20 uczniów z naszej szkoły, z samorządu i koła PCK – opowiada Agnieszka Łasocha-Halusiak, która wspólnie z Beatą Głuszcem opiekuje się samorządem uczniowskim w „Bartoszu”.

– Przed nami były potężne góry różnych rzeczy, przede wszystkim ubrań. Nasze zadanie polegało na segregowaniu, najpierw na damskie, męskie i dziecięce, a później rozmiarami – wspomina Ola Halusiak.

Pracowali na zmiany, po 5-6 godzin. W poniedziałek w szkole ogłoszono, że wolontariuszy potrzeba więcej. Zaczęli się zgłaszać, oczywiście ze zgodą swoich rodziców.

Trzeba znaleźć czas na wszystko

– Zależało nam, by uczniowie nie tracili lekcji, więc do Sokolni chodzili i chodzili tylko popołudniami. I pracują maksymalnie do godziny 21, także w weekendy, aby mogli wrócić do domu i odpocząć przed następnym dniem w szkole – mówi dyrektor.

Wolontariuszki z samorządu zdecydowały, że zbiórkę przeprowadzą też w szkole. Apelowali o to, co w danym momencie było najbardziej potrzebne, głównie myślały o dzieciach uchodźców. Najpierw zbierano więc zabawki, później słodycze, a potem już także kaszki, słoiczki, pielnuszki...

– Naprawdę bardzo wiele osób się zaangażowało. Przyносили dary, ale też pomagali przy segregacji w szkole

– opowiada Laura Ostromecka.

– Żeby szło sprawnie i żeby nie zarywać za bardzo lekcji, podzieliśmy się na 2-3 osobowe zespoły – dodaje Patrycja Krzyszycha.

Dziewczeta były i są gotowe wykonywać wszystkie powierzane im zadania. Przyznają, że odczuwają zmęczenie, bo rano szkoła, po niej odrabianie lekcji i nauka, jakieś dodatkowe zajęcia, później wolontariat. I tak dzień w dzień. Ale póki co, nie odpuszczają.

– Są sprawy ważne i ważniejsze. Teraz jesteśmy potrzebne

– mówi Patrycja, a jej koleżanki kiwają głowami.

Noclegownia w szkolnej hali

Ale od kilku dni przed młodzieżą „Bartosza” dodatkowe wyzwania.

W ostatnią niedzielę w ich sali sportowej powstała filia punktu recepcyjnego. Stworzono tam miejsce odpoczynku dla ok. 400 osób. Bywa, że uchodźców pojawia się jeszcze więcej. Koordynatorką całości jest Beata Grela, wicedyrektor LO. Zorganizowała wszystko od podstaw: na przygotowaniu łóżek, materacy i karimat poczynając, a na zarządzaniu pracą bardzo wielu osób kończąc. Na szczęście, póki co, w ludziach jest zapał. Wolontariuszy nie brakuje. Są wśród nich nauczyciele, jest także bardzo wiele licealistek i licealistów, m.in. Natalia Ferenc, Aleksandra Danielkiewicz, Julia Romańczuk i Maja Dąbrowska, koleżanki z klasy drugiej matematyczno-fizycznej.

Gdyby nie było wojny...

Każda z dziewcząt, decydując się na wolontariat z czegoś musiała zrezygnować.

Natalia mówi, że gdyby nie było wojny, na pewno miała by czas, aby spotykać się ze znajomymi, pograć, poćwiczyć w domu, bo lubi.

Aleksandra przyznaje, że więcej by odpoczywała.

Julka nie pamięta, kiedy spokojnie siedziała z telefonem w ręce. – Ale okazuje się, że bez tego można żyć i czuć się naprawdę dobrze – zapewnia.

Maja ma poczucie życia w pośpiechu, bo trenuje siatkówkę i z tego zrezygnować nie może, ale musi to godzić i z nauką, i z pomocą w szkole.



Nie twierdzą, że jest łatwo. Ale niczego nie żałują. I nie chcą się wycofywać.

– Myślę, że to doświadczenie na pewno młodzież wzbogaci. Żyli dotychczas

spokojnie, wszystko z reguły przychodziło łatwo, było na wyciągnięcie ręki, a nagle okazało się, że tuż obok nas dzieją się rzeczy tak niewyobrażalne. Że jest

masa ludzi, którzy cierpią, są przerażeni, uciekają, a my możemy im pomóc – uważa Beata Grela. Ma jednak świadomość, że takie doświadczenie na pewno pozostawi

jakieś blizny w młodych ludziach. Laura Ostromecka i Patrycja Krzyszycha, członkinie samorządu uczniowskiego, zaangażowały się – i swoich rówieśników – w zbiórkę darów dla uchodźców

dziach. – Bo kto z nich będzie teraz kiedykolwiek pewien, że wojna to coś, co nas nie dotyczy? – zastanawia się nauczycielka.

– I chyba każdy po prostu się boi, czy ta wojna nie dotrze do nas, bo przecież Ukraina jest tak blisko – przyznaje Aleksandra Danielkiewicz.

– To jest coś, czego zapomnieć się nie da. Ale też nie chcę zapominać, czuję, że powinnam pamiętać – mówi Natalia Ferenc.

Każdej z dziewcząt, z którymi rozmawiam, zadaje samo pytanie: O czym marzysz?

Odpowiedzi, choć różnie sformułowane, sprowadzają się do jednego:

Marzę o normalności.

Natalia Ferenc, Aleksandra Danielkiewicz, Julia Romańczuk i Maja Dąbrowska spędzają wiele godzin na wolontariacie w punkcie recepcyjnym zorganizowanym w hali ich szkoły

FOT. ANNA SZEWC

Laura, Ola Patrycja, Natalia, Aleksandra, Julia i Maja mówią, że już covid odebrał im wiele miesięcy beztroski. Wydawało się, że wszystko powoli wraca na swoje tory, a wtedy Putin zaatakował Ukrainę, a niewinni ludzie zaczęli uciekać przed wojną.

– Jest jeszcze coś ważnego w tym wszystkim – dodaje na koniec Maja Dąbrowska. – Mieliliśmy okazję w innym świetle zobaczyć swoich znajomych. Po tym, jaką postawę przyjęli, teraz widać, kto z nich, jakim jest człowiekiem.

Nie ma szybkiej perspektywy zakończenia tej wojny

ROZMOWA z dr Jakubem Olchowskim z Katedry Bezpieczeństwa Narodowego UMCS i Instytutu Europy Środkowej



Tomasz Maciuszczak

• Dwa tygodnie temu rozpoczęła się rosyjska inwazja na terytorium Ukrainy. Ukraina dzielnie się broni, Rosja kontynuuje ostrzał ukraińskich miast. W tle są prowadzone rokowania pokojowe, które na razie nie przyniosły oczekiwanych efektów. Czy są widoki na szybkie zakończenie tej wojny?

– Niestety, nie ma szybkiej perspektywy zakończenia tej wojny. Rosja potrzebuje sukcesu. Do tej pory nie odniosła żadnego i ten brak wyraźnych sukcesów staje się coraz większym problemem dla Kremla. Dlatego można spodziewać się intensyfikacji działań wojennych.

• Czy ukraiński opór może powstrzymać Putina, czy doprowadzić do coraz bardziej radykalnych, a mniej racjonalnych działań z jego strony?

– Nie jest to wykluczone. Rosjanie byli przekonani, że podporządkują sobie Ukrainę w kilka dni, tymczasem trwa to już dwa tygodnie i do pokonania Ukrainy jest bardzo daleko. Im dłużej to będzie trwało, tym większe będzie prawdopodobieństwo różnych gwałtownych i nerwowych ruchów ze strony rosyjskiej, która zaczyna odczuwać skutki nakładanych sankcji.

Zauważmy też, że pomimo dwóch tygodni brutalnych ataków wymierzonych przede wszystkim w ludność i infrastrukturę cywilną, ukraińska determinacja wcale nie maleje. Morale Ukraińców nie upada, oni cały czas się bronią i zamierzają się bronić.

• Wspomniał pan o nakładanych na Rosję sankcjach. Czy one

przyniosły już jakieś efekty?

– Tego rodzaju sankcje nie mogą przynieść efektów z dnia na dzień, czy nawet z tygodnia na tydzień. Ale jeśli spojrzymy na to, co dzieje się z rosyjską gospodarką i kursem rubla, można założyć, że będzie tylko gorzej dla Rosji.

Niektóre agencje ratingowe twierdzą, że już w tej chwili

Rosja i Białoruś są na granicy bankructwa.

Z czasem coraz bardziej będzie to uderzać w całe rosyjskie społeczeństwo.

• Poza sankcjami systemowymi, są te pośrednie. Największe światowe koncerty wycofują się z Rosji, rosyjscy sportowcy są wykluczani z udziału w międzynarodowych imprezach. Czy takie rzeczy mogą się przełożyć na zmianę myślenia w rosyjskim społeczeństwie?

– Jak ktoś policzył, na Rosję nałożono już prawie sześć tysięcy przeróżnych rodzajów sankcji. Rzecz jasna, to może zmienić sposób myślenia Rosjan, bo bez wątpienia zmieni sposób ich życia. Problem w tym, że będzie to proces długotrwały, a w tym czasie Ukraina będzie niszczone i mordowana. Do tej pory większość Rosjan robi dobrą minę do złej gry i wciąż jest przekonana, że jest to agresja Ukrainy i Zachodu przeciwko Rosji, a nie odwrotnie. Utwierdzają się w syndromie obłąkanej twierdzy i uważają, że „jakoś to będzie”, bo skoro przeżyli najazd faszystowskich Niemiec, to przeżyją również tę „agresję” Zachodu.

Centrum Charkowa zniszczone przez rosyjskie rakie-ty i bomby

FOT.: DSN.S.GOV.UA/PANSTWOWA SŁUŻBA UKRAINY DS. SYTUACJI NADZWYŻAJNYCH

To się zmieni wtedy, kiedy do Rosji zaczną docierać szeroko informacje o tym, że to naprawdę jest wojna i to armia rosyjska jest agresorem i morduje dzieci.

Teraz rosyjska machina propagandowa działa na pełnych obrotach i blokuje rzetelne informacje, ale kiedy do kraju zaczną wracać ciała poległych żołnierzy, może dopiero wtedy rosyjskie społeczeństwo zacznie się budzić. Tak było zresztą w przypadku wojen w Afganistanie i Czeczenii.

• Zachód pomaga Ukrainie wysyłając pomoc humanitarną i wsparcie militarne. W ostatnich dniach trwa gorąca dyskusja o przekazaniu ukraińskiej armii myśliwców. Jak pan ocenia decyzję strony polskiej o ogłoszeniu gotowości dostarczenia naszych myśliwców MIG-29 do

amerykańskiej bazy w Niemczech, skąd miałyby trafić na Ukrainę?

– Wokół tej sprawy narosło wiele kontrowersji i wybuchło spore zamieszanie. Tego rodzaju rozmowy powinny być prowadzone niejawnie, o tym w ogóle nie powinno się informować opinii publicznej. Efekt mamy, jaki mamy i nie jest to dla Polski dobre wizerunkowo. W tej sytuacji to my jesteśmy krytykowani w mediach światowych za dążenie do eskalowania konfliktu i próby wciągania do tego NATO.

• Czy rzeczywiście możliwe jest przekazanie przez europejskie kraje samolotów dla Ukrainy? Wsparcie militarne z Zachodu już tam trafia, ale to kwestii dostarczenia myśliwców towarzyszy gorąca dyskusja i argumenty dotyczące doprowadzenia do eskalacji konfliktu.

– Pytanie, czy rzeczywiście przekazanie tych maszyn jest w stanie coś zmienić. Według NATO nie wpłynie to na ogólny obraz wojny. Tych samolotów musiałoby być znacznie więcej. Z kolei innym problemem jest to, że do tych myśliwców potrzeba wyszkolonych pilotów, obsługi, paliwa itd. Poza tym czym innym jest przewiezienie przez granicę kilku tysięcy np. granatników przeciwpancernych, a czym innym przetransportowanie samolotów.

• W ubiegłym tygodniu Międzynarodowy Trybunał Karny rozpoczął postępowanie w sprawie zbrodni wojennych Rosji na terenie Ukrainy. Co musi się stać, żeby Władimir Putin odpowiedział przed trybunałem w Hadze.

– To nie jest takie proste. Przede wszystkim Rosja nie jest stroną Statutu Rzymskiego, czyli dokumentu, na mocy którego powołano Międzynarodowy Trybunał Karny. Putin mógłby stanąć przed sądem, ale najpierw ktoś musiałby go wydać trybunałowi. Trudno oczekiwać, że Rosja wyda swojego prezydenta i inne osoby z jego otoczenia.

Osób odpowiedzialnych za zbrodnie wojenne poza Putinem jest już w Rosji sporo, poczynając od najwyższych władz, a skończywszy chociażby na pilotach samolotów, którzy bombardują szpitale.

To wszystko są zbrodnie wojenne i ci ludzie powinni stanąć przed sądem. Oby stanęli, ale nie oczekujemy, że to będzie łatwe. W tej chwili doniesienia o prowadzeniu śledztw w tej sprawie mają raczej charakter psychologiczny.

• Wróćmy do rokowań pokojowych. Czy jest szansa, że któraś ze stron pójdzie na ustępstwa? Rozmawialiśmy już o tym, że ta wojna może nie skończyć się szybko, ale czy w dłuższym czasie jest możliwe pokojowe rozwiązanie tego konfliktu?

– To jest mało prawdopodobne. Ani jedna ani druga strona raczej nie ustąpi i w gruncie rzeczy trudno się temu dziwić. Jeśli strona ukraińska ustąpiłaby i przyjęła nawet część rosyjskich żądań, odnoszących się np. do uznania Krymu i Donbasu jako części Federacji Ro-

syjskiej, to tylko zachęciłoby Rosję do wysuwania kolejnych roszczeń. Nie oszukujemy się, celem Rosji nie jest potwierdzenie tego, że Krym jest rosyjski, a republiki doniecka i ługańska to niepodległe państwa.

Tym celem jest zniszczenie ukraińskiej państwowości. Trudno oczekiwać, żeby Ukraina miała ustąpić. Z drugiej strony Rosja też nie będzie w niczym ustępować, bo byłby to potężny cios wizerunkowy. Po drugie – chyba ważniejsze – wiązałoby się to z zachwianiem rosyjskiej narracji dotyczącej prowadzenia tej wojny. Według Rosjan to nie jest wojna, tylko „operacja wojskowa wyzwolenia” Ukrainy. Gdyby poszli na jakiegokolwiek ustępstwa, zupełnie zachwiałoby to tą opowieścią.

• W dalszym ciągu celem Rosji jest obalenie prezydenta Wołodymyra Zeleńskiego i powołanie marionetkowej władzy, zależnej od Moskwy?

– Zapewne tak, aczkolwiek myślę, że Rosjanie już sobie zdają sprawę z tego, że założenie, że to się da zrobić, było błędem. Zakładając, że nawet udałoby im się obalić ukraiński rząd i zainstalować w jego miejsce swoje marionetki, nie ma możliwości, żeby zaakceptowały to do wojny partyzanckiej, którą widać już teraz.

Rosjanie zdają sobie z tego sprawę, bo zaczynają wprowadzać na zajęte przez siebie tereny Ukrainy oddziały Rosgwardii (Federalna Służba Wojsk Gwardii Narodowej Rosji – przyp. aut.), które mają charakter nie tyle wojskowy, co pacyfikacyjno-milicyjny. Szykują się więc zapewne do okupacji. Ale będzie ich ona bardzo drogo kosztować.

Czasami trzeba

Wolontariusze w większości nie mają doświadczenia, tylko chęci – mówi koordynator magazynu z Caritasu. Jeśli je



Janek Sawicki, koordynator magazynu w Caritasie



Józef czyli Hossein z Turcji, jeden z wolontariuszy w magazynie Caritasu

Paweł Buczkowski

Jest zimny czwartkowy poranek, na termometrze -6 st. C. Zegar na dworcu autobusowym w Lublinie pokazuje godzinę 7:18. Karolina jest tu od godziny 23 w środę. Pierwszy raz przyszła tu 5 marca, od tamtego czasu przychodzi codziennie. Od ataku Rosji na Ukrainę każdego dnia przyjeżdża tu nawet około 100 autokarów z uchodźcami. Jedni jadą dalej autokarami w Polskę, inni wysiadają i przesiadają się w pociągi do innych miast. Jeszcze inni mają tu już kogoś, kto zapewni im schronienie. Ale bardzo wielu jest też takich, którzy nie mają gdzie pójść. Często to np. kobieta z dzieckiem, zupełnie nie rozumiejąca języka polskiego. Wtedy na jej drodze pojawia się wolontariusz w zielonej kamizelce, który pyta jak pomóc, oferuje kanapkę, czy kubek gorącej kawy.

Język nie jest najważniejszy

Ogłoszenie o poszukiwaniu wolontariuszy na dworcu PKS zamieściła koleżanka z harcerstwa, w którym kiedyś działała Karolina.

– Pierwszego dnia musiałam poobserwować, co robią inni ludzie. Teraz najczęściej przebywam w punkcie pod namiotem, gdzie pakujemy paczki z jedzeniem dla uchodźców. Jak podjeżdża autobus z Ukrainy, to częściej nimi przyjeżdżające osoby. Ale często podchodzą też do nas i pytają jak dojechać na dworzec kolejowy – mówi Karolina.

Bariera językowa w kontaktach z Ukraińcami bywa problemem, ale wystarczy kilka rozmów i już wiadomo, że jedna z najczęstszych propozycji: herbata to „czaj”,



a mogą ją tu dostać za darmo czyli „bezkosztowo”. Kierowcy autokarów wybierają zazwyczaj czarną, mocną kawę. To słowo nie różni się od polskiego.

– Zaczynam już łapać pojedyncze słowa ukraińskie. Da się też dogadać trochę po angielsku, trochę po niemiecku. Używamy też aplikacji z Tłumaczem Google – mówi Karolina. Na dworcu są też wolontariusze-tłumacze znający język ukraiński.

Kiedy sam byłem pierwszy raz na dworcu, z autobusu wysiadła grupa złożona z dwóch kobiet, trójki dzieci i królika w klatce. Nie rozumieli nic po polsku. Kiedy po angielsku zapytałem, czego szukają, nastolatek znający angielski odpowiedział: „home”. Niestety: nie zawsze ten tymczasowy dom da się

Teresa Klimowicz, jedna z koordynatorek wolontariuszy na dworcu PKS

szybko znaleźć. W ostatnich dniach noclegownie zorganizowane przez miasto Lublin bywały już kompletnie zapchane. I trzeba było czekać, aż jakieś miejsce się zwolni, bo ktoś po noclegu tutaj, wyruszył w dalszą podróż.

– Niektórzy jadąc z Ukrainy próbują dojechać do takich miejsc jak Paryż, Frankfurt czy Tallinn w Estonii. Dajemy im wskazówki, jak krok po kroku tam dotrzeć – mówi Karolina, która jest słuchaczką w studium, ale od października planuje rozpoczęcie studiów na kierunku ratownictwo medyczne.

Co jest najważniejsze, żeby zostać wolontariuszem?

– Trzeba być osobą otwartą. Taką, żeby dać z siebie 100 procent, a nie przyjść tylko i odbębnić tych kilka godzin. Ale te osoby, które tu spotykam właśnie takie są – mówi Karolina van Bulck, której mama jest Polką, a tata Belgiem. – Jeśli ktoś jest osobą otwartą, nie boi się rozmawiać z ludźmi, to każde ręce nam się przydadzą. To daje też naprawdę dużo satysfakcji. Ludzie bardzo dziękują za okazaną pomoc, wspominają, że Polska pomogła im jako pierwsza. Czasami trzeba kogoś przytulić, bo zaczynają się rozklejać.

Zupełnie nowa sytuacja

Tego samego dnia o 6 rano Agnieszka Mierzwa zdejmując niebieską kamizelkę koordy-

natora wolontariatu na dworcu PKS i przekazuje ją Teresie Klimowicz. Dziewczyny rozmawiają, wymieniając się najważniejszymi informacjami, które będą potrzebne na początku 6-godzinnej dyżuru kolejnej koordynatorki.

– Jak pojawiła się sytuacja kryzysowa, to od razu poczułam, że trzeba zakasywać rękawy i brać się do pracy. Odkrywałam, jakie są problemy chodząc na wolontariaty do Caritasu i innych organizacji sortować rzeczy. A później przyszedłam na PKS – mówi Teresa Klimowicz, która od 10 lat działa w stowarzyszeniu Studnia Pamięci i zajmowała się organizacją wolontariatu.

Na początku Teresa zajmowała się wszystkim, podobnie jak inni wolontariusze. Potem okazało się, że jej doświadczenie może się

przydać w koordynacji pracy innych osób. – To jeszcze nie do końca wszystko działa, ale staramy się usprawnić komunikację – mówi Teresa. – Mam poczucie, że wszyscy robią tu to co mogą. Nie mogę powiedzieć, że to funkcjonuje super sprawnie. Ale funkcjonuje na tyle sprawnie, na ile to możliwe w zaistniałej sytuacji, która jest dla wszystkich nowa – dodaje.

Teresa namawia chętnych do pomocy, aby zaszli na grupę „PKP/PKS Lublin - aktualnie potrzebna pomoc” na Facebooku: – Osoby, które chcą się zaangażować tutaj na dworcu PKS czy na PKP, gdzie są nawet większe problemy kadrowe, mogą przyjść i zwrócić się do koordynatora, który powie co i jak.

Jeden z koordynatorów pomocy na dworcu PKP radzi właśnie na tej grupie, że najlepiej ręk do pomocy potrzeba im między godziną 18.30 a 23, bo wtedy przyjeżdża najwięcej pociągów. Dary najlepiej przywieźć przed godziną 18.30, kiedy wolontariusze mogą zaangażować się w ich przyjęcie i ewentualnie pomóc w rozładunku. Jeżeli coś przywieźmy do jedzenia – kanapki, naleśniki – najlepiej, aby były wyporcjowane: owinięte w folię albo na tacach. Jeżeli kupujemy napoje, lepiej kupić zwykłą wodę i soki dla dzieci, a omijać słodkie napoje gazowane.

Żeby nie spali w samochodzie

Kanapki, jedzenie, napoje, kosmetyki, pieluchy i inne najpotrzebniejsze produkty trafiają na dworzec PKS głównie dzięki osobom indywidualnym, których jest mnóstwo.

kogoś przytulić

steś osobą otwartą, nie boisz się rozmawiać z ludźmi, to każde ręce nam się przydadzą – zachęcają na dworcu PKS



W czwartek rano ktoś przyniósł świeże, jeszcze ciepłe naleśniki z serem. Ktoś inny przygotował kanapki z szynką i sałatą.

Jedną z dziesiątek, a może setek takich pomagających osób jest Elżbieta Krzymowska. – Kilka razy upiekłam po 30 drożdżówek, które przywoziłam na dworzec. To była dla mnie godzina pracy i właściwie żadne koszty – mówi.

– Gdyby każdy zrozumiał, że to nie jest jakaś wielka praca, to tym wolontariuszom byłoby znacznie łatwiej pomagać

– dodaje pani Elżbieta.

Karolina van Bulck, wolontariuszka na dworcu PKS
FOT. PAWEŁ BUCZKOWSKI, PIOTR MI-
CHAŁSKI

Kiedy rozmawiamy, kobieta szykuje pokój na przyjęcie gości z Ukrainy. Cztery kobiety i dwoje dzieci w wieku 2 i 3 lat noc ze środy na czwartek spędzili w samochodzie. Wczoraj zadzwonił telefon pani Elżbiety, która wcześniej zgłosiła, że może kogoś u siebie przyjąć.

Trzeba mieć dużo empatii

Liliowa 5 to chyba jeden z najbardziej niezwykłych

adresów w ostatnich dniach w Lublinie. W prywatnym domu codziennie nocuje tu około 70 osób, a w szczycie nawet 120.

– Widziałam co się dzieje na świecie, więc najpierw zaofერowałam nocleg dla jednej rodziny. Potem pojawiło się 10 kolejnych osób. Potem znajomi zaczęli pytać, czy nie możemy jeszcze kogoś przyjąć – mówi Olga Adamowicz, która razem ze swoją ekipą pomogła od ponad tygodnia już ponad tysiącu osób.

Matki z dziećmi mogą zamieszkać tu dłużej, w garażu przerobionym na mieszkanie przyjmowane są osoby na jedną noc. Czasami ekipa Liliowej 5, której trzon oprócz Olgi stanowią Marcin Pszeniak i Łukasz Stoma, odbiera telefon w środku nocy z dworca PKS czy PKP, że trzeba kogoś przemocować. Jeśli ktoś chce jechać dalej, to pomagają szukać transportu. W ten sposób ostatnio 76 osób wyjechało z Lublina autokarami do Leverkusen w Niemczech. Każdy kto tu trafia wypełnia kwestionariusz, żeby było wiadomo gdzie przebywał i gdzie udał się dalej. Na wypadek, gdyby ktoś później tej osoby szukał.

Wolontariusze z Liliowej 5 ściśle współpracują z innymi pomocowymi organizacjami i miejscami, takimi jak Multifrigo na Bursakach, czy lubelskie Centrum Wolontariatu. Jeśli ktoś nie mieści się w ich domu, może pojechać pod inny adres oferowany przez te miejsca. Uchodźców cały czas przybywa, więc w planach jest utworzenie kolejnego dużego miejsca noclegowego w siedzibie stowarzyszenia Emaus w Krężnicy Jarej.

– Szukamy w tej chwili 50 materacy, żeby to miejsce wyposażyć

– mówi Olga Adamowicz.

Jak można pomagać Liliowej 5? Szczegółowe potrzeby są wymieniane na Facebooku. W kwestii „ogarniania” domu pomocy udzielają w tej chwili Ukrainki, które same znalazły tu schronienie. – Ale na pewno przydałby się ktoś dwujęzyczny, mówiący w języku polskim i ukraińskim lub rosyjskim. Do odbierania telefonów od osób potrzebujących pomocy – mówi właścicielka domu.

A czym powinien się cechować wolontariusz? – Trzeba mieć bardzo dużo empatii – uśmiecha się Olga Adamowicz.

Wystarczą chęci

– Wolontariusze w większości nie mają doświadczenia, tylko mają chęci – mówi Janek Sawicki, koordynator magazynu w Caritasie przy al. Unii Lubelskiej. – Osoby prywatne przynoszą nam siatki, w których jest trochę kosmetyków, chemii, żywności i trzeba to posortować. Dodatkowo mężczyźni, którzy mają trochę zdrowia pomagają nam ładować ciężarówki. To co wstawi na tira wózek widłowy piętrzymy jeszcze później lekkimi rzeczami: karimatami, śpiworami.

Ciężarówki i busy przywożą tutaj dary z całej Polski i Europy. Wczoraj w południe na parkingu przed Caritasem operator wózka przekładał palety z darami z tira, który przyjechał z Poznania. Kierowca przyznaje, że sam bałby się pojechać z transportem na Ukrainę. – Ale jakby trzeba było, to bym pojechał – dodaje po chwili. Nie musi, bo dary przenoszone są na ciężarówkę na ukraińskich tablicach rejestracyjnych. To ten kierowca zawiezie potrzebną pomoc do swojej ojczyzny.

Przewóz darów do Ukrainy, to w tej chwili jedna forma pomocy udzielanej za po-

Faustyna Kamińska (po prawej)

średnictwem Caritasu. Druga – przywiezione dary są rozdysponowywane między instytucje i miejsca, które przyjmują uchodźców w Polsce. – Zgłaszają nam zapotrzebowanie, my szykujemy i pakujemy do samochodów zorganizowanych przez odbiorców – mówi Janek Sawicki.

Czy cały czas brakuje tu rąk do pracy?

– Są momenty kiedy wydaje się, że jest nas dużo. Dzwonię do mnie ludzie z pytaniem, czy potrzebuję pomocy, to zdarza się, że mówię: nie, mam na placu 100 wolontariuszy. Ale już za 10 minut dzwonię gdzie tylko mogę: przybawajcie, bo właśnie przyjechały cztery tiry do posegregowania. I to się bardzo dynamicznie zmienia

– mówi Janek.

Jak ktoś chce przyjść pomóc, prosto z ulicy, też może. Trzeba się zgłosić do koordynatorki wolontariatu – Pauliny, lub koordynatora magazynu, czyli właśnie Janka. Łatwo go znaleźć, bo imię ma wypisane na kamizelce, na plecach. – Poza tym można zacząć dowolną osobę w żółtej kamizelce. Każdy zostanie poinformowany co i jak trzeba robić – radzi Janek.

W Caritasie poszukiwani są też koordynatorzy do poszczególnych magazynów. – Dlatego jeśli ktoś czuje, że coś lepiej widzi, ma pomysły na lepszą organizację, albo pracuje w logistyce to też zapraszamy. Potrzebujemy osób na zmiany, bo pracujemy długo – dodaje Sawicki.

Fajnie jest pomagać

W magazynie Caritasu paletę, na której są pudełka z różnymi produktami, folią owija Józef, a tak naprawdę Hossein, pochodzący z Turcji. Cztery lat temu przyjechał do Lublina na wymianę studencką w ramach programu Erasmus. Zakończył studia geologiczne, ale nie wrócił do Turcji, tylko przyjął chrzest i został w Lublinie. Poznał wielu przyjaciół i mówi, że kocha Polskę. – Szukam pracy w moim zawodzie, ale w tym samym czasie zajmuję się także czymś takim – mówi Józef.

Jak się znalazł w Caritasie? – Mój przyjaciel powiedział: Józef ty lubisz nam pomagać. Natychmiast się tu pojawiłem i zacząłem pomagać. Robię to, co akurat potrzeba. Czasami trzeba coś zaplanować, ale też poustawiać, przenieść, posprzątać.

W drugim pomieszczeniu, z ubraniami, jest m.in. Faustyna Kamińska. Młoda dziewczyna wyjmując z worków odzież i pakując do mniejszych pudełek. Do wolontariatu zachęcił ją nauczyciel religii z Zespołu Szkół Ekonomicznych im. Vetterów przy ul. Bernardyńskiej.

– Pomagam sortować ubrania dla dzieci. To jest bardzo łatwa praca, każdy sobie poradzi. Fajnie jest pomagać innym – mówi Faustyna, uczennica II klasy liceum.

Było ciszej i

Gdy 24 września Marta szła na lekcje, na oznakowanym przejściu dla pieszych przy al. Piłsudskiego potrącił ją samochód, którego kilka minut wcześniej. – Samego wypadku nie pamiętam. Pamiętam momenty w Budziku. Teraz wiem

Agnieszka Kasperska

Marta

Marta Tomasik w tamtym roku skończyła naukę w podstawówce. Rodzice marzyli, że wybierze – podobnie jak jej tata – „Staszica”. Zostałaby przyjęta, bo wybitnie uzdolniona nastolatka była laureatką olimpiad i konkursów przedmiotowych. Marta to jednak duch artystyczny. Przez siedem lat tańczyła w „Kaniorowej”.

Skończyła szkołę muzyczną I stopnia, gdzie uczyła się gry na flecie poprzecznym. Uczy się gry na gitarze, śpiewa po japońsku i przede wszystkim uwielbia rysować. Zdolności plastyczne rozwijała w Młodzieżowym Domu Kultury „Pod Akacją”. Gdy już leżała w szpitalu okazało się, że jedna z jej prac została zakwalifikowana na wystawę w Rumunii.

To jednak było później.

Wcześniej Marta wybrała naukę w Liceum Plastycznym przy ul. Muzycznej. To szkoła, którą pokochała od pierwszej chwili. Naukę nie zdążyła się jednak nacieszyć. Gdy 24 września szła na lekcje na oznakowanym przejściu dla pieszych przy al. Piłsudskiego potrącił ją samochód, którego kierowca nie zatrzymał się jak inne, by ustąpić pierwszeństwa. Ale tego momentu Marta już nie pamięta. Jej czas zatrzymał się kilka minut wcześniej.

Budzik

Rozpędzone auto uderzyło Martę w brzuch. Siła zderzenia odrzuciła ją na 20 metrów. 15-latkę upadła na głowę. Przeżyła, chociaż lekarze powiedzą matce kilka godzin później, że to cud. Dziewczyna jest operowana, zapada w śpiączkę i zostaje przewieziona do warszawskiej Kliniki Budzik.

Byłam wtedy pełna obaw, bo diagnoza postawiona w Lublinie została potwierdzona w Budziku. Diagnoza mówiła, że Marta nie będzie mówiła i nie będzie chodziła. Zgodnie z obrazem klinicznym mieliśmy do czynienia z porażeniem czterokończynowym – przyznaje Joanna Osypiuk-Tomasik, mama dziewczynki. – Była jednak też nadzieja, bo lekarze podkreślali, że Marta jest młoda, silna, bez chorób, bez jakichkolwiek obciążeń i przed wypadkiem była sprawna fizycznie.

Psycholog tłumaczyła, że proces wybudzania polega na wykorzystywaniu potencjału, który chory ma zamknięty w różnych szufladkach swojego mózgu. A Marta tych szufladek miała wyjątkowo dużo.

Były tam wszystkie jej zainteresowania, olimpiady, konkursy, zdolności. Chodziło o to, żeby do tych szufladek dotrzeć, otworzyć je i żeby ich zawartość połączy-



ła się w całość – dodaje pani Joanna.

Znak życia na monitorze

Wybudzenie nie jest krótkie jak strzelanie palcami. To proces wielotygodniowy, wielomiesięczny, wieloletni... Trzeba znaleźć jakiś bodziec, na który osoba w śpiączce reaguje i go ponawiać.

Dlatego mama Marty słyszała, że ma z córką być i starać się ją aktywizować. Dlatego pani Joanna śpiewała, a na maszynach, do których podłączone było jej dziecko, pojawiały się sygnały o wzroście ciśnienia i pulsu pacjentki. Gdy śpiew milkł, parametry spadały. Dlatego śpiewała znowu i znowu. Ponieważ nastolatka jest absolwentką szkoły muzycznej, można było podejrzewać, że przeszkadzają jej czasami niezbyt czyste dźwięki.

– Falszowałam? Być może – śmieje się dziś mama. – Najważniejsze było jednak to, że jest reakcja.

To był dowód, że ona mnie słyszy, że reaguje. W takich momentach czułam, że będzie dobrze.

Byłam z Martą w ciągłym kontakcie: trzymałam za rękę, czytałam, opowiadałam. W naszym przypadku to były takie normalne opowieści, co w ciągu dnia zrobił ukochany kot Szarek, albo czy Michał (młodszy brat Marty – red.) dostał uwagę. W Budziku nie można mieć telefonów komórkowych, dlatego pod koniec dnia czy-

Po pobycie w Klinice Budzik zostały pamiątki: kartki od kolegów z klasy oraz życzenia od pracowników i rodzin pacjentów. Z tyłu tych ostatnich znajdują się zebrane przez nich pieniądze na zrealizowanie pierwszego marzenia po powrocie do normalności. To tradycyjna forma pożegnania z osobami wybudzonymi w klinice

tałam wszystkie wiadomości i opowiadałam Marcie jakie sms-y przyszły i jakie życzenia od koleżanek dostała.

A skoro nie

W życiu Marty najważniejsi zawsze byli ludzie. Rodziców nie dziwi więc, że to jej rówieśnicy pomogli dokończyć cudu. Koledzy z klasy dziewczyny: i ci z liceum, i ci z podstawówki regularnie przysyłali jej nagrane życzenia. Najważniejsza okazała się piosenka, z refrenem której padały słowa: „Marta wstawaj, Marta wstawaj”.

– To był dzień, jak wiele podobnych. Po kilkunastu godzinach rehabilitacji, ćwiczeń i konsultacji Marta była już wykapaną i leżała w łóżku. Stwierdziłam, że po tak męczącym dniu zrobię jej niespodziankę i puszcze jej jeszcze tę piosenkę. Odtworzyłam ją i zauważyłam, że Marta wpadła w coś, jakby szalał. Była w stanie wielkiego napięcia, jakiegoś wstrząsu, ogromnych emocji... Nie

minęło pół godziny i powiedziałam pierwsze słowa.

Te pierwsze słowa to „a skoro nie” były bardzo wypiewywane niż wymówione. Marta wypiewywała je na melodię piosenek, których słuchała w trakcie śpiączki. Wszyscy zastanawiali się, co mogą one zna-

W drugim pokoju

– Nie wiem dlaczego to było właśnie to słowo – mówi Marta. – Zresztą na początku myślałam, że mówię normalnie, ale wolniej i niewyraźnie. Wydawało mi się, że normalnie rozmawiam, a okazało się, że ciągle powtarzam to „a skoro nie”.

– To był dla mnie trudny moment. Marta nuciła i powtarzała tylko „a skoro nie”. Dotykając ust dała mi znać, że ona ma wrażenie, że normalnie mówi, a my jej nie słyszymy. Pokazała też, że tylko ja ją rozumiem bez słów. To był dla mnie najbardziej bolesna chwila – przyznaje mama 15-latki. – Mogłam się cieszyć, że docenia to, że z nią jestem 24 godziny na dobę i rozumiem każde jej spojrzenie, grymas i gest ale zdałam sobie sprawę, że jeśli mowa nie wróci, jeśli blokada zostanie to nie ma mowy o pewnym wybudzeniu.

– Samego wypadku nie pamiętam. Pamiętam momenty w Budziku. Teraz wiem, że to była śpiączka. Wtedy miałam wrażenie, że to normalny dzień tylko oczy miałam zamknięte. Pamiętam, że mama opowiadała mi coś o Domu Kultury „Pod

akacją”. Wszystko słyszałam, tylko to było takie jakby dźwięki z drugiego pokoju. Z drugiej strony. Było ciszej i jakby dalej – mówi Marta. – Nie czułam potrzeby żeby jej odpowiadać, ale cieszyłam się, że ten dźwięk dochodzi. Pamiętam też takie pojedyncze obrazy, że na przykład tata kiedyś przyszedł i miał na sobie czerwoną bluzkę.

Momenty

– Był taki moment w Budziku, w którym uwierzyłem, że to się dzieje i że będzie dobrze – opowiada Andrzej Tomasik, tata dziewczynki. – Marta, jeszcze na wózku, pojechała z nami na spacer. Pewne rzeczy już wtedy mówiła, zaczęła zadawać pytania i żartować sobie tak jak ona tylko potrafi. To było niesamowite. Byłem taki szczęśliwy.

– Nawet jak wrócił do domu, to dzwonił do mnie powtarzając, że to jest niemożliwe, że to jest cud – dodaje pani Joanna.

Jako dobry moment Marta wspomina pizzowy test. Wcześniej dostawała tylko zmiksowane zupy: na zmianę buraczkową i jarzynową. Kiedy trzeba było sprawdzić, czy może bezpiecznie przeżuwać i połykać stałe pokarmy, czy się nie zachłśnie, na stół wjechała pizza.

– Jak mi mama zamówiła **MARGARITĘ**, to byłam bardzo ucieszona, że mogę wreszcie coś porządnego zjeść. To była najlepsza pizza w moim życiu! – podkreśla Marta: – Bardzo podobał mi się też test herbaty. Wcze-

śniej napoje mogły być tylko zageszczone, a wtedy dostawałam moją ulubioną herbatę: białą z aloesem.

Marzenka i Andrzej

Wybudzenie to ciężka praca, chociaż w Budziku rehabilitacja nigdy nie jest nudna. Jest zabawą, a nie wykonywaniem ćwiczeń. Na przykład rehabilitantka, pani Marzenka, nie wahała się ani przez moment, żeby przynieść na zajęcia własną oryginalną, jedwabną, ręcznie haftowaną **CHUSTĘ** do flamenco.

– I rehabilitacja była lekcją tańca. Pani Marzence nie przeszkadzało, że chusta jest rzucana, wleczona po podłodze, ciągnięta, deptana – mówi mama dziewczynki. – Taka rzecz kosztuje duże pieniądze, ma specjalny certyfikat, ale dla rehabilitantki nie było to ważne. Ważne było, żeby Marta dochodziła do pełnej sprawności.

Bo w Budziku najważniejsze są dzieci, ich zdrowie, ich potrzeby. Kolejny dowód. Marta rehabilitować będzie rękę grając teraz na gitarze basowej.

– Na portierni pracuje pan Andrzej, który był dyrektorem domu kultury w Siedlcach. Teraz, będąc już na emeryturze, połączył swoje losy z Budzikiem – opowiada mama. – Widząc, że Marta skończyła szkołę muzyczną i słysząc, że chodząc po Budziku śpiewała tam nosem na odchodne obdarował ją swoją gitarą basową. Nie była jaką gitarą, bo taką o ogromnej wartości sentymentalnej. Ta gitara w 74 roku była z nim



...jakby dalej

kierowca nie zatrzymał się jak inne, by ustąpić pierwszeństwa. Ale tego momentu Marta już nie pamięta. Jej czas zatrzymał się kilka, że to była śpiączka. Wtedy miałam wrażenie, że to normalny dzień tylko oczy miałam zamknięte



na festiwalu w Opolu i w Sopocie i niejedno już przeżyła.

Wybudzenie

– O wybudzeniu mówimy, gdy spełnionych jest szereg warunków: wraca pełna świadomość i uczestnictwo w życiu rodzinnym, pojawia się reakcja na wszystkie bodźce, chodzenie, mówienie... Wszystko musi działać jednocześnie. Zdarza się, że osoby chodzą po domu, ale nie można ich rozumieć, bo np. z ust wypada potok słów bez logiki bez sensu. Wtedy wciąż do czynienia mamy ze śpiączką – opowiada mama Marty. Tłumaczy, że oficjalna informacja o tym, że jej córka jest 90 pacjentką Budzika, która się wybudziła, pojawiła się 1 marca, ale ten fakt stwierdzono na posiedzeniu zespołu medycznego już 17 lutego. Same badania prowadzono przy tym znacznie wcześniej.

– Zasada jest taka, że od momentu wybudzenia można przebywać w Budziku jeszcze tylko przez miesiąc – mówi Joanna Osypiuk-Tomasik. – Ale Marta wykazała się dojrzałością prosząc, by nie musiał wykorzystywać całego tego czasu. Mówiła, że jest już silna i zdrowa i może się rehabilitować w domu, bo jej miejsce w Budziku przyda się innemu. Powiedziała też, że najlepszą rehabilitacją będzie dla niej kontakt z koleżankami i kolegami ze szkoły. Przeważnie nastolatki do szkoły nie chcą chodzić. Dla Marty to jednak duże marzenie.

– Chciałam też jak najszybciej wrócić do domu, bo jestem wegetarianką. Umówiły

się z mamą, że dopóki będę w klinice, muszę dochodzić do siebie i odzyskiwać siłę i będę jeść wszystko. W domu znów mogę być wegetarianką – zdradza Marta.

Wydawało się

Czy jest coś czego najbardziej ci dziś brakuje? Czego nie robisz teraz, a co robiłaś przed wypadkiem? – dopytuje.

– Jest. Palenie – zdradza Marta. Wszyscy wybuchają śmiechem, bo podczas śpiączki wydało się, że 15-latką ma już za sobą próby z nikotyną. Podczas jednego ze spacerów, gdy dziewczyna nie była jeszcze w pełni wybudzona, mama innego pacjenta spytała w żartach: „Zapalimy?” i wykonała znaczący znak ręką. Dziewczyna przytaknęła.

– Tak, wtedy się dowiedziałam – przyznaje mama nastolatki.

– Ale teraz mam umowę, że dopóki nie wrócę do zdrowia to żadnego palenia nie będzie – podkreśla Marta.

Największym problemem jest dla niej dziś nie sprawna jeszcze prawa ręka.

– Nie mogę malować, bo nie mam teraz takich precyzyjnych ruchów. Muszę dojść do pełnej sprawności – mówi nastolatka. – Problemem jest też afazja. Po prostu pewne rzeczy idą mi troszeczkę wolniej. Wolniej czytam, wolniej piszę, wolniej mówię.

Nie denerwuje mnie to, po prostu czuję, że jest inaczej.

Pierwsze selfie po powrocie do domu: Joanna, Marta, Andrzej i Michał

FOT. AGNIESZKA KASPERSKA, ARCHIWUM PRYWATNE

Dom

– Teraz ciągle wzruszam się i ryczę, bo w tym momencie jestem szczęśliwa i zadowolona i dumna z córki – wylicza pani Joanna patrząc na Martę z ogromną miłością w oczach. Siedzą całą rodziną przy stole, a ukochany kot Marty – Szarek – który nie odstępował jej nawet na krok bawi się między ich nogami hałaśliwą piłeczką.

Rozmawiamy w środę. Marta wróciła do domu za ledwie dzień wcześniej, 8 marca, czyli w Dzień Kobiet. Wypis był dla niej największym prezentem.

– To też największy prezent dla mnie. To, że przyjechali po nas mąż i syn i to, że Marta jest w takiej kondycji. Patrząc na nią nie widać co przeszła i co się działo – mówi pani Joanna.

Obie są „prosto od fryzjera”. To była wizyta pierwszej potrzeby.

– W Budziku włosy urosły mi do ramion. Nie lubię takich. Koniecznie chciałam fryzjera i pomalować znowu paznokcie – mówi Marta. Ma już plany na weekend: sobota ze znajomymi i z sushi, a w niedzielę rodzinny obiad

z ukochaną szarlotką zrobioną przez babcię. Wcześniej, bo w piątek pierwsza wizyta w szkole, a od poniedziałku lekcje. Na razie nie wiadomo, czy w pełnym zakresie. Jest na to jednak szansa.

Szkola

– Czego ci bardziej brakuje: rówieśników czy lekcji?

– Koleżanek i kolegów, ale lekcji też. Najbardziej lubię te związane z rysunkiem i malarstwem. Fizyki nie lubię – przyznaje dziewczyna i od razu zaczyna opowiadać, że nie chce stracić roku, dlatego będzie musiała zaliczyć zarówno ubiegły semestr jak i uczyć się na bieżąco. – Chciałabym żeby się udało, ale jakby nie wyszło to będę chciała uczyć się w wakacje żeby mieć przed wrześniem poprawkę.

– A co będziesz robić w wakacje, jak nie będziesz musiała się uczyć?

– To będę chodzić z koleżankami po mieście. Po prostu.

Za pół roku, jak stan włosów zniszczonych lekami poprawi się, być może przyjdzie czas na farbowanie. Przez cały czas będzie trwać rehabilitacja ręki; nie tylko przez ćwiczenia i grę na gitarze, ale też przez kolejną passę – szydełkowanie. W Budziku zaczął powstawać kardigan w czarno-żółtą kratę.

– Masz żal do kierowcy, który potrącił cię na przejściu? – pytam

– Byłam zła, że popsuł mi moje plany, że mogłam w tym czasie wygrać tyle konkursów, tyle się nauczyć,

tyle namalować. Teraz ten żal mam chyba mniejszy.

– Gdybyś go spotkała, to mogłabyś mu wybaczyć?

– Myślę, że tak. Byłoby łatwiej gdybym była jeszcze całkiem sprawna, ale to wszystko nadrobi.

Tak powinno być wszędzie

Dziś rodzice Marty podkreślają, że jej wypadek i leczenie to ciąg wygranych. To, że Marta przeżyła wypadek. Że operacja się udała. Że trafiła do Budzika.

– W klinice jest tylko 15 łóżek. Tylko 15. dzieci dostaje szansę. W dodatku ta szansa jest ograniczona czasowo, bo pobyt nie może być dłuższy niż 15 miesięcy. U nas cud wybudzenia wydarzył się już po 4 miesiącach i 6 dniach – mówi Joanna Osypiuk-Tomasik.

– To, co oni tam robią, jest po prostu nieprawdopodobne. Odbывают się tam konsultacje ze specjalistami z różnych dziedzin. Rehabilitacja nigdzie nie jest tak kompleksowa. Nigdy nie spotkałam się z sytuacją, gdy grafik zabiegów jest zmieniany, bo dziecko w tym momencie właśnie zasnęło. Nigdzie nie spotkałam się, żeby z dzieckiem jednocześnie pracowało kilkoro rehabilitantów, a to wspaniały pomysł, bo każdy ma inne pomysły.

Joanna Osypiuk-Tomasik uważa, że kliniki na wzór Budzika powinny być tworzone przy każdym szpitalu, a trafiać do nich powinny nie tylko osoby w śpiączce, ale także po zawałach i wylewach.

Kiedy nastolatka kocha

– Dwa tygodnie temu w niedzielę Marta powiedziała mi, że bardzo mnie kocha, ale ma już dość bycia ze mną dzień i noc – śmieje się mama dziewczyny. – To wspaniała rzecz usłyszeć od nastolatki takie wyznanie miłości. Kto ma dzieci w tym wieku, wie o czym mówię. Teraz nasz kontakt wróci do normalności. Nie muszę już dbać o nią jak o niemowlaka.

Wymyśliłyśmy tylko, że kupimy sobie po rowerze i będziemy jeździć na wycieczki.

Michał, o rok młodszy brat Marty, nie kryje radości z powrotu siostry. Jak to w rodzinie, kontakt między nastolatkami bywa trudny, ale radość jest ogromna.

– Ja chyba najmniej się martwiłem. Byłem pewny, że wszystko dobrze się skończy, bo Marta jest silna – podkreśla Michał. – Mówiłem mamie, żeby się nie martwiła i wyszło na moje.

– Nie wiemy co będzie za miesiąc, za rok, za dwa lata. Nikt nie zna mózgu i mechanizmu w nim zachodzących. Nikt nie wie, jaki ślad mogło zostawić niedotlenienie. Może się zdarzyć, że różne rzeczy zaczynają się cofać lub zaczynają się dziać. Żeby nie było gorzej, potrzebny jest proces rehabilitacji – mówi jednak mama dziewczynki. Troski rodziców chyba nigdy się nie kończą.

Rehabilitacja w przypadku Marty to m.in. ćwiczenia z basenem podnoszący ogólną sprawność i praca pod czujnym okiem rehabilitantów.

Poznać dziecko

– Chciałabym zaapelować do wszystkich rodziców, żeby interesowali się tym co robią ich dzieci, co je interesuje. To normalne, że gdy mamy w domu nastolatka to powinna zaczynać być przecinana. To, że dziecko się usamodzielnia jest cudowne, ale jest też druga strona medalu – mówi Joanna Osypiuk-Tomasik. – Sama nie wiedziałam na przykład dokładnie, jakiej muzyki słucha moje dziecko, bo robiła to w słuchawkach. Tymczasem w Budziku rodzic jest pytany o to, co dla dziecka jest ważne, jakiej muzyki słucha, czym się interesuje. O ile zwykle wiemy, jaki jest ulubiony zapach czy potrawa dziecka to wskazanie ostatnio słuchanej piosenki jest już problemem. A właśnie odtwarzanie ulubionej muzyki może doprowadzić do wzbudzenia. Bałam się bardzo, że przez to, że wielu rzeczy nie wiem, Marta straci swoją szansę i się nie obudzi. Dlatego apeluję: rozmawiajmy więcej z dziećmi.

Wszyscy angażują się w... Tak teraz

Zarabianie, rozwijanie firm i próby odnalezienia się w Polskim Ładzie przestały mieć tak duże znaczenie jak jeszcze miesiąc



Najpotrzebniejsza jest żywność, środki czystości i ubrania. Kiedy jest już dach nad głową potrzebne są też książeczki i układanki. Tylko one mogą pomóc oderwać się od smutnych wspomnień



Uchodźcy nie oczekują specjalnego traktowania, czy wręcz „obsługiwanie ich”. Chętnie włączają się we wszystkie prace, na przykład w kuchni. To taka namiastka domu i normalności

Agnieszka Kasperska

Pomagają ci najmniejsi i ci najwięksi. Funkcjonujący na rynku od dziesięcioleci i ci dopiero budujący swój biznes. Wszyscy bez względu na rodzaj prowadzonej działalności.

Hasło: Sława Ukrainie

– Zaczęło się od tego, że weszła do nas pani z połamanymi okularami. Wystarczyły śrubki. Potem przyszła inna ze zbitymi szklami. Wymieniliśmy. A potem doszłam do wniosku, że wielu Ukraińców uciekając od działań wojennych mogło swoje okulary zgubić lub zniszczyć. Wiem, że krucho u nich z pieniędzmi, a nowe okulary to jednak kosztowna sprawa dlatego postanowiłam pomagać – mówi optometrystka i okulista z Lublina.

W branży dopiero startuje. Mimo to uchodźcom pomaga bezpłatnie.

– Wszystko oczywiście w ramach naszych możliwości. Badanie robię za darmo. Oprawki są używane, pozbierane po rodzinie

i znajomych, ale wybór jest naprawdę spory. Jedyne za co trzeba zapłacić to szkła. Ale tutaj akurat finansowo pomagają mi moi znajomi i jakoś dajemy radę.

Wszystkim nie pomożemy ale ważne, by robić, co tylko się da.

Wyobrażam sobie jak może czuć się osoba, która ucieka z walczącego kraju i na dodatek słabo widzi. Stres na pewno się kumuluje.

Pomaga też Piekarnia Kuźmiuk udostępniając uchodźcom bezpłatne pakiety z pieczywem. Żeby je dostać wystarczy, podać hasło „Sława Ukrainie” lub drugie, mówiące o tym, gdzie może pójść prezydent Rosji. Pomagają szkoły językowe organizujące bezpłatną naukę języka polskiego i prywatne przedszkola przyjmujące bezpłatnie dzieci uchodźców.

Czat pełen pomocy

W pomoc zaangażowali się też członkowie Lubelskiego Forum Pracodawców. Działają 24 godziny na dobę. Siedem dni w tygodniu.

Sobota, kilka minut po godzinie 18. Andrzej Szczygielski z firmy El Kabel pisze na internetowym czacie skupiającym przedsiębiorców o tym, że potrzebuje pomocy.

W ośrodku w Zagłębczu ma 150 osób, a już jadą kolejni.

Może zabraknąć podstawowych artykułów. Lista potrzeb o 18.40 dociera do Beaty Drewienkowskiej, przedsiębiorczynie i prezeski Lubelskiej Fundacji Wspierania Biznesu.

– Część z tych rzeczy mamy, ale trzeba byłoby przyjechać po to na Bursaki, bo nie mam kogo wysłać – odpisuje kobieta.

– Mogę wysłać busa. O której trzeba się zgłosić po odbiór i przewóz? Czy wystarczy Traffic czy lepiej Master? – dopytuje dwie minuty później Krzysztof Okoniewski z Eko-Budu.

Godzina 19:02: – Już moje dziewczyny są w kontakcie z recepcją Zagłębcza. Czy mogę podać twój nr Krzysiu, żeby dogadamy transport z tobą?

19:06: – Jak trzeba, to ruszam zaraz.

19:11: – Moje dziewczyny już wszystko pakują.

Do czatu dołącza Dominik Polak z Pol Maku: – W poniedziałek przywiozę makaron do ośrodka.

Niedziela.

Godzina 12:25, Andrzej Szczygielski: Dzięki. Pomoc przybyła.

12:33, Beata Drewienkowska: Super dziękuję za pomoc. Słuchajcie, ten wspaniały człowiek wczoraj w nocy sam wziął busa i pojechał po rzeczy. Pakował i jeszcze zabrał do siebie kierowców na nocleg.

Zagłębcze

Takich błyskawicznych akcji są dziesiątki. Do tego setki rozmów telefonicznych i tysięcy już zaopiekowanych uchodźców.

– To jest czas na błyskawiczne działanie – uważa Szczygielski. – Gdy tylko zobaczyliśmy co się dzieje, postanowiliśmy uruchomić ośrodek wypoczynkowy nad Zagłębczem, który może być miejscem pobytu całorocznego, bo

ma ogrzewanie. W tej chwili przebywa w nim około 250 uchodźców. Ta liczba jest oczywiście zmienna, bo część ludzi przyjeżdża, część jedzie dalej do rodzin i znajomych.

W pomoc nad Zagłębczem włącza się wielu przedsiębiorców. Potrzebne są przecież posiłki, transport, środki czystości, kredki dla dzieci...

Uchodźcom trzeba też próbować zagospodarować czas, żeby nie siedzieli myśląc o tym, co złe.

– Dlatego w akcję zaangażowało się bardzo wiele osób – podkreśla pan Andrzej. – Pomoc uchodźcom jest ogromnym wyzwaniem. Po odchodzących osobach trzeba posprzątać, poprać, przygotować się na przyjęcie kolejnych.

– Teraz w ośrodku nad jeziorami trwa martwy sezon. A co będzie w wakacje, jeśli wojna się nie skończy, a uchodźcy wciąż będą musieli w nim przebywać? – pytam.

– Na razie o tym nie myślimy tylko pomagamy. Gdyby jednak okazało się, że ośrodek nie może działać, to pewnie wszyscy by to zrozumieli. W tej sprawie nie ma między nami żadnych podziałów; nawet politycznych. Wszyscy angażują się w sprawę ze wszystkich sił. Tak teraz trzeba.

Łóżko potrzebne od zaraz

Przedsiębiorcy pomagają tak jak potrafią. Największy szyszkują m.in. wsparcie finansowe. Puławskie Azoty zadeklarowały przekazanie miliona złotych; sieć sklepów Biedronka oraz jej fundacja – 46 milionów złotych, a Kaufland i Lidl 500 tys. euro w gotówce i 10 mln euro jako wsparcie produktowe.

Długo można by tak wylizywać.

Zasobność portfela i wielkość dotacji nie jest najważniejsza, bo niezbędny jest każdy rodzaj pomocy.

– W momencie wybuchu wojny pojawiła się obawa o przyszłość własną i ludzi, których zatrudniam. Przecież działania zbrojne nie są dobrym czasem dla handlu

sprawę ze wszystkich sił. z trzeba

c temu. Przedsiębiorcy z Lubelskiego coraz mocniej angażują się w pomoc uchodźcom. – Tak teraz trzeba – podkreślają



Gdy nie zapadła jeszcze decyzja, gdzie ostatecznie osiadą uchodźcy dzieci nie chodzą do przedszkoli i szkół. Wolny czas, którego jest bardzo dużo, organizują im wolontariusze. Malowanie jest też elementem psychoterapii

nieruchomościami – przyznaje Adrianna Franczewska-Krupa, właścicielka firmy Franczewska Nieruchomości.

– Po dwóch dniach doszłam do wniosku, że muszę coś robić bo zwariuję.

I tak powstała „bezpłatna baza noclegowa dla uchodźców”.

Adrianna Franczewska-Krupa szuka osób, które udostępnią uchodźcom bezpłatną możliwość noclegu w swoich mieszkaniach i domach i przekazuje kontakt do nich potrzebującym Ukraińcom. Szuka też osób, które odpłatnie zgadzają się wynająć uchodźcom swoje nieruchomości.

– Jest ich coraz mniej – zauważa kobieta. – W ubiegłym tygodniu na jednym z najpopularniejszych portali ogłoszeniowych było 560 ogłoszeń wynajmu z województwa lubelskiego. W połowie tego tygodnia już tylko ok. 200. Poza tym nie wszyscy decydują się wynająć mieszkania obcokrajowcom.

Niedawno poszukiwałam lokum dla sześciuosobowej rodziny. Obdzwoiłam całe województwo. Zainteresowanie wykazała tylko jedna osoba.

Franczewska ze swoim zespołem wyszukuje takie osoby. Szuka też przedsiębiorców, którzy gotowi są opłacić wynajęcie stancji.

We wtorek jeden z biznesmenów opłacił dwa mieszkania do końca roku. Do pierwszego niemal od razu trafiła mama z dwójką dzieci.

Inny przedsiębiorca finalizuje właśnie wynajem 10 mieszkań.

– Poszukujemy teraz fundacji lub stowarzyszenia, które zgodziłyby się skoordynować wynajem tych mieszkań. Trzeba przecież będzie nimi zarządzać, bo jest duża rotacja uchodźców. Dla wielu z nich Lublin jest tylko przystankiem. Nawet dla tych, którzy początkowo deklarowali, że u nas zostaną. Wiele osób liczyło na to, że

za tydzień wojna się skończy. Teraz uświadamiają sobie, że może trwać znacznie dłużej

i zastanawiają się nad wyjazdem dalej – mówi Adrianna Franczewska-Krupa.



Dzieci uciekające z Ukrainy najczęściej przelewają swoje emocje na papier. Pokazują wojnę i radość z okazującego im wsparcia

FOT. ANDRZEJ SZCZYGIELSKI

Kobiety górą

W wir pomocy uchodźcom rzuciły się też członkinie nieformalnej grupy Strefa Kobiet łączącej aktywne i przebojowe panie. Dziś nie prowadzą one już jednej, ale angażują się w wiele akcji na rzecz uchodźców. Zbierają dary, organizują noclegi i schronienie, przygotowują posiłki, przekazują odzież...

– Pomagają nam też przedsiębiorcy, nie tylko z Polski ale też m.in. z Niemiec i Szwajcarii. Przysyłają dary, a my dystrybuujemy je po różnych miejscach noclegowych, wysyłamy je na granicę, ale także na Ukrainę: do Równego, Lwowa i Kijowa – wylicza Beata Drewienkowska, prezeska Lubelskiej Fundacji Wspierania Biznesu. Skromna kobieta pracuje przez całą dobę, ale o sobie mówi niechętnie. W każdym zdaniu podkreśla, że nie działa sama.

– Ja tylko pośredniczę. Mam taki przykład. Rano dostałam informację, że jeden z lubelskich przedsiębiorców organizuje punkt noclegowy i może pomóc. Po godzinie 23 dostałam

telefon z Zamościa, że jest problem ze znalezieniem miejsca dla 400 Ukraińców. Oddzwoniłam do niego. Tyle miejsc nie miał, ale ponad 60 osób przyjął. Wystarczyło rozwiązać problem pozostałych – opowiada Drewienkowska.

– Ma pani własne firmy. Co z nimi, w sytuacji gdy rzuciła się pani w wir pomocy?

– Mam wspaniałych pracowników, których kocham za to, że w tym trudnym czasie podjęli się prowadzenia moich firm. Tylko dzięki temu mogłam się całkowicie oddać do dyspozycji potrzebujących.

Wychodzę z założenia, że chcę pomagać tak, jakbym sama chciała być otoczona opieką w tak trudnej sytuacji.

– Jak długo wytrzyma pani działania na pełnych obrotach?

– Tyle, ile będzie trzeba. Chcę dać z siebie jak najwięcej tym biednym, zagubionym, przerażonym ludziom – podkreśla Beata Drewienkowska. – Tak teraz trzeba.

Ta choroba skraca życie nawet o 13 lat

Przewlekła choroba nerek (PChN) jest obecnie jedną z najczęstszych chorób cywilizacyjnych, ale całymi latami może przebiegać w ukryciu i bez żadnych objawów, siejąc spustoszenie w organizmie



FOT. NEWSERIA BIZNES

Dlatego tak ważna jest świadomość społeczna, umiejętność szybkiego rozpoznawania objawów tej choroby i szybkie działanie – przypominają eksperci z okazji Światowego Dnia Nerek, który przypada 10 marca. Współczesna medycyna pozwala już uniknąć dializ i wdrożyć działania nefroprotektoryjne, które opóźniają postęp choroby w początkowym stadium i są szansą na wydłużenie życia pacjentów.

To jest ogromny problem

– Większość pacjentów nie wie o tym, że ma przewlekłą chorobę nerek i umiera dużo wcześniej, niż wskazywałby na to ich wiek metrykalny. Wiek biologiczny tych chorych jest bowiem bardziej zaawansowany – ci ludzie się szybciej starzeją, szybciej im ubywa sił vitalnych, krócej żyją. To jest ogromny problem – mówi prof. dr hab. n. med. Ryszard Gellert, konsultant krajowy w dziedzinie nefrologii, dyrektor Centrum Medycznego Kształcenia Podyplomowego.

Przewlekła choroba nerek powoduje, że tracą one zdolność do oczyszczania organizmu z ubocznych produktów przemiany materii. Innymi słowy, nerki przestają prawidłowo wydalać wodę i kontrolować homeostazę (samoregulacja procesów biologicznych).

Na początku organizm usiłuje radzić sobie z tym problemem, ale postępujący stan chorobowy powoduje, że szkodliwe produkty przemiany materii rozprzestrzeniają się po całym organizmie. A ten wraz z upływem

czasu zaczyna pracować coraz gorzej. Wskutek zatrzymywania wody w organizmie dość szybko zwiększa się masa ciała. W części przypadków pojawiają się na przykład zaburzenia oddychania wywołane przez obrzęk płuc. Mięśnie nóg i rąk często wyraźnie drżą, a przewód pokarmowy jest dręczony przez mdłości i wymioty.

13 lat

Obok otyłości, cukrzycy, chorób sercowo-naczyniowych i nadciśnienia tętniczego wśród chorób cywilizacyjnych XXI wieku coraz częściej wymienia się właśnie przewlekłą chorobę nerek. PChN jest jednak o tyle szczególna, że jest mocno powiązana z pozostałymi jednostkami chorobowymi.

– Chore nerki są powiązane z nadciśnieniem tętniczym, niewydolnością serca i cukrzycą. I to powiązanie jest dwustronne.

Z jednej strony choroba nerek powoduje nadciśnienie tętnicze i niewydolność serca, a z drugiej – nadciśnienie uszkadza nerki, a niewydolność serca upośledza ich czynności.

Nerki są też uszkadzane przez cukrzycę, a z drugiej strony – nie ma choroby nerek bez zaburzeń insuliny. Tak więc te relacje między cukrzycą, nadciśnieniem tętniczym, chorobami

Większość pacjentów nie wie o tym, że ma przewlekłą chorobę nerek i umiera dużo wcześniej, niż wskazywałby na to ich wiek metrykalny – mówi prof. Ryszard Gellert, konsultant krajowy w dziedzinie nefrologii, dyrektor Centrum Medycznego Kształcenia Podyplomowego

serca i nerkami to zamknięte, samonapędzające się koło. Trzeba je zatrzymać, żeby móc jakkolwiek pomóc pacjentom – podkreśla prof. Ryszard Gellert.

PChN wielokrotnie zwiększa ryzyko zgonu z powodów sercowo-naczyniowych (zawał, udar, niewydolność serca) oraz prawdopodobieństwo choroby nowotworowej. Powoduje też radykalne skrócenie spodziewanej długości życia chorych.

– Każdy pacjent z przewlekłą chorobą nerek ma skrócony oczekiwany czas życia średnio o 30 proc. – podkreśla prof. Ryszard Gellert. – Zdrowy 40-latek powinien żyć kolejnych 40 lat, a chory niestety straci z tego 1/3, czyli ok. 13 lat. Jeżeli ten sam 40-latek jest w trzeciej fazie choroby, w której filtracja nerek spada poniżej 45 ml/min, to on już nie dożyje emerytury, a jeżeli jest w czwartej fazie choroby, czyli poniżej 30 ml/min, to

zostaje mu już tylko 20 proc., czyli on umrze za około osiem lat. To jest ogromny problem, wielu pacjentów umiera właśnie w tej fazie między 45 a 30 ml/min.

Profilaktyka i wczesne wykrycie

– PChN rozwija się powoli, latami, a problemem staje się to, że osoby nią dotknięte w pewien sposób przyzwyczajają się do jej objawów, które niebezpiecznie narastają z czasem – dodaje dr Iwona Mazur z Ogólnopolskiego Stowarzyszenia Osób Dializowanych.

Paradoksalnie przewlekła choroba nerek jest bardzo łatwa do wykrycia.

Wystarczy badanie ogólne moczu oraz prosta morfologia i oznaczenie stężenia kreatyniny we krwi.

– U pacjentów z grup ryzyka, czyli u pacjentów z cukrzycą, nadciśnieniem tętniczym, chorobami nerek w rodzinie, chorobami sercowo-naczyniowymi i u pacjentów starszych, powyżej 60. roku życia, takie badanie powinno się wykonywać raz w roku. U reszty społeczeństwa raz na dwa lata – mówi dr Iwona Mazur. – Profilaktyka i wczesne wykrycie choroby są istotne, bo to daje możliwość przeżycia 5, 10, 15 czy 20 lat więcej. Ten temat jednak kuleje w Polsce i to nie tylko w tej chorobie, ale i w innych chorobach populacyjnych.

Regularność badań jest kluczowa właśnie ze względu na brak objawów choroby. Pacjenci, u których choroba zostaje zdiagnozowana, na ogół są już w tak zaawan-

sowanym stadium, że muszą rozpocząć dializoterapię, która jest jednym z najbardziej kosztownych sposobów leczenia. Do etapu dializoterapii dożywa jednak niewielki odsetek chorych, ponieważ większość umiera we wcześniejszych stadiach.

– Dializoterapia jest wyzwaniem dla pacjenta, ale jednocześnie jest szansą na przeżycie. Tylko ok. 5 proc. chorych jest leczonych hemodializami, dializami otrzewnowymi i przeszczepieniem nerek. To są ci „szczęśliwcy”, którzy żyją i którzy zostali zdiagnozowani na tyle wcześniej, że można im było jeszcze zaproponować leczenie nerko-zastępcze – mówi ekspertka Ogólnopolskiego Stowarzyszenia Osób Dializowanych.

Leki i leczenie

Oprócz dializ w leczeniu przewlekłej choroby nerek – zwłaszcza, jeśli uda się ją wcześniej wykryć – stosuje się leczenie behawioralne polegające na zmianie nawyków pacjenta, oraz dietetyczne, bazujące na kontrolowanym ograniczaniu ilości białka w diecie. Lekarze wskazują, że w ostatnich latach w nefrologii dokonał się też znaczący postęp, który zaowocował pojawieniem się nowych terapii.

– Mamy w tej chwili lek, który zastępuje aminokwasy z diety na ich analogi i to znakomicie pomaga zatrzymać postęp choroby. Po drugie, mamy też leki, które – działając na nerkę i obniżając ciśnienie tętnicze czy poprawiając kontrolę glikemii – hamują postęp choroby. I wreszcie pojawiła się ostatnio trzecia grupa leków, które dopiero wchodzą na

rynek i które chronią nerkę w sposób genialny. Mało tego, hamują przy tym również rozwój cukrzycy.

Te leki to floszyny, które rzeczywiście stanowią wyjątkowy przełom w nefrologii

– wskazuje prof. Ryszard Gellert. – W Ministerstwie Zdrowia trwają prace nad tym, żeby te leki były dostępne dla określonego grona pacjentów. Tak więc nie jesteśmy bezradni, ale pacjenci muszą najpierw wiedzieć o swojej chorobie.

Floszyny to nowa klasa leków stosowanych głównie w leczeniu cukrzycy, ale szereg badań wykazał także ich działanie nefroprotektoryjne, które opóźnia postęp choroby nerek już w jej początkowym stadium i stwarza szansę na wydłużenie życia pacjentów z PChN.

– W 2040 roku przewlekła choroba nerek będzie piątą najczęstszą przyczyną zgonów, a nie dwunastą jak w tej chwili – dodaje prof. Ryszard Gellert. – Ludzie na świecie zaczynają umierać na nerki i na to odpowiada świat innowacyjnej farmacji, dzięki czemu widzimy ogromny przełom. Nefrologia to jest nauka, która zajmuje się leczeniem własnych nerek pacjenta, a nie leczeniem sztucznej nerki czy przeszczepianiem, to powinna być ostateczność. Wreszcie mamy armamentarium, które pozwala nam leczyć pacjentów tak, żeby jak najdłużej mogli żyć z własnymi nerkami, żeby nie umierali przedwcześnie na serce, infekcje, nowotwory czy udary mózgu.

Człowiek od efektów specjalnych

ROZMOWA z Tomaszem Matraszkem, jednym z najwybitniejszych i rozpoznawalnych charakteryzatorów polskiej kinematografii, który pracował z Agnieszką Holland, Romanem Polańskim, Jerzym Skolimowskim i Andrzejem Wajdą

Waldemar Sulisz

• Korzenie rodzinne?

– To Puławy, Lublin, Żyrzyn i wioska Osiny, gdzie urodził się mój ojciec. Ja urodziłem się w Radomiu, ale jako dziecko wakacje spędzałem w Osinach, zresztą kocham wieś do dnia dzisiejszego. Jako ośmioletni chłopak jeździłem wierzchem, koń wujka był tak wyrozumiały, że ilekroć spadłem na ziemię, zatrzymywał się i czekał, jak się na niego wydrapię.

• Edukacja?

– Szkoła Podstawowa w Radomiu, gdzie uczęszczałem na kółko malarskie, dalej Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych w Nałęczowie ze specjalnością mebel artystyczny i wikliniarstwo, ale w szkole fascynowała mnie rzeźba. Zdawałem na malarstwo na ASP w Warszawie, lecz się nie dostałem. Siostra znalazła mi w Warszawie dwuletnią, pomaturalną, teatralno filmową Szkołę Charakteryzacji, zdałem z wynikiem bardzo dobrym. Tam poznałem specjalistę od efektów specjalnych w filmach, tak mnie to zafascynowało, że postanowiłem zostać charakteryzatorem.

• Czego pana nauczyła szkoła charakteryzacji?

– Miałem historię sztuki, miałem rzeźbę, malarstwo, fryzjerstwo z perukarstwem, charakteryzację i efekty specjalne. Uczono nas odlewów twarzy, odlewów rąk, na twarzach robiliśmy zmiany, uczyliśmy się robić tysiny, studio waliśmy historię fryzur, co jest podstawą charakteryzacji. Z lateksu i specjalnej niemieckiej pianki robiliśmy maski. Robiliśmy głowy, ręce, nogi do scen batalistycznych. Żeby zrobić rany cięte lub blizny na twarzy, trzeba było najpierw zrobić odlew twarzy, zrobić z negatywu pozytyw, na pozytywie wyrzeźbić ze specjalnej plasteliny ranę czy bliznę, następnie znów trzeba było zrobić negatyw, złączyć negatyw z pozytywem i wlać do środka piankę. Taką maskę zakładaliśmy aktorom na twarz za pomocą specjalnego kleju. W tej chwili technologia poszła bardzo mocno do przodu, robimy z innych materiałów, np. używamy środków medycznych do efektów charakteryzatorskich.

• Czytałem, że aby nakręcić ujęcie, w którym Wołodyjowski rani Kmicica w głowę, na głowie Daniela Olbrychskiego umieszczono specjalną ochronną płytkę, a zamocowana z tyłu pompka tłoczyła krew. Jednak największe wrażenie robiła na mnie scena, kiedy Kuklinowski podpala bok Kmicica pochodnią.

– Najpierw bok aktora został zabezpieczony specjal-



nymi azbestowymi płytkami i żelami, na to charakteryzator mógł nałożyć wykonaną wcześniej „ranę”.

• Co było dalej?

– W 1983 roku skończyłem szkołę, zacząłem pracować jako charakteryzator w radomskim teatrze. Chciałem się dalej uczyć. Poszedłem na naukę do Wernera Kepplera, który robił efekty specjalne do filmu „Planeta małp” i w Berlinie Zachodnim otworzył Szkołę Efektów Specjalnych. Szkoła była płatna, rodzice mieli odłożone pieniądze, zapytali czy chcę pieniądze na mieszkanie czy na szkołę w Berlinie? Wybrałem szkołę. Kiedy nasz nauczyciel zobaczył, że ja już coś potrafię, zaproponował mi, żebym został jego asystentem na zajęciach.

• Dużo pan się nauczył?

– Bardzo dużo. Jeśli państwo zobaczycie „Planetę małp”, to w tamtych czasach zrobienie takich masek, które są ruchome i pracują na twarzy, zachowując mimikę wymagało nieprawdopodobnego talentu. To był geniusz. Maski były integralną częścią

twarzy. Nie wszystko mógł nam powiedzieć, czego mógł nauczyć, nauczył.

Pokazywał nam maski z filmu „Star Trek”, analizowaliśmy pianki, z jakich zostały zrobione.

Egzamin był bardzo trudny, miałem zrobić twarz Leonarda da Vinci,

zdałem na pięć, mam certyfikat od jednego z największych mistrzów od efektów specjalnych. To czego mnie nauczył, przydaje mi się na przykład podczas pracy w telewizyjnym programie „Twoja twarz brzmi znajomo”, gdzie trzeba było „zrobić” Marylę Rodowicz czy Violetę Villas. Ale przede wszystkim pracuję przy filmach fabularnych i dużych teatrach telewizji. Pracowałem przy „Pianiście” Romana Polańskiego, robiłem efekty specjalne do filmu „Pułkownik Chabert” z Gerardem Depardieu, robiłem bardzo dużo filmów z Andrzejem Wajdą, między innymi „Katyń” i film o Wałęsie.

Robiłem seriale, na przykład „Ekstradycję”, robiłem efekty specjalne do filmu „Ajka”, który zrobił Sergei Dvortsevoy, a Samal Yeslyamova zdobyła nagrodę dla najlepszej aktorki w Cannes.

• Najtrudniejsze zadanie w „Pianiście”?

– Moja córka zagrała tam dziewczynkę, która zostaje zastrzelona i potem leży na ulicy. A ponieważ była niska temperatura, dziecko nie mogło długo leżeć, miałem wykonać „kopię” córki. Mam jej głowę do dzisiaj. Klaudia miała wtedy 6 lat i zrobienie odlewu twarzy, rąk i nóg było wyzwaniem. Mam też album z filmu z podziękowaniem Polańskiego za charakteryzację.

• Jak się pracowało z Andrzejem Wajdą?

– Był wspaniałym człowiekiem o ogromnej kulturze, ale też bardzo wymagającym. Pamiętam, że podczas kręcenia filmu „Wałęsa. Człowiek z nadziei” Robert Więckiewicz, grający główną rolę doznał poważnej kontuzji. Stało się to podczas kręcenia sceny, kiedy

czołg przyjeżdża po nodze małego chłopca, Wałęsa to widzi, odchodzi. Wajda powiedział: No jak, Wałęsa widzi i nie zareagował? Musieliśmy dograć scenę, w której dwóch zomowców łapie Wałęsę za ręce i odciąga od czołgu, jeden uderza go tarczą. Uderzył tak nieszczęśliwie, że „ściął” całe „mięso” z nosa. Na szczęście na planie był lekarz Andrzej Tarasewicz, który jest wspaniałym chirurgiem i wiedział, co zrobić, żeby nie nastąpiła martwica tkanki. Ale przerwa na leczenie trwała 9 miesięcy.

• Najbardziej niebezpieczne sytuacje na planie?

– To wybuchy. Przy pewnym projekcie, który kręciliśmy w Petersburgu, reżyser stwierdził, że pneumatyczny wybuch zrobiony przez niemieckich pirotechników był za słaby. Poprosił rosyjskich pirotechników, żeby założyli ładunki. Scena była kręcona w patio, wybuch okazał się bardzo silny, ładunki wyrwały bruk w powietrze, mocno dostaliśmy po głowie kamieniami.

W trakcie charakteryzacji aktorzy się otwierają, mówią o swoich problemach, ale ja to wszystko zachowuję dla siebie. Jak spowiednik – mówi Tomasz Matraszek

FOT. MAŁGORZATA SULISZ

• Zdarzają się zabawne sytuacje?

– Tak, na przykład w „Ekstradycji” jeden z delikwentów odchodzi z walizką. Podczas kręcenie machał nią zbyt energicznie, w uzgodnieniu z Wojtkiem Wójcikiem włożyliśmy do walizki 25 kilogramowy odważnik, służący do stabilizacji statywów. Następny dubel, aktor łapie walizkę jak poprzednio, szarpie się, dźwiga, ciągnie. Reżyser mówi stop, teraz jest dobrze.

• Pracował pan z wieloma znakomitymi aktorami.

– Charakteryzator jest takim spowiednikiem. Na przykład przychodzi zdenerwowany aktor, mnie się dostaje, przyjmuję to na siebie, zachowuję spokój, który zaczyna udzielać się aktorowi. W trakcie charakteryzacji aktorzy się otwierają, mówią o swoich problemach, ale ja to wszystko zachowuję dla siebie. Jak spowiednik.

• Nad czym teraz pan pracuje?

– Rok temu „zrobiłem” film „Biały dom nad Renem”, następnie film „Prorok” o kardynale Wyszyńskim, na którego premierę bardzo czekam, aktualnie przygotowuję się do pracy przy niemieckim serialu.

• Jakiej zasady pan się trzyma w pracy i w życiu?

– Słuchać ludzi, nie dukać nikomu.

• Co jest w życiu najważniejsze? Zdrowie, szczęście, praca, pasja, rodzina, Bóg?

– Dla mnie najważniejsza jest moja rodzina i moje życie prywatne, mój spokój. Oraz to, żeby wykonywać swoją pracę jak najlepiej. Cieszę się, że wykonuję zawód, który kocham, który lubię i z który dostaję jeszcze pieniądze. O którym marzyłem. Jak byłem małym chłopcem, oglądałem „Czterech pancernych” i nigdy nie myślałem, że będę pracował z Januszem Gajosem, na przykład przy filmie „Złoty szalik”.

• Marzenia?

– Żeby moje dzieci skończyły dobre szkoły, żyły szczęśliwie, bez takich zagrożeń, jakie mamy teraz, żeby były dobrymi ludźmi. Kocham je nad życie i pragnę, żeby to życie było dla nich radosne i szczęśliwe. Jak będzie, to jeden Bóg na górze wie.

TEATRY:
TEATR STARY (ul. Jezuicka 18): PIĄTEK SOBOTA: Koncert: 8/10 – 19.00
TEATR OSTERWY (ul. Narutowicza 17): PIĄTEK: Nad Niemnem – 10.00
TEATR ANDERSENA (plac Teatralny 1): PIĄTEK: Pyza na polskich drózkach – 09.30, 11.00 SOBOTA: Pyza na polskich drózkach – 16.00 NIEDZIELA: Pyza na polskich drózkach – 12.00
TEATR MUZYCZNY (ul. Curie-Skłodowskiej 5): brak spektakli
CENTRUM KULTURY (ul. Peowiaków 12): brak spektakli
FILHARMONIA LUBELSKA (ul. Curie-Skłodowskiej 5): NIEDZIELA: Niedzielnny poranek muzyczny – 11.00

KINA:
CINEMA CITY PLAZA (ul. Lipowa 13): PIĄTEK: Batman dubbing – 12.10, 15.40, 17.10; Batman napisy – 10.45, 14.15, 17.45, 19.15, 20.15, 21.15; Belfast – 18.30; Bunkier strachu – 17.20, 19.30, 21.40; Cyrano – 20.40; Miłość, seks & pandemia – 21.50; Mój dług – 15.10; Nasze magiczne Encanto – 10.30; Pies – 13.00; Potworna rodzinka 2 – 13.40; Red Rocket – 19.30; Sing 2 – 10.00, 16.00; Skarb Mikołajka – 10.00; Spider-Man: Bez drogi do domu dubbing – 14.10; Śmierć na Nilu – 19.00; To nie wypada – 10.00, 11.50, 12.20, 13.30, 15.45, 16.45, 18.00; Uncharted dubbing – 09.00, 10.00, 14.30; Uncharted napisy – 17.00, 20.50, 22.00; Ups2! Bunt na arce – 12.30, 14.40; Wilk i jej sekret – 10.00 SOBOTA NIEDZIELA: Batman dubbing – 12.10, 15.40, 17.10; Batman napisy – 10.45, 14.15, 17.45, 19.15, 20.15, 21.15; Belfast – 18.30; Bunkier strachu – 17.20, 19.30, 21.40; Cyrano – 20.40; Miłość, seks & pandemia – 21.50; Nasze magiczne Encanto – 10.30; Pies – 13.00; Potworna rodzinka 2 – 10.00, 13.40; Red Rocket – 19.30; Sing 2 – 11.10, 16.00; Skarb Mikołajka – 11.50; Spider-Man: Bez drogi do domu dubbing – 14.10; Śmierć na Nilu – 19.00; To nie wypada – 10.00, 11.15, 12.20, 13.30, 15.45, 16.45, 18.00; Uncharted dubbing – 10.00, 14.30; Uncharted napisy – 17.00, 20.50, 22.00; Ups2! Bunt na arce – 12.30, 14.40; Za duży na bajki – 15.10
CINEMA CITY FELICITY (ul. Lipowa 13): PIĄTEK: Batman 2D dubbing – 13.30, 17.00; Batman 2D napisy – 13.00, 16.30, 19.15, 20.15; Batman 4DX dubbing – 10.30; Batman 4DX napisy – 14.00, 17.30, 21.00; Belfast – 20.20; Bunkier strachu – 16.50, 19.00, 21.10; Córka – 21.50; Najgorszy człowiek na świecie – 18.40; Nasze magiczne Encanto – 10.30, 12.20; Pies – 14.20; Potworna rodzinka 2 – 11.00, 13.20; Red Rocket – 20.30; Sing 2 – 10.30, 11.50, 16.40; Skarb Mikołajka – 10.00; Spider-Man: Bez drogi do domu 2D dubbing – 15.40; Śmierć na Nilu – 19.10; To nie wypada – 10.15, 11.15, 12.30, 13.30, 14.45, 15.45, 17.00, 18.00; Uncharted 2D dubbing – 12.50, 15.20; Uncharted 2D napisy – 17.50, 20.00; Ups2! Bunt na arce – 10.15, 14.50; Wyjdź za mnie – 21.20 SOBOTA NIEDZIELA: Batman 2D dubbing – 13.30, 17.00; Batman 2D napisy – 13.00, 16.30, 19.15, 20.15; Batman 4DX dubbing – 10.30; Batman 4DX napisy – 14.00, 17.30, 21.00; Belfast – 20.20; Bunkier strachu – 16.50, 19.00, 21.10; Córka – 21.50; Najgorszy człowiek na świecie – 18.40; Nasze magiczne Encanto – 10.30, 12.20; Pies – 14.20; Potworna rodzinka 2 – 11.00, 13.20; Red Rocket – 20.30; Sing 2 – 10.30, 11.50, 16.40; Śmierć na Nilu – 19.10; To nie wypada – 10.15, 11.15, 12.30, 13.30, 14.45, 15.45, 17.00, 18.00; Uncharted 2D dubbing – 12.50, 15.20; Uncharted 2D napisy – 17.50, 20.00; Ups2! Bunt na arce – 10.15, 11.20, 14.50; Wyjdź za mnie – 21.20; Za duży na bajki – 16.15
MULTIKINO (Galeria Olimp, al. Spółdzielczości Pracy 36b): PIĄTEK: Batman dubbing – 14.45, 18.50; Batman napisy – 13.50, 15.50, 17.10, 18.20, 19.30, 20.30; Bunkier strachu – 19.10, 21.55; Clifford. Wielki czerwony pies – 10.00; Dziewczyny z Dubaju – 21.00; Mój dług – 21.20; Najgorszy człowiek na świecie – 16.00, 19.55; Nasze magiczne Encanto – 13.20; Pies – 09.30; Potworna rodzinka 2 – 09.30; Sing 2 – 12.20; Skarb Mikołajka – 10.00, 10.30; Spider-Man: Bez drogi do domu dubbing – 10.00; To nie wypada – 10.00, 12.25, 13.00, 14.50, 16.05, 17.30, 18.30; Uncharted dubbing – 12.00, 13.25, 17.55; Uncharted napisy – 20.50; Ups2! Bunt na arce – 12.55, 15.00, 17.05 SOBOTA: Batman dubbing

– 14.35, 18.50; Batman napisy – 15.50, 17.30, 18.15, 19.30, 20.30; BTS Permission to dance on stage – 09.45, 13.45; Bunkier strachu – 19.10, 21.50; Dziewczyny z Dubaju – 21.00; Mój dług – 21.20; Najgorszy człowiek na świecie – 19.55; Nasze magiczne Encanto – 10.50; Potworna rodzinka 2 – 10.30; Sing 2 – 12.05; To nie wypada – 10.00, 11.15, 12.25, 13.40, 14.50, 16.05, 17.30, 18.30; Uncharted dubbing – 11.00, 16.15, 17.55; Uncharted napisy – 21.10; Ups2! Bunt na arce – 10.00, 12.55, 15.00, 17.05; Za duży na bajki – 13.20 NIEDZIELA: Batman dubbing – 10.15, 14.35, 18.50; Batman napisy – 13.50, 15.50, 17.10, 18.15, 19.30, 20.30; BTS Bunkier strachu – 19.10, 21.50; Dziewczyny z Dubaju – 21.00; Mój dług – 21.20; Najgorszy człowiek na świecie – 16.00, 19.55; Nasze magiczne Encanto – 10.50; Potworna rodzinka 2 – 10.30; Sing 2 – 12.05; To nie wypada – 10.00, 10.40, 11.15, 12.25, 13.00, 13.40, 14.50, 16.05, 17.30, 18.30; Uncharted dubbing – 10.45, 13.25, 17.55; Uncharted napisy – 20.50; Ups2! Bunt na arce – 10.00, 12.55, 15.00, 17.05; Za duży na bajki – 13.20
KINO BAJKA (ul. Radziszewskiego 8): PIĄTEK: Wilk i jej sekret – 09.30; Sonata – 11.15, 15.00; Najgorszy człowiek na świecie – 12.15, 17.30; Skarb Mikołajka – 13.30; Cud Guadalupe – 15.30; Matki równoległe – 17.15; Drive my car – 19.30; Córka – 20.00 SOBOTA: PIĄTEK: Sonata – 10.15, 15.00; Najgorszy człowiek na świecie – 10.00, 17.30; Ups2! Bunt na arce – 12.15, 17.30; Skarb Mikołajka – 13.45, 15.30; Matki równoległe – 17.15; Drive my car – 19.30; Córka – 12.45, 20.00 NIEDZIELA: Sonata – 15.00; Najgorszy człowiek na świecie – 17.30; Ups2! Bunt na arce – 12.00; Skarb Mikołajka – 13.00; Cud Guadalupe – 13.45, 15.30; Matki równoległe – 17.15; Drive my car – 19.30; Córka – 12.45, 20.00
CENTRUM KULTURY (ul. Peowiaków 12): PIĄTEK: Nadzieja umiera ostatnia – 18.00; Belfast – 20.00 SOBOTA: Belfast – 18.00; Córka – 20.00 NIDZIELA: Miss Impossible – 12.00; Córka – 17.00; Belfast – 19.15
CENTRUM SPOTKANIA KULTUR (plac Teatralny 1): PIĄTEK SOBOTA: Najgorszy człowiek na świecie – 19.00 NIEDZIELA: Najgorszy człowiek na świecie – 18.00
DDK CZECHÓW (ul. Kiepurys 5a): brak seansów
PULAWY SYBILLA (ul. Partyzantów 6): PIĄTEK: Batman – 20.15; Cud Guadalupe – 14.25; Śmierć na Nilu – 18.00; Ups2! Bunt na arce – 16.15 SOBOTA NIEDZIELA: Batman – 20.15; Cud Guadalupe – 12.25; Śmierć na Nilu – 18.00; Ups2! Bunt na arce – 16.15; Za duży na bajki – 14.15
BIAŁA PODLASKA – MERKURY (ul. Brzeska 43): PIĄTEK: Batman – 19.45; Cud Guadalupe – 17.45; Ups2! Bunt na arce – 16.00 SOBOTA NIEDZIELA: Batman – 19.15; Cud Guadalupe – 15.00; Sonata – 17.00; Ups2! Bunt na arce – 11.15; Za duży na bajki – 13.00
ŚWIDNIK – LOT (al. Lotników Polskich 24): PIĄTEK SOBOTA NIEDZIELA: To nie wypada – 15.00, 17.00; Batman – 19.15
ZAMOŚĆ – STYLÓWY (ul. Odrodzenia 9): PIĄTEK: Batman dubbing – 14.00; Batman napisy – 18.00, 19.45; Bunkier strachu – 20.30; Cud Guadalupe – 18.15; Drive my car – 19.30; Jedenaste: Znaj sąsiada swego – 19.00; Najgorszy człowiek na świecie – 17.00; To nie wypada – 11.00, 14.00, 15.45, 17.30; Ups2! Bunt na arce – 10.00, 16.15 SOBOTA NIEDZIELA: Batman dubbing – 14.00; Batman napisy – 18.00, 19.45; Bunkier strachu – 18.30, 20.30; Cud Guadalupe – 18.15; Drive my car – 19.30; Jedenaste: Znaj sąsiada swego – 19.00; Najgorszy człowiek na świecie – 17.00; To nie wypada – 11.00, 14.00, 15.45, 17.30; Ups2! Bunt na arce – 12.00, 14.15
CHEŁM – ZORZA (ul. Strażacka 2): PIĄTEK: Batman dubbing – 20.30; Miłość jest blisko – 18.15; To nie wypada – 13.30, 16.00 SOBOTA: Batman napisy – 20.30; Miłość jest blisko – 18.15; To nie wypada – 11.00, 13.30, 16.00 NIEDZIELA: Batman dubbing – 20.30; Miłość jest blisko – 18.15; To nie wypada – 11.00, 13.30, 16.00
ŁUKÓW – ŁOK (ul. Wyszyńskiego 20): PIĄTEK: Potworna rodzinka 2 – 12.15; Ups2! Bunt na arce – 14.30, 16.15; Batman dubbing – 20.00 SOBOTA NIEDZIELA: Amazonia – 10.30; Potworna rodzinka 2 – 12.15; Ups2! Bunt na arce – 14.30, 16.15; Batman dubbing – 20.00
LUBARTÓW – LEWART (Rynek II 1): PIĄTEK SOBOTA NIEDZIELA: Ups2! Bunt na arce – 13.00; Uncharted dubbing – 15.00; Uncharted napisy – 17.30; Batman – 20.00



Muzyczna Scena Młodych: B6

KONCERT W ramach cyklu Muzyczna Scena Młodych, Centrum Spotkania Kultur w Lublinie (plac Teatralny 1) zaprasza na występ lubelskiej grupy B6. Wydarzenie odbędzie się w sobotę o godz. 19. Muzyczna Scena Młodych to nowa propozycja CSK. Repertuar

cyklu wybierany będzie przez młodzież drogą rekomendacji i głosowania. Scena to zarazem przestrzeń skierowana do młodzieży oraz przestrzeń w ramach której młodzież mogłaby się prezentować. Jako pierwszy w cyklu pojawi się zespół B6 z Lublina w składzie:

• Martyna Sabak – wokal • Kuba Stasikowski – gitara • Arek Borzęcki - bas, instrumenty klawiszowe • Piotr Karczewski - perkusja. Grupa gra muzykę z pogranicza pop-rocka inspirowaną brzmieniami lat 1990/2000. Bilety: 15 zł. **DAD**

Fertile Hump i Colors

MUZYKA W ramach muzycznego cyklu „Peryferia” 12 marca o godz. 20 w Dzielnicowym Domu Kultury Węglin (ul. Judyma 2a) wystąpią zespoły Fertile Hump i Colors. Dochód z koncertu zostanie przeznaczony na rzecz ofiar wojny w Ukrainie. Fertile Hump to duet tworzony przez Magdę (gitara) i Tomka (perkusja). Zespół ma na swoim koncie trzy płyty i EP, zagrał też setki koncertów w całej Europie. Colors to

formacja założona przez artystów z Puław i Otwocka. W 2021 roku wydali debiutancką płytę. Grają muzykę alternatywną. - Zespoły łączą wspólna kolaboracja z jedną z najważniejszych wytwórni, którą promuje w naszym kraju solidne, niezależne dźwięki: Antenę Krzyku - podkreślają organizatorzy. Bilety na koncert kosztują 20 zł. Honoraria artystów i wpływy z bi-



letów zasilą konto stowarzyszenia Homo Faber, by zapewnić opiekę psychologiczną, prawną i medyczną dla ofiar wojny w Ukrainie. **DAD**

Lekko mówiąc

NA SCENIE W piątek, 11 marca o godz. 19.30 w Chatce Żaka (ul. Radziszewskiego 16) będzie można zobaczyć spektakl „Lekko mówiąc”. Dochód zostanie przeznaczony na pomoc Ukrainie. Spektakl w wykonaniu Grupy Tanecznej zMYśl we współpracy z Anną Ciarkowską przedstawia kilkadziesiąt pojedynczych historii o tym, co skrywa każdy z nas. Przekazane za pomocą ruchu opowieści o codziennych, przyziemnych

zmaganiach dadzą nam możliwość dotarcia do uniwersalnych prawd o trudzie życia. - Spektakl nasz ma na celu pokazać za pomocą tańca i ruchu moc słów. Ciała staną się w nim środkiem do udostępnienia światu tego, co pozostaje schowane wewnątrz. Pragniemy dotrzeć do prawdy ludzkiego serca ukrytej często za sztucznym uśmiechem - podkreślają twórcy. Aby wziąć udział w wydarzeniu, należy wpłacić dowolną darowiznę



na zbiórkę prowadzoną przez Uniwersytet Marii Curie Skłodowskiej w Lublinie na portalu zrzutka.pl. **DAD**

Machina

MUZYKA Lubelska grupa rockowa Machina w sobotę, 12 marca, o godz. 20 wystąpi w Kultowej Klubokawiarni (ul. Herbowa 2a). Grupa powstała w 2009 roku w Lublinie z inicjatywy wokalisty Michała Denisa i gitarzysty Krzysztofa Bobyka. Zespół w ostatniej dekadzie brał udział m.in. w show Polsatu „Must Be The Music” oraz w festiwalach muzycznych, takich jak „Kraśnik

Blues Meeting” na którym w 2014 roku zdobyli Grand Prix. Skład zespołu: • Michał Denis (wokal) • Marcin Fidecki (klawisze) • Piotr Koszałka (gitary) • Filip Leszczyński (perkusja) • Marcin Sokołowski (gitara basowa). W 2019 roku zespół Machina wydał debiutancką płytę „Czarodzieje Pustych Słów” pod okiem włoskiego producenta muzycznego Giuseppe Bassiego.



Bilety na koncert w cenie 20 zł dostępne są na platformie kupbilecik.pl. Dochód z biletów będzie przeznaczony na zakup potrzebnych rzeczy dla Ukrainy. **DAD**

Studio 54

NA SCENIE W piątek, 11 marca o godz. 19 w Centrum Kongresowym Uniwersytetu Przyrodniczego (ul. Akademicka 15) będzie można zobaczyć popularny musical „Studio 54”. To wielokrotnie nagradzana historia opowiedziana za pomocą anegdot i historyjek. Widowisko oparte jest na popularnych utwo-

rach takich gwiazd, jak: Frank Sinatra, Abba, Boney M, Madonna, Wham czy Michael Jackson. - Będzie to niesamowita gratka dla koneserów muzyki lat 70’i 80’ czyli ery prawdziwego disco! - zachęcają organizatorzy wydarzenia. Bilety na wydarzenie kosztują od 80 do 100 zł. Wejściówki dostępne na platformie kupbilecik.pl. **DAD**





FOT. ZMIECER WĄJOWSKI

Marie zaśpiewa w Sercu



MUZYKA Wokalistka znana z przeboju „Zero Calorie Cookie”, 11 marca o godz. 18 wystąpi w lubelskim Sercu (ul. Kapucyńska 1-3).

Pochodząca z Bychawy Marie zdobyła dużą popularność w sieci, publikując swoje utwory na YouTube i Spotify. Po tym, jak w 2020 roku wydała opublikowała trzy single z albumu „Candybar”, jej kariera nabrała szybszego tempa. Przed rokiem wydała cieszące się popularnością hity „Zero Calorie Cookie” czy „Papieros”.

- Dziś Marie jest młodą cenioną artystką, która każdą kolejną premierą przyciąga masę uwagi - podkreślają organizatorzy koncertu.

DAD

Na pomoc Ukrainie

MUZYKA W piątek, 11 marca o godz. 18 w kawiarni Chatka Cafe (Chatka Żaka, ul. Radziszewskiego 16) odbędzie się koncert charytatywny „Na pomoc Ukrainie”.

Młodzi artyści z Lublina chcą wspomóc osoby uciekające przed wojną. Stąd pomysł na koncert, podczas którego wystąpią trzy młode lokalne formacje.

Jako pierwsi na scenie pojawią się artyści z duetu Aniela & Emil. Ich współpraca rozpoczęła się w 20212 roku podczas Festiwalu Dni Młodzieży w Lublinie. Grają muzykę z pogranicza alternatywy i popu. Następnie wystąpią Emil Robak i Artur Kopciowski, którzy w latach 2015-2019 tworzyli lubelski rockowy zespół Mad Sun, a teraz po raz pierwszy od trzech lat wystąpią razem na żywo.

Wystąpi także zespół The Embers, w którym obecnie występuje Artur Kopciowski. Zespół powstał w Lublinie w trakcie pandemii z inicjatywy Isaaca Trounce'a z Australii. W zespole gra też perkusista z Ukrainy - Yura Er.

Podczas koncertu organizatorzy będą prowadzić zbiórkę, z której cały dochód przeznaczymy na rzecz akcji SOS UKRAINA organizowanej przez Polską Akcję Humanitarną.

DAD

Prace Tima Daltona

DO ZOBACZENIA W Centrum Spotkania Kultur (plac Teatralny 1) można oglądać wystawę prac rysunkowych Tima Daltona z Wielkiej Brytanii.

Dalton jest reżyserem teatralnym, scenografem oraz artystą wizualnym. Ukończył m.in. Falmouth School of Art, Bath Academy of Art oraz Akademię Sztuk Pięknych w Krakowie. Ma na swoim koncie udział w licznych wystawach w różnych zakątkach świata, m.in. we Francji, Wielkiej Brytanii i Stanach Zjednoczonych. Dalton zajmuje się m.in. wizualną koncepcją przestrzeni gry w teatrze, prowadził badania nad ciałem aktora. Jednym z jego kluczowych osiągnięć było stworzenie ogromnej plenerowej imprezy/widowiska na Igrzyskach Olimpijskich w Lillehammer w 1994 roku.

W Lublinie zaprezentowana zostanie instalacja z rysunkami artysty. - Tworzę obrazy zaczerpnięte z fragmentów mitologii i źródeł poetyckich, tematy, które mam nadzieję omamnia go swoją chwilową lub czarowną symboliką - twierdzi Dalton.

Wystawa będzie czynna dla zwiedzających do 1 maja.

DAD

Scena Reduta już w trasie

TEATR Wystartowała druga edycja objazdowej Sceny Reduta. 4 marca w Tarnogrodzie i 6 marca w Krasnymstawie zaprezentowano spektakl „Grace i Gloria” ze Stanisławą Celińską i Lucyną Malec w rolach tytułowych. W kwietniu sztukę zobaczą także widzowie w Kraśniku i Biłgoraju

Scena Reduta to inicjatywa Teatru im. Juliusza Osterwy w Lublinie, której celem jest nawiązanie do tradycji lubelskiego teatru objazdowego, który już w XIX wieku wyruszał w Polskę z gościnnymi występami.

- Scena Reduta daje widzowi unikalną możliwość obejrzenia spektaklu u siebie, na własnej scenie, we własnej miejscowości. Pozwala społeczności na bycie razem, wspólne przeżywanie

sztuki. Scena Reduta to przestrzeń, która pomaga budować wspólnotę - podkreśla Dyrektor Teatru Osterwy, Redbad Klynstra-Komarnicki.

Jako pierwszy w tym roku prezentowany jest spektakl „Grace i Gloria”, który powróci na trasie Sceny Reduta 1 kwietnia w Centrum Kultury i Promocji w Kraśniku i 2 kwietnia w Biłgorajskim Centrum Kultury.

- To jest prawdziwe, żywe spotkanie z ludźmi. Inicjatywa

Sceny Reduta jest przepiękna i chętnie się do niej przyłączam - twierdzi grająca jedną z ról w spektaklu Stanisława Celińska.

Widzowie będą mogli obejrzeć także spektakl Teatru im. J. Osterwy w Lublinie „Małe zbrodnie małżeńskie” Erica Emmanuela Schmitta w reżyserii Marka Pasiecznego oraz „Antygona w Nowym Jorku” Janusza Głowackiego w reżyserii Jana Hussakowskiego.

- Chcemy, aby Scena Reduta stała się miejscem do regularnego spotkania z widzami i dawania im możliwości obcowania z wartościowymi spektaklami dlatego będzie odwiedzała miasta będące w jej sieci partnerskiej - dodaje Klynstra-Komarnicki.

Trasę Sceny Reduta można na bieżąco śledzić w mediach społecznościowych, a aktualny repertuar znajduje się na stronie internetowej www.scenareduta.pl.

DAD

Wiosna w Teatrze Andersena

NA SCENIE Już 19 marca swoją premierę będzie miała najnowsza sztuka Teatru Andersena: „Drzewo życzeń” w reżyserii Mateusza Przyłęckiego. Na wiosnę instytucja szykuje ciekawy repertuar spektakli oraz zajęć edukacyjnych

Obecnie na scenie Teatru Andersena można oglądać spektakl „Pyza na polskich drózkach” Daniela Arbaczewskiego. To propozycja dla najmłodszych widzów w wieku do 5 lat. Tytułowa Pyza zabiera dzieci na ścieżki, na których sama stawia pierwsze kroki, gdzie można spotkać bogaty podwórkowy zwierzynek. Każde spotkanie ze zwierzątkiem to jednocześnie spotkanie z ludową piosenką i z polskim folklorem.

Pokazy: 11 marca, godz. 9.30, 11.30; 12 marca, godz. 12; 13 marca, godz. 16.

19 marca o godz. 17 zaplanowano uroczystą premierę nowego spektaklu: „Drzewo życzeń”. Bohaterką opowieści jest Samar, która wraz z rodziną emigruje do



małego miasteczka w Ameryce. Niestety nie wszyscy przyjmują ich z otwartymi ramionami. Samar czuje się samotna. Jej największym marzeniem jest mieć przyjaciela.

Spektakl będzie można oglądać do 31 marca. Terminarz: 20, 26 marca, g. 16:00; 22 - 25 marca, g. 9:30 i 11:30; 27 marca, g. 12:00; 29 - 31 marca, g. 9:30 i 11:30.

W kwietniu Teatr Andersena zaprasza na spektakl „Proszę słonia” o małym chłopcu Piniu, który swoje witaminki „na rośnięcie” wrzucał do trąby porcelanowego słonika. W efekcie zamiast wielkiego syna rodzice zostali posiadaczami wielkiego słonia, który z każdym dniem coraz bardziej wypełniał ich dom...

Teatr Andersena zaprasza także do udziału w warsztatach teatralnych dla grup zorganizowanych. Pełna oferta warsztatów i spotkań dla grup zorganizowanych, rodzin, młodzieży i dorosłych na stronie www.teatrandersena.pl/edukacja.

• W ramach akcji „Solidarni z Ukrainą” Teatr Andersena oferuje bilety dla obywateli Ukrainy za 1 zł.

DAD

Niedzielnny Poranek z Filharmonią

MUZYKA „Wiolonczela jakiej nie znacie!” to tytuł najbliższego spotkania dla rodzin w Filharmonii Lubelskiej (ul. Curie-Skłodowskiej 5) - w niedzielę, 13 marca o godzinie 11.

Na scenie Filharmonii w niedzielę pojawią się uczniowie i nauczyciele szkoły Suzuki Cello Studio Lublin, a całość poprowadzi

Maria De Alba. W programie koncertu znajdują się utwory m.in. Brevala, Butterwortha i Hocketta.

- Zespół wiolonczelistów w przeróżnym wieku reprezentuje repertuar, jakiego jeszcze nigdy nie słyszeliśmy - przekonują organizatorzy wydarzenia.

Bilety na koncert kosztują od 15 do 25 zł.

DAD

Meet Life Style

MUZYKA Frustra, The Helping Hand oraz Ashta Eez wystąpią podczas trzeciego spotkania z cyklu „Meet Life Style” w Chatce Żaka (ul. Radziszewskiego 16). Wydarzenie zaplanowano na 13 marca o godz. 19.30.

Frustra to studencki zespół grający autorską muzykę. Artyści mieli niedawno okazję debiutować grając w Chatce Żaka swój pierwszy koncert. Swoją repertuar budują w oparciu o starsłowińskie legendy dokonując jednak jego interesujących reinterpretacji.

The Helping Hand to grupa, której członkowie pochodzą z czterech

krajów: Indii, Zimbabwe, RPA oraz Botswany, a jednocześnie uczęszczają do czterech różnych lubelskich uczelni - Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Wyższej Szkoły Przedsiębiorczości i Administracji, Wyższej Szkoły Ekonomii i Innowacji i Wyższej Szkoły Społeczno-Przyrodniczej im. Wincentego Pola.

Tego wieczora kilka solowych piosenek zaśpiewa także Ashta Eez z Zimbabwe.

Wstęp wolny. Liczba miejsc ograniczona.

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
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

WÓJT GMINY WYSOKIE

INFORMUJE, ŻE

na stronie <http://ugwysokie.bip.lubelskie.pl> oraz na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Wysokie **zostało wywieszone ogłoszenie o drugim przetargu na sprzedaż nieruchomości stanowiącej działkę nr 281/3 o pow. 0,35 ha położonej w obrębie 060915_2.0015 – Maciejów Stary**. Cena wywoławcza 54.000,00 zł + VAT. Wysokość wadium 6.000,00 zł. Termin i miejsce przetargu: 12.04.2022 r., godz. 10.00, Wysokie ul. Nowa 1. Szczegółowe informacje dotyczące przetargu można uzyskać w UG Wysokie, pokój Nr 1, telefonicznie **(84) 680-62-06 wew. 2**, na stronie www.wysokie.pl.

in780

OGŁOSZENIE
PREZYDENTA MIASTA LUBLIN

o wydłużeniu terminu ponownego (II) wyłożenia do publicznego wglądu projektów zmian miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego miasta Lublin - część I - obszar północno-wschodni dla obszarów: obszar A - rejon ulic: Strzeszewskiego i Strzembosza oraz obszar D - rejon alei Spółdzielczości Pracy wraz z prognozami oddziaływania na środowisko

Na podstawie art. 17 pkt 9, 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2022 r. poz. 503), art. 39 ust. 1, art. 40 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2021 r. poz. 2373 z późn. zm.), uchwały Rady Miasta Lublin **Nr 77/III/2019 z dnia 31 stycznia 2019 r.** w sprawie przystąpienia do sporządzenia zmian miejscowych planów zagospodarowania przestrzennego miasta Lublin - część I - obszar północno-wschodni dla dwóch z czterech obszarów objętych w/w uchwałą: **obszar A - rejon ulic: Strzeszewskiego i Strzembosza oraz obszar D - rejon alei Spółdzielczości Pracy** w granicach oznaczonych na załączniku graficznym.

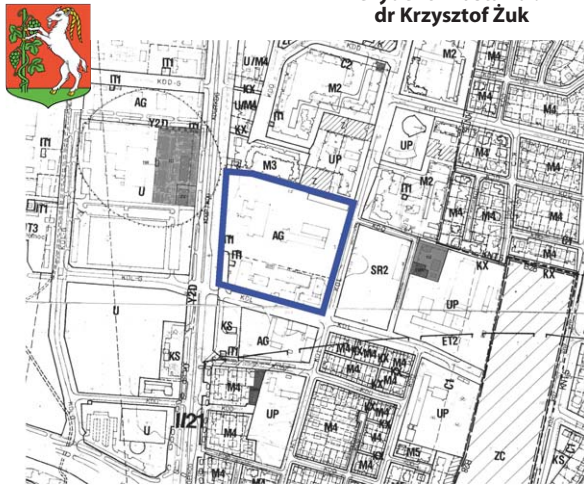
Termin rozpoczętego w dniu 28 lutego 2022 r. wyłożenia projektów zmian planów wraz z prognozami oddziaływania na środowisko zostaje wydłużony z dnia 21 marca 2022 r. **do dnia 30 marca 2022 r.** W/w dokumenty udostępnione są **w godzinach od 8.00 do 15.00** w siedzibie Urzędu Miasta Lublin, Wydział Planowania, ul. Wieniawska 14, XII piętro, pokój nr 1206A, **jak również na stronach internetowych Biuletynu Informacji Publicznej UM Lublin w zakładce planowanie przestrzenne.**

Zgodnie z art. 18 ust. 1 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym oraz art. 39 ust. 1 ustawy o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko, każdy kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie planu miejscowego oraz w prognozie oddziaływania na środowisko może wnieść uwagi.

Uwagi należy składać na piśmie lub drogą elektroniczną do Prezydenta Miasta Lublin, Plac Króla Władysława Łokietka 1, 20-109 Lublin, e-mail: planowanie@lublin.eu, ePUAP: /UMLublin/SkrytkaESP lub za pośrednictwem formularza internetowego www.deczyduje.lublin.eu z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy. Nieprzekraczalny termin składania uwag zostaje wydłużony z dnia 5 kwietnia 2022 r. **do dnia 14 kwietnia 2022 r.**

Zgodnie z art. 8a ust. 1 oraz art. 17a ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym w związku z przetwarzaniem przez Prezydenta Miasta Lublin, danych osobowych, uzyskanych w toku prowadzenia postępowań dotyczących sporządzania aktów planistycznych, prawo, o którym mowa w art. 15 ust. 1 lit. g rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych), przysługuje, jeżeli nie wpływa na ochronę praw i wolności osoby, od której dane te pozyskano.

Prezydent Miasta Lublin
dr Krzysztof Żuk



granice opracowania - Spółdzielczości Pracy



granice opracowania - Strzeszewskiego Strzembosza

in777

HANDEL

**RZEŹNIA KUPI BYDŁO
POURAZOWE DO UBOJU Z
KONIECZNOŚCI TEL. 511 075
866, 662 396 670.**

029022L01.A

MATRYMONIALNE

JESTEM po siedemdziesiątce, 185 cm wzrostu, wyształcenie wyższe. Poszukuję drugiej połowy, jestem fizycznie sprawny, jeżdżę samochodem. Tel. 530 061 027

022922L01.A



Zamów
**ogłoszenie
drobne** w
Dzienniku Wschodnim!

Tylko 100 zł* netto
za miesiąc.

* o szczegóły pytaj w **Biurze Ogłoszeń Dziennika Wschodniego**,
tel. **081 46-26-971,**
081 46-26-976

in/zajawki/bi0009a

021822L01.A

004222L01.A

NIERUCHOMOŚCI

DZIAŁKI

WYNAJME ogródek działkowy na ROD Kalina, ul. Zawilcowa
Uwaga: działka nie była używana w sezonie 2021. - schówek 1,5 M2 na narzędzia, częściowo ogrodzona. Obowiązek dbania o zieleni, koszenia trawy, zapewnienia estetycznego wyglądu działki po stronie najemcy, do czego najemca zostanie zobligowany umową. Umowa na 2 lata, z możliwością przedłużenia na kolejne lata, jeżeli działka będzie zadbane (brak uwag zarządu ROD). Opłata miesięczna: 1,00 zł. (jeden złoty). Kontakt: newjersey113@zoho.com Kontakt tel. tylko na nr. za granicą: 00354 854 46 42

019722L01.A

PRACA

ZATRUDNIĘ pracowników do prac budowlanych oraz ociepleń z zamieszkaniem. telefon 501 182 362

021822L01.A

TURYSTYKA

WCZASY DLA SENIORA – Krynica Morska – 8 dni od 949 zł/os., Stegna – 8 dni od 849 zł/os. tel:534244044. www.wczasy-senior.pl

025122L01.A

USŁUGI

OGŁOSZENIE

BURMISTRZ
MIASTA RADZYŃ PODLASKI

PODAJE DO PUBLICZNEJ WIADOMOŚCI,

że został wywieszony na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Radzyń Podlaski na okres 21 dni tj. od dnia 9 marca 2022 r. do dnia 30 marca 2022 r. wykaz lokali mieszkalnych przeznaczonych do sprzedaży na własność w trybie bezprzetargowym na rzecz głównego najemcy wraz ze sprzedażą ułamkowej części gruntu pod budynkiem z udzieleniem 90 % bonifikaty, wymienionego w wykazie stanowiącym załącznik do zarządzenia.

Na podstawie art. 35 ust. 1 i 2 i art. 37 ust. 1 i 2 pkt. 1 i 5 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (j.t.Dz.U.2021.1899 ze zm.), w terminie 6 tygodni od daty wywieszenia wykazu tj. od 9 marca 2022 r. mogą być składane wnioski przez osoby, którym przysługuje pierwszeństwo w nabyciu nieruchomości na podstawie art. 34 ust. 1 pkt 1 i pkt 2.

Wykaz jest załącznikiem do Zarządzenia Nr 22 Burmistrza Miasta Radzyń Podlaski z dnia 9 marca 2022 r.

in782

Biuro Ogłoszeń
Dziennika Wschodniego

Lublin, ul. 3 Maja 18/2

✉ reklama@dziennikwschodni.pl

☎ 81 46 26 820

Specjaliści do spraw reklamy:

Agnieszka Brania
agnieszka.brania@dziennikwschodni.pl
kom. 691 770 012

Sylvia Karłowicz
sylvia.karlowicz@dziennikwschodni.pl
kom. 697 770 404

Patrycja Dubicka
patrycja.kowalska@dziennikwschodni.pl
kom. 691 770 019

Biuro Ogłoszeń
eliza.jakuszewska@dziennikwschodni.pl
tel. 81 46 26 820
kom. 697 770 393

bi0031

WYWÓZ złomu, sprzętu AGD, RTV, gruzu, mebli, ubrań, sprzątanie piwnic, strychów, garaży, domów po lokatorach i zmarłych i inne. Wycinka drzew, podcinanie, karczowanie koszenie i sprzątanie działek, wywóz gałęzi, prace rozbiórkowe (stare domy, stodoły, komórki, szklarnie itp.) . Odniezanie dachów. placów, chodników. Wywóz śniegu. Całe województwo od 8 do 21, 514-299-106.

019722L01.A

BUDOWLANE

DOCIEPLANIE budynków szybko, tanio, solidnie. 502 053 214.

013222L01.A

HYDRAULIKA, gaz, glazura, elektryka. Remonty kompleksowo- wykończeniowe, adaptacja pomieszczeń, płyty g-k, usługi z dofinansowania przez PEFRON za pośrednictwem MOPR, tel. 501-035-412.

019622L01.A

ZDROWIE

EXPRESS-DENT stomatologia zachowawcza, protetyka, umowa z NFZ: ul. Hipoteczna 2, tel. 81 743 62 60; ul. Staszica 8, tel. 81 534 62 60; ul. Staszica 12, tel. 81 534 62 70, www.express-dent.pl.

025122L01.A

APARATY SŁUCHOWE

APARATY SŁUCHOWE dobór, sprzedaż, serwis na miejscu, refundacje, wizyty domowe, raty, **FIRMA MEDIKA JERZY KAPITAN, LUBLIN, ul. Nowowiejskiego 2a, LUBARTÓW, ul. Cicha 19, KRASNYSTAW, ul. Browarna 6, 81/473-54-01, 668-277-760**

202021L01.A

masz firmę?



Zamów

Dziennik Wschodni
+ portal
www.dziennikwschodni.pl

**Tylko 100 zł*
netto za miesiąc**

* o szczegóły pytaj w
**Biurze Ogłoszeń
Dziennika Wschodniego**

☎ 81 46 26 820

✉ reklama@dziennikwschodni.pl

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

Całodobowo 81 744 50 31, 503 02 68 83

Budowa i sprzedaż grobów na Majdanku
Prosektorium i sala pożegnań • Oprawa muzyczna ceremonii • Kwiaty • Kremacje
Trumny, Urny • Ekshumacje, pogłębianie grobów • Namiot pogrzebowy

in196 26

AAA KALLA CAŁODOBOWE USŁUGI POGRZEBOWE
www.kalla.lublin.pl

LUBLIN, UL. CMENTARNA 16
tel. 81 748 64 54, 602 475 176

ZASILEK POGRZEBOWY WYPŁACAMY PRZED POGRZEBEM
Kremacje w 24 godziny • Pogłębianie grobów • Ekshumacje
Sprzedaż grobów na cmentarzu na Majdanku
BEZPŁATNA CHŁODNIA W LUBLINIE

c24089



**NEKROLOGI
KONDOLENCJE
PODZIĘKOWANIA**

*na dzień następny
można zamawiać do 14.00*

Wszystkie informacje
pod nr. tel. 81 46-26-820
lub e-mail:
eliza.jakuszewska@dziennikwschodni.pl

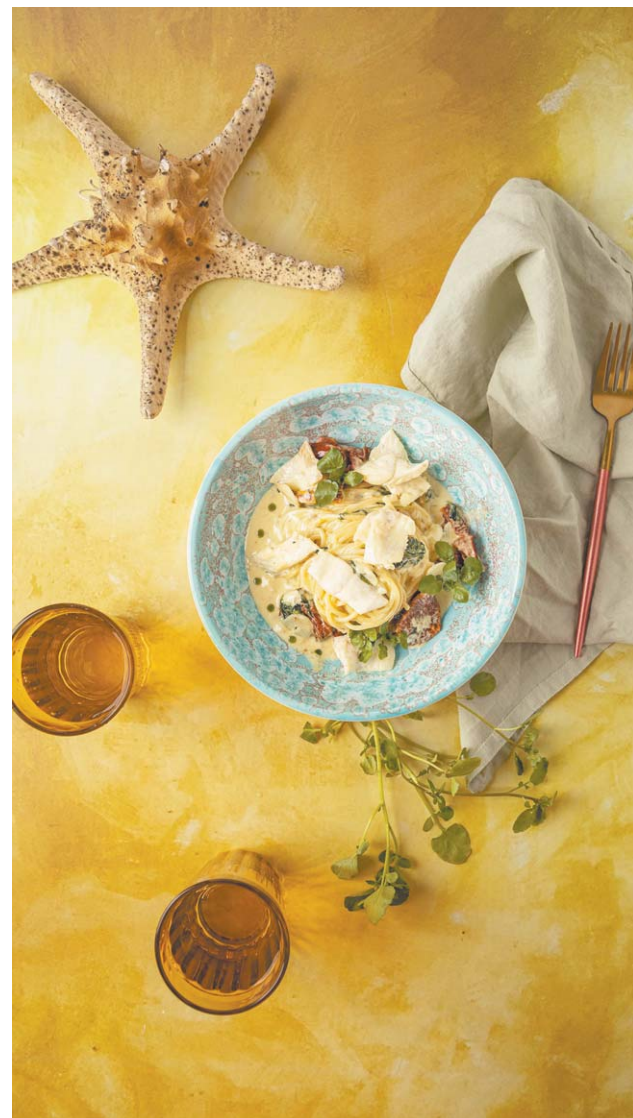
n1_w_2x2



Pierogi z wędzonym dorszem



Stek z łososia na pieczonym kalafiorze



Spaghetti z flądą

FOT. JOANNA MATYJEK/NATURALNIE BAŁTYCKIE

Bałtyckie przysmaki

Postne dania z ryb to doskonały smak. Dziś polecamy ryby z naszego Bałtyku. Polskie dorsze, flądry, łososie i śledzie są bardzo cenione w Europie. W polskiej części Bałtyku żyje nawet tajemniczy zając morski. Jego ikra po zabarwieniu na czarno sprzedawana jest jako tani kawior. Jaką bałtycką rybę warto zjeść? Oto nasze propozycje

Waldemar Sulisz

Do naszej redakcji dotarła właśnie książka „Ryby bałtyckie naturalnie” z fascynującymi przepisami na dania z ryb bałtyckich. To efekt dwuletniej prezentacji przepisów blogerów i szefów kuchni w mediach społecznościowych.

– Najciekawsze z przepisów weszły do książki „Ryby bałtyckie naturalnie”, dostały nowy szlif, a poszczególne rozdziały książki zostały poprzedzone merytorycznym wstępem – mówi Gieno Mientkiewicz, który wcześniej wraz z Andrzejem Szyłarem pracował nad książką „Śledzie bałtyckie. Naturalnie”. Oba wydawnictwa stanowią niepowtarzalny duet, wspólną cechą obu publikacji jest piękna szata graficzna. Wśród dzisiejszych przepisów trzy pochodzą z książki „Ryby bałtyckie naturalnie”. A my zaczynamy od dzikiego łososia z Bałtyku. Jego delikatne mięso może być gotowane, grillowane, pieczone i smażone.

Łosoś z piekarnika

SKŁADNIKI: 1 kg łososia, 2 jajka, 10 dag sera żółtego, 10 dag leśnych grzybów, zielona pietruszka, sól, papryka, pieprz, mąka, śmietana, masło.

WYKONANIE: filet z łososia pokroić na kawałki i posolić, obtoczyć w mące, wymieszanej z papryką i odrobiną pieprzu. Piec na gorącym tłuszczu na złoty kolor. Upieczone porcje układać warstwami w naczyniu żaroodpornym. Każdą warstwę przysypać ugotowanymi na twardo i pokrojonymi jajkami, zieloną pietruszką (posiekaną), tartym serem oraz smażonymi grzybami. Na wierzch położyć kawałki masła i mocno zapiec pod przykryciem przez pół godziny. Przed podaniem zalać kwaśną śmietaną i ponownie zapiec.

A teraz kolej na popularną flądę. Jej mięso jest niezwykle delikatne i ma maślany smak.

Pierogi z wędzonym dorszem

SKŁADNIKI: składniki na ciasto (ok. 25 sztuk): 30 dag mąki pszennej, 150 ml gorącej wody, 1 łyżka masła, 1/2 łyżeczki soli. Składniki na farsz: 25 dag białego sera, 15 dag wędzonego dorsza, opcjonalnie szczypta soli i pieprzu. Okrasa: 10 dag słoniny.

WYKONANIE: ser przepuścić przez praskę, dodać posiekanego drobno wędzonego dorsza oraz doprawić solą i pieprzem. Wymieszać.

Makę posiekać z gorącą wodą i solą, następnie dodać roztopione masło. Wyrobić na gładką, jednolitą kulę, obficie posypać mąką i odłożyć na 20 minut do odpoczęcia. Następnie ciasto podzielić na 2 części i rozwałkować na cienki placek podsypując odrobiną mąki. Szklanką wyciąć kółeczka, nakładać po odrobinie farszu i sklejać. Gotować w osolonej wodzie 2-3 minuty od momentu wypłynięcia. Podawać z gorącymi skwarkami ze słoniny.

(Śledziożercy, „Ryby bałtyckie naturalnie”)

Rosół z turbota

SKŁADNIKI: 40 dag turbota, 1 1/2 l wody, 1 pietruszka, 1 mała marchew, pół selera, 2 cebule, łyżka dobrego masła, sól, pieprz, natka pietruszki, 1 małe opakowanie makaronu.

WYKONANIE: pokrojone w słupki warzywa włożyć na rozgrzany tłuszcz i krótko podsmażyć. Zalać wrzątkiem, dodać sól, pieprz i pod przykryciem gotować 10 minut. Do wywaru dodać turbota bez skóry, gotować na małym ogniu 20 minut. Wyjąć rybę, oddzielić mięso od ości, drobno pokroić i włożyć z powrotem do rosółu. Podawać z makaronem ugotowanym al dente, posypać zieloną pietruszką.

Śledź z rodzynekami

SKŁADNIKI: 6 filetów śledziowych, 2 świeże papryki, 2 cebule, 20 dag suszonych śliwek kalifornijskich, 2 łyżki rodzynek, 2 płaskie łyżeczki przyprawy ziołowej, pieprz, 1/2 łyżeczki mielonych ziaren jałowca. Zalewa: 2 małe puszki przecieru pomidorowego, szklanka oleju, cukier do smaku, sok z jednej cytryny, 2 łyżki ketchupu.

WYKONANIE: śledzie pokroić w dzwonka, paprykę i cebulę w piórka, śliwki w paski. Rodzynki opłukać, połączyć z cebulą, śliwkami i papryką, dodać do śledzi. Wymieszać składniki zalewy, połączyć ze śledziami, odstawić na 24 godziny.

Spaghetti z flądą

SKŁADNIKI: 4 filety z flądry, 40 dag makaronu spaghetti, 15 dag liści szpinaku, 12 suszonych pomidorów z zalewy, 2 łyżki oliwy z zalewy suszonych pomidorów, 1 szalotka, 2 ząbki czosnku, 1 mała papryczka chili, 250 ml śmietanki 30%, szczypta gałki muszkatołowej, sól, pieprz do smaku.

WYKONANIE: filety z flądry pokroić na mniejsze kawałki. Delikatnie dopra-

wić solą i świeżo mielonym pieprzem. Makaron ugotować al dente, w dużej ilości wrzącej, osolonej wody. Wodę z gotowania zostawić. Na patelni rozgrzać oliwę, podsmażyć drobno posiekaną szalotkę, chili i czosnek, przesmażyć około minuty i dodać szpinak. Dusić na małym ogniu, aż szpinak straci objętość. Dodać posiekane pomidory, gałkę muszkatołową, śmietankę oraz kawałki wcześniej doprawionej flądry. Dusić około 5 minut aż sos się zredukuje. Dodać ugotowane spaghetti, 2-3 łyżki wody z gotowania makaronu. Gotować jeszcze 2-3 minuty. Doprawić solą i świeżo mielonym pieprzem.

(Śledziożercy inspirowani przepisem Justyny Ratajczak, „Ryby bałtyckie naturalnie”)

Stek z łososia na pieczonym kalafiorze

SKŁADNIKI: 1 mały kalafior, 50/60 dag filetów z łososia, 4 ząbki czosnku, sól, pieprz cytrynowy lub czarny, 1 łyżka oleju, 2 łyżki soku z cytryny, mąka do obtoczenia.

WYKONANIE: kalafiora podzielić na 4 plastry, ułożyć na formie do pieczenia, polać oliwą, posypać solą, pieprzem i posieka-

nym czosnkiem. Rozgrzać piekarnik do 175 stopni. Zapiekać kalafiora przez 20 minut, obracając często, aby równo się opiekał. Filety z łososia posolić, posypać pieprzem cytrynowym, skropić kilkoma kroplami cytryny. Usmażyć na grillowej patelni. Podawać z grillowanym kalafiorcem.

(Śledziożercy, „Ryby bałtyckie naturalnie”)

Zupa rybna

SKŁADNIKI: 1 kg różnych ryb bałtyckich, 50 dag ziemniaków, włoszczyzna, 1 cebula, szklanka mleka, pół szklanki słodkiej śmietanki, pół szklanki wina, 8 kromek bułki pszennej, 2 łyżki mąki, masło, sól pieprz.

WYKONANIE: zagotować 2 litry wody z winem. Wrzucić cebulę, włoszczyznę, po 15 minutach ziemniaki. Dodać kawałki ryb. Na patelni zrobić jasną zasmażkę z mąki, dodać zimne mleko i śmietankę. Na talerz wyjąć kawałki ryby, obłożyć wyjętymi ziemniakami i kromkami bułki. Następnie zmiksować wywar, zaprawić zasmażką, doprawić. Podawać zupę w filiżankach. Popijać, pogryzając rybą, ziemniaczkiem i bułeczką.