

Wyborcze układanki

Koalicje i kandydaci,
przetasowania i „jedynki”
STRONY 2-3



Festiwal kaszy

Gryczaki 2019: największe
atrakcje i przysmaki
STRONA 16



MAGAZYN



Tytani Lublin

10 lat na boisku

Strony 8-9

PIĄTEK

9

SIERPNIA 2019
redaktor wydania
RADOMIR WIŚNIEWSKI

FOT. KRZYSZTOF MAZUR

WIEJSKA POLECA

Marszałek poleciał

Na wczorajszej konferencji prasowej marszałek **MAREK KUCHCIŃSKI** zapowiedział, że dziś, w dniu swoich urodzin, poda się do dymisji. - Ponieważ opinia publiczna negatywnie ocenia moje postępowanie, uznałem, że nie będę mógł dalej pełnić tej funkcji - powiedział.

- Decyzja Pana Marszałka jest dowodem postawy związanej z naszym hasłem „Słuchać Polaków” - stwierdził prezes PiS Jarosław Kaczyński.

Jak podała „Rzeczpospolita”, opierając się na sondażu SW Research dla rp.pl., aż 68 proc. Polaków oczekiwało, że Marek Kuchciński powinien podać się do dymisji.

A wszystko to... wina Tuska!

Luftmarszałek

Tematem tygodnia stały się podróże marszałka Sejmu Marka Kuchcińskiego rządowym samolotem. Jak podsumowuje TOK FM, podczas kilkudziesięciu lotów marszałkowi towarzyszyli członkowie jego rodziny. Tydzień temu poinformował, że wpłacił za to 15 tys. złotych na konta dwóch organizacji charytatywnych.

Z kolei z poniedziałkowego oświadczenia Marka Kuchcińskiego wynika, że

był też lot, podczas którego rządowym samolotem podróżowała jego żona.

- Chcąc jednak rozwiązać jakiegokolwiek wątpliwości z tym związane, postanowiłem wpłacić kwotę pokrywającą pełen koszt lotu, a wyliczoną przez MON, to jest 28 tys. zł, na Fundusz Modernizacji Sił Zbrojnych - poinformował marszałek.

Komentatorzy zachodzą w głowę, dlaczego marszałek zapłacił 15 tys. i 28 tys. zł za loty, skoro wszystko było legalne.

Te loty mi się należały

Mam świadomość, że opinia publiczna negatywnie ocenia moje postępowanie, dlatego pragnę wszystkich, którzy poczuli się urażeni, przeprosić. Jednocześnie chciałbym zdecydowa-

nie stwierdzić, że działałem zgodnie z prawem - oświadczył Marek Kuchciński na poświęconej jego lotom konferencji prasowej.

- Spodziewaliśmy się przeprosin i dymisji, bo tak naprawdę tylko ta dymisja może zamknąć tą sprawę.

To jest skandaliczne, że marszałek Sejmu mówi, iż skoro samolot i tak leciał, to wsiadła do niego żona marszałka - ocenił w TVN24 konferencję prasową marszałka Sejmu Marka Kuchcińskiego poseł PO Robert Kropiwnicki.

Towarzysze podróży

Okazuje się, że Marek Kuchciński państwowe samoloty wykorzystywał nie tylko do przewożenia swoich najbliższych. Według informacji uzyskanych przez Krzysztofa Zasadę z RMF FM, marszałek Sejmu na pokłady rządowych maszyn zabierał także podkarpackich członków PiS z ich rodzinami.

Według RMF FM, Kuchciński podróżował rządowymi samolotami z posłami PiS Stanisławem Piotrowiczem i Zdzisławem Krasnodębskim. W obu przypadkach na liście pasażerów były także wymienione kobiety o tym samym nazwisku.

Jak mawia prokuratura, sprawa jest rozwojowa.



Bizancjum marszałka kochanego

Marek Kuchciński chodzi w obstawie straży przebranej w operetkowe mundury, a swój gabinet od reszty Sejmu oddzielił kotarą i wprowadził zakaz poruszania się dziennikarzy po części parlamentarnych korytarzy - tak „bizancjum” marszałka Sejmu opisuje „Gazeta Wyborcza”.

- Był z tych, którzy nie pchali się do władzy, ale tego Kuchcińskiego już nie ma - konkluduje dziennik.

Dorwać Owsiaka

Lubuska policja wykona czynności sprawdzające ws. słów wygłoszonych przez Jerzego Owsiaka na zakończenie festiwalu Pol'and'Rock - donosi Gazeta.pl. Lider WOŚP mówił m.in. „Czemu nie karzecie polityków, którzy zap*** samolotami za moje, k***, pieniądze? Dlaczego ich nie pociągniecie do odpowiedzialności? Nie ma na to zgody”.

YouTube przeciw nienawiści

Radio Maryja podało, że YouTube usunął nagranie homilii abp. Marka Jędraszewskiego (o „tęczowej razie” - dop. red.) dotyczące szerzenia nienawiści”.

- To pierwsze ostrzeżenie przed możliwym całkowitym zablokowaniem konta Radia Maryja na tym serwisie - zauważa Gazeta.pl.

Wyborcze

Znamy już termin tegorocznych wyborów parlamentarnych. Pójdziemy 13 października. Lada mome

Tomasz Maciuszczak

Zgodnie z prawem tegoroczne wybory powinny odbyć się w jedną z niedziel pomiędzy 13 października a 10 listopada. We wtorek wieczorem rzecznik prezydenta Błażej Spychalski poinformował, że Andrzej Duda podpisał zarządzenie, w myśl którego do urn pójdziemy w pierwszym z możliwych terminów. Po opublikowaniu dokumentu w Dzienniku Ustaw (do pięciu dni roboczych) formalnie ruszy kampania wyborcza.

Ugrupowania polityczne przygotowują się do niej od dłuższego czasu. Część z nich ogłosiła już nazwiska „jedynek” w poszczególnych okręgach. Po wydaniu zarządzenia przez prezydenta można spodziewać się odkrycia pełnych kart i podania całych list wyborczych.

PiS stawia na świeżą krew i ściąga posiłki

Jako pierwsze swoich liderów wyznaczyło Prawo i Sprawiedliwość. Po tym, jak w maju do Parlamentu Europejskiego dostały się Elżbieta Kruk i Beata Mazurek, stało się jasne, że w naszym regionie partia rządząca będzie potrzebowała nowych lokomotyw. Cztery lata temu Kruk otwierała listę w okręgu wyborczym nr 6, obejmującym Lublin, Puławę i Krasnik. Mazurek startowała z pierwszej pozycji w okręgu nr 7 (Chełm, Zamość i Biała Podlaska).

Pierwszą z nich zastąpi poseł, a od niedawna także wiceminister spraw wewnętrznych i administracji, Sylwester Tułajew. Dla niektórych ta kandydatura wydaje się być dość zaskakująca, bo wcześniej jako główny pretendent do „jedynki” wymieniany był szef lubelskiej struktury PiS, poseł i wiceminister rodziny, pracy i polityki społecznej Krzysztof Michałkiewicz. W kulisach mówił się, że zaszokować mógł mu konflikt z Tułajewem i fakt, że przed rokiem na posiedzeniu klubu parlamentarnego ugrupowania prezes Jarosław Kaczyński miał powiedzieć, że „jest taki jeden lider okręgowy, który nie zrobił nic dla kandydata na prezydenta miasta, bo go zwalcza jako przyszłą konkurencję na liście”. Dodał też, że dla takich osób może zabraknąć miejsca na listach w tegorocznych wyborach.

Michałkiewicz wszystkiemu wówczas wszystkiemu zaprzeczał, ale fakty są takie, że do Sejmu najprawdopodobniej startował nie będzie. Ma kandydować do Senatu w okręgu obejmującym Lublin. Pierwotnie o mandat senatorski miał walczyć wojewoda lubelski Przemysław Czarnek. W jego obronie stało jednak wielu samorzą-



dowców i partyjnych działaczy, którzy widzą go w sejmowych ławach. Pod listem do prezesa Kaczyńskiego w tej sprawie podpisało się ok. 500 osób. Zadziałało, bo to właśnie Czarnek ma zająć drugie miejsce na lubelskiej liście, wcześniej szykowane dla Michałkiewicza.

Z „trójki” wystartuje posłanka Gabriela Masłowska, a z „czwórki” poseł i wiceminister inwestycji i rozwoju Artur Soboń. Jako reprezentantka współpracującego z PiS w ramach obozu Zjednoczonej Prawicy Jarosława Gowina kandydować ma też m.in. kanclerz Wyższej Szkoły Ekonomii i Innowacji w Lublinie Teresa Bogacka.

W okręgu nr 7 po wyjeździe Beaty Mazurek do Brukseli sięgnięto po posiłki z zewnątrz. Listę otworzy Jacek Sasin. Wicepremier w poprzednich wyborach startował z okręgu warszawskiego, mieszka w Ząbkach, a z naszym regionem łączy go więź rodzinna. Siostra jego żony Andżelika Konaszczuk jest dyrektorem Wydziału Spraw Obywatelskich i Cudzoziemców w Lubelskim Urzędzie Wojewódzkim. Na liście znajdują się też obecni posłowie, choć nie wszyscy. Niedawno o rezygnacji z kandydowania poinformowała posłanka Agata Borowiec. O reelekcję raczej nie będzie się ubiegał inny poseł z Biłgoraja - Piotr O. Został on zawieszony w prawach członka PiS po tym, jak prokuratura postawiła mu zarzuty związane z kupnem prawa jazdy i posługiwaniem się nielegalnie zdobytym dokumentem. W środę ruszył jego proces.

Podebrali kandydata

Przed wyborami mówiło się o wielkiej mobilizacji opozycji i wystawieniu wspólnych list wyborczych. Do szerokiego porozumienia jednak nie dojdzie. Platforma Obywatelska o głosy będzie walczyć pod szyldem Koalicji Obywatelskiej we współpracy z Nowoczesną,

a na listach ma znaleźć się też wielu samorządowców bez legitymacji partyjnych czy działaczy społecznych.

„Jedynką” w Lublinie będzie Joanna Mucha, co zaskoczeniem nie jest. Dwa kolejne miejsca na liście zajmą miejscy radni: Michał Krawczyk i Marta Wcisło, a na czwartej pozycji ma znaleźć się posłanka Magdalena Marek. Za rozwiązaniem, w myśl którego czołowe miejsca zajmują kandydaci z Lublina, optowała ponoć partyjna centrala. Zamyśl jest taki, by powalczyć o jak najwięcej głosów w stolicy województwa, gdzie Platforma zawsze miała lepsze notowania niż w terenie.

Niespodzianką jest pierwsze miejsce na liście w okręgu chełmskim. Tu postawiono na Riada Haidara, radnego sejmiku województwa i znanego lekarza z Białej Podlaskiej, przez wiele lat związanego z Sojuszem Lewicy Demokratycznej. Jego nazwisko co prawda było wymieniane w kontekście Koalicji Obywatelskiej, ale w sytuacji, gdy w projekt miały zaangażować się wszystkie ugrupowania opozycyjne. Po fiasku rozmów w tej kwestii Haidar miał startować z listy lewicowej koalicji SLD, Wiosny i partii Razem, choć stawiał warunek pójścia do wyborów pod szyldem Sojuszu, co oznaczałoby potrzebę zdobycia co najmniej 5 proc. poparcia. W przypadku startu jako komitet koalicyjny, konieczne byłoby przekroczenie ośmioprocentowego progu wyborczego. Warunek co prawda ostatecznie został spełniony, ale za późno i samorządowiec przyjął propozycję KO i oddał legitymację macierzystego ugrupowania.

„Dwójka” w okręgu nr 7 przypadnie posłowi Stanisławowi Żmijanowi, a „trójka” posłance Kornelii Wróblewskiej. Z czwartego miejsca wystartuje były marszałek województwa, a obecnie

układanki

entarnych. Do urn, by wybrać posłów i senatorów, nt pełną parą ruszy kampania wyborcza



FOT. AS/ARCHIWUM

radny sejmiku Krzysztof Grabczuk.

Koalicji będzie więcej

Jak już wspominaliśmy, we wspólnym bloku do wyborów pójść formacje lewicowe. Nie wystartują jednak jako komitet koalicyjny, a pod szyldem SLD jako Lewica.

Rezygnacja Riada Haidara wywołała sporo zamieszania. Według wcześniejszych ustaleń Sojusz i Wiosna miały dostać po jednej „jedynce” w okręgach na terenie województwa lubelskiego. To właśnie Haidar miał być liderem w okręgu chełmskim jako przedstawiciel największej formacji z lewej strony sceny politycznej. Jego decyzja o starcie z listy KO wymusiła poszukiwania

kolejnej lokomotywy. Trwały rozmowy m.in. z byłą prezydent Chelma Agatą Fisz, ale ta nie dała się namówić na start w wyborach. Na giełdzie pojawia się też nazwisko Marka Poznańskiego, byłego posła Twojego Ruchu, ostatnio związanego z Platformą Obywatelską. On sam przyznaje, że propozycję otrzymał i nie wyklucza, że pod pewnymi warunkami ją przyjmie. Wymieniana jest także koordynatorka lubelskich struktur Wiosny Monika Pawłowska, która pierwotnie szykowana była na „jedynkę” w Lublinie. Ale, jak słyszymy nieoficjalnie, możliwe jest, że Pawłowskiej w ogóle zabraknie na liście. Ma to związek z zarzutami, jakie niedawno stawiał jej były szef partyjnej młodzie-

żówki. Sąd koleżeński partii co prawda w jej działaniach nie dopatrzył się zarzucanego jej mobbingu, ale za zachowanie względem byłego podwładnego ukarał ją upomnieniem. Według bardzo prawdopodobnego scenariusza listę w Lublinie otworzy lider lokalnych struktur SLD Jacek Czerniak. Decyzje w tej sprawie mają zapadć dzisiaj na szczęblu centralnym.

Głównie ze względu na prowadzone rozmowy z Sojuszem do Koalicji Obywatelskiej nie dołączyło Polskie Stronnictwo Ludowe. Ludowcy postanowili wystartować w wyborach pod szyldem swojego ugrupowania jako Koalicja Polska. Wczoraj o dołączeniu do niej poinformował ruch Kukiz'15. Wygląda na to, że w ramach współpracy „jedynka” w Chełmie przypadnie wiceszefowi klubu parlamentarnego ruchu Pawła Kukiza, posłowi z Zamościa Jarosławowi Sachajce. Na kolejnych miejscach mogą znaleźć się działacze PSL: posłanka Genowefa Tokarska, były marszałek województwa Sławomir Sosnowski i były członek zarządu województwa Arkadiusz Bratkowski.

W okręgu lubelskim pewniakiem do zajęcia pierwszego miejsca wydaje się być poseł Jan Łopata, ale w chwili obecnej taki scenariusz wcale nie jest oczywisty. Na giełdzie pojawiają się nazwiska byłych starostów: Pawła Pikuli z powiatu lubelskiego i Andrzeja Maja z krańcikiem.



WIEJSKA POLECA

Zaraza

Marek Jędraszewski, metropolita krakowski, płynnie przeszedł w homilii związanej z powstaniem warszawskim do „tęczowej zarazy” LGBT – pisze w „Polityce” Adam Szostkiewicz. I dalej: „Ubogacił swych słuchaczy w bazylice Mariackiej refleksją, że wprawdzie „czerwona zaraza” już po polskiej

ziemi nie chodzi, ale pojawiła się nowa, „neomarksistowska”, czyli właśnie ta tęczowa”.

Zdaniem Szostkiewicza, „jeśli kłamie o osobach LGBT i szczerze przeciwko nim szeregowy ksiądz nacjonalista, to jest zgroza, ale jeszcze większe zgorszenie wiernych powinien budzić hierarcha, który stacza się na podobny poziom”.

Ściek

W poniedziałek w nocy na koncie twitterowym dołnośląskiego PiS udostępniono grafikę przedstawiającą ściek, a w nim pływających polityków i dziennikarzy. Na obrazku znaleźli się: b. prezydent Bronisław Komorowski, premierzy Donald Tusk i Ewa Kopacz, szef PO Grzegorz Schetyna, unijna komisarz Elżbieta Bieńkowska, b. wicepremier i minister finansów Leszek Balcerowicz, b. lider Nowoczesnej Ryszard Petru, redaktor naczelny „Gazety Wyborczej” Adam Michnik, redaktor naczelny tygodnika „Newsweek Polska” Tomasz Lis i b. szef KOD Mateusz Kijowski.

Tweet został już usunięty z konta PiS, a politycy Platformy Obywatelskiej żądają przeprosin za tę „grafikę obrażającą i poniżającą wielu przedstawicieli naszego kraju”.

Nie chcą prezesa?

Tylko 13 proc. uczestników sondażu SW Research dla rp.pl uważa, że w przypadku wygrania przez PiS wyborów parlamentarnych w 2019 roku premierem powinien zostać Jarosław Kaczyński.

600 plus

Zarobki polityków mają pójść w górę o ponad 600 zł. To pierwsza tak wysoka podwyżka od wielu lat – uważa „Rzeczpospolita”.

Dziś uposażenie poselskie – przypomina dziennik – wynosi 8016,70 zł brutto. Dochodzi do tego niemal nieopodatkowana dieta 2505,20 zł oraz dodatki za zasiadanie w niektórych komisjach.

Jeszcze rok

Cztery lata Andrzeja Dudy. Jak ocenić tę prezydenturę? – pyta Onet.pl – To przespane cztery lata w Pałacu Prezydenckim – odpowiedział w analizie dla „Rzeczpospolitej” dr hab. Marek Migalski.

Ze strony prezydenta wynika, że w ciągu 4 lat swojej prezydentury Andrzej Duda podpisał 229 ustaw, zrealizował 104 wizyty krajowe i 22 za-

graniczne, przyznał 50 awansów generalskich oraz ponad 100 tys. orderów i odznaczeń państwowych

– Są jednak momenty z jego kadencji, które zapiszą się też na kartach historii: demontaż systemu prawnego, wojna z Macierewiczem czy pomysł z referendum konstytucyjnym – komentuje Newsweek. – A zaczęło się od ułaskawienia Mariusza Kamińskiego...

R E K L A M A

Pośrednictwo finansowe

**SZYBKO
WYGODNIE
BEZPIECZNIE**

POŻYCZKI RATALNE do 15000 zł w 24 godziny na okres od 3 do 24 miesięcy Bez sprawdzenia w BIK	POŻYCZKI CHWILÓWKI do 1500 zł w 15 minut, na 30 i 60 dni. Dla nowych klientów pierwsze pożyczka ZA DARMO
LUBLIN ul. Lubartowska 22 tel. 883 773 980	CHEŁM ul. Lwowska 21a tel. 884 885 686
ZAMOŚĆ ul. Nowy Rynek 25 tel. 884 886 445	PULAWY ul. Piłsudskiego 40 tel. 730 740 544

f/MptRadioTaxi919
www.mptlublin.pl
Śledź nasz profil
wygrywaj nagrody!

- krótki czas oczekiwania
- dowolny sposób płatności
- dostępność 24h przez 7 dni
- zakupy na telefon
- zniżki dla stałych klientów
- pomoc przy przeprowadzce
- usługa holowania samochodu
- obsługa imprez okolicznościowych

pobierz naszą aplikację

Zadzwoń teraz

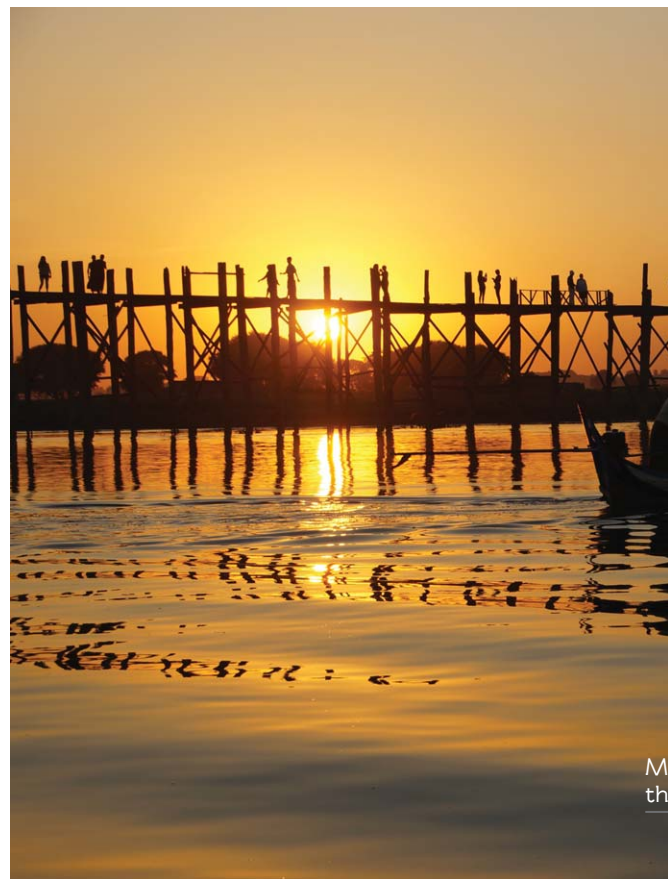
(81) 191 91

695 919 919



Botswana, Bateleurs: wielka migracja Gnu

FOT. SABINA BARAL



Wydaje mi się, że k

ROZMOWA

• Na spotkaniu podczas festiwalu Dwa brzegi w Kazimierzu szczerze i do bólu mówiła pani o tej pierwszej podróży z Polski, kiedy w 1968 roku musieliście z rodzicami opuścić Polskę. Obraz bucików z odłamkami szkła poruszył serca?

- Historia z bucikami zdarzyła się w przedszkolu. Ktoś wsypał potłuczone szkło. Bolało. Druga historia z bucikami zdarzyła się podczas wyjazdu z Polski. W pociągu mi oberwali obcasy od kozaczków. Znowu buciki.

• Buty są symbolem drogi, którą idziemy przez życie. I podróży. To pani pasja. Objechała pani świat cały. Spróbujmy wymienić te najważniejsze, najbardziej intrygujące przystanki. Siedem to liczba szczęśliwa. Opowiedzmy o siedmiu szczęśliwych miejscach. Od czego zaczniemy?

- O Boże. Mówię o Boże, bo czasami, kiedy decyduję się na kolejną podróż, wydaje mi się, że byłam już wszędzie. Ostatnie kilka moich podróży z mężem to były powtórki, ale z National Geographic, co dało głębsze spojrzenie na miejsca, które już wcześniej widzieliśmy. Na wiosnę tego roku byliśmy po raz drugi na wyspach Galapagos i byliśmy po raz drugi w Amazonii. Wcześniej płynęliśmy tam z brazylijskiej strony, ostatnio: od Iquitos, w Peru.

• Czy Amazonia jest tak bujna i biologiczna?

- Dziwne jakoś, że nie czuje się aż tak wilgoci, że tak parno, ale płyniemy cały czas spod parasolem, 70 procent światła jest odcięte przez drzewa, które tworzą niezwykle figury. Bujne, wysokie, w nich cały czas coś

się dzieje. Do tego temperatura w okolicach 40 stopni. Płynęliśmy łodzią, w której było 12 kabin. Towarzyszyli nam ichtiolodzy, ornitolodzy oraz specjaliści od kultury lokalnej. To są wszystko wykształceni ludzie z tamtych plemion.

• Bywało niebezpiecznie?

- Kiedyś wydawało się, że osiedliśmy na mieliźnie, a to był potężny kajman. Jak zaczął bujać łodzią, to serce podchodziło ze strachu do gardła.

• Kolejna podróż zapamiętana?

- Południowa Etiopia. Podkreślam, że południowa Etiopia. Północna jest kołębłą chrześcijaństwa, tam są kościoły sprzed dwóch tysięcy lat, wykute w skałach, z zachowanymi malunkami. Tam też są początki judaizmu. Ale ta południowa... Podróżowaliśmy do doliny rzeki Omo. Rozpoczyna swój bieg na Wyżynie Abisyńskiej w środkowej części kraju i kończy u zbiegu granic z Kenią i Sudanem. To, co jest fascynujące w tej dolinie to fakt, że tam do dziś żyją plemiona, które nie chcą mieć nic wspólnego z tym, co my nazywamy cywilizacją. Jinka, Mursi, Benna, Karo, Hammer, Dasseenech... Żyją w swoim świecie, wykutym, wydrążonym w ziemi. Podróżowaliśmy ciężarówką, z kanistrami benzyny na dachu, bo tam przecież stacji benzynowych nie ma. Byliśmy jeżdżącą bombą. Z kierowcą, który musiał sobie radzić, bo tam nie ma dróg.

• Jak was witano?

- Mieszkańcy witali nas z kałasznikami i dzidami, serdecznie. Opowiadali nam o swoim trybie życia, to była prawdziwa podróż w czasie. Do czasów niewolnictwa, kiedy Afrykanie na nich po-

lowali. Więc kobiety Mursi, na przykład, robiły wszystko, żeby zrobić się brzydkie. Odcinano im dolną wargę od reszty twarzy, od tych warg wpychano ceramiczne dyski - to był ratunek przed łowcami niewolników. Z tych operacji zrobił się symbol piękna

ZAPISKI Z WYGNANIA

To bardzo osobiste wspomnienia Sabiny Baral, dwudziestoletniej emigrantki roku 1968, która wyjechała razem z rodzicami. „Ile cierpienia można znieść, zanim się nie oszaleje? Powychodzili z lasów, z dziur w ziemi, z szaf, piwnic i strychów, wyszli półżywi z obozów, wrócili z Syberii i Kazachstanu do domu, do Polski. A potem przez następne 23 lata nie wyjechali, chcieli mieszkać tutaj, tu gdzie się urodzili ich rodzice i gdzie się urodziły ich dzieci - my. Po wojennej gehennie, po latach cierpienia i strachu, mimo wszystko jeszcze raz zdecydowali, że Polska to ich kraj. I tych ludzi po 1968 roku Polska wygnała”.

Spektakl „Zapiski z wygnania” z Teatru Polonia/ Warszawa z Krystyną Jandą jako Sabiną Baral zobaczymy jesienią w Teatrze Starym w Lublinie.

i tak te kobiety zostały. Zapytałem kiedyś jedną z nich, ile ma lat. Nie dość, że nie знаła odpowiedzi, to nie rozumiała pytania. Odpowiedziała ile ma dzieci, bo pojęcia czasu nie znała.

• Niesamowite. A pustynie?

- Podróż po pustyni Gobi w Mongolii. Ten wyżynny pejzaż stepów, półpustyni i pustyni w Azji Wschodniej

Spotkanie autorskie podczas tegorocznego festiwalu Dwa brzegi w Kazimierzu

FOT. MAŁGORZATA SULISZ



Peruwianska Amazonka o zmierzchu

FOT. SABINA BARAL



Myanmar. Most U Bein Bridge łączy brzegi Jeziora Taung-U, nieopodal Amarapura

FOT. SABINA BARAL



Maroko, Marakesz

FOT. SABINA BARAL

Byłam już wszędzie

z Sabiną Baral



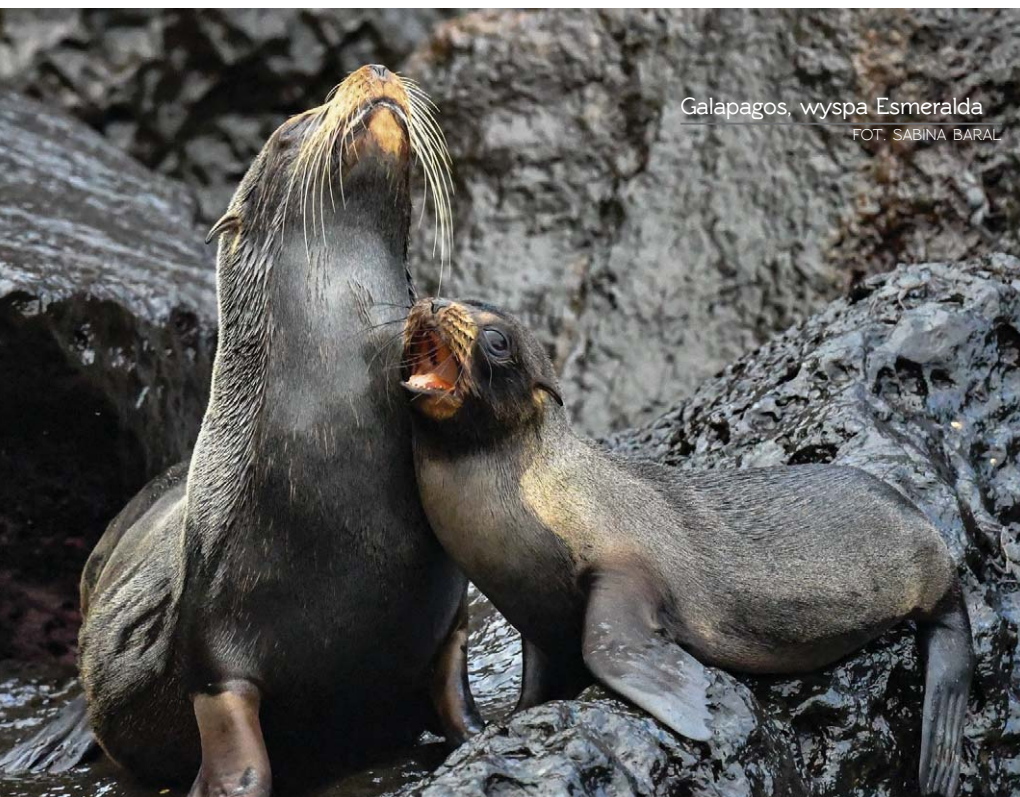
Indie, Amritsar

FOT. SABINA BARAL



Szwecja, Kiruna

FOT. HELENA LINDSKOG



Galapagos, wyspa Esmeralda

FOT. SABINA BARAL

jest magnetyczny. 70 procent mieszkańców to Nomadzi, którzy mieszkają w gerach, przemieszczając się z całą rodziną, dobytkiem i zwierzętami z miejsca na miejsce. Niesamowity wiatr sprawia, że ich „domy” fruują w po-

SABINA BARAL

Studiowała elektronikę, matematykę i business. Wykładała historię architektury i design. Przez 10 lat pracowała w Dolinie Krzemowej jako elektronik. W którejś z kolejnych wizyt we Włoszech odwiedziła Toskanę i zakochała się w kamieniołomach. Wkrótce zbudowała wokół tej nowej pasji potężny business. Klientami firmy Sabina Marble & Granite byli giganci Doliny Krzemowej, ale również sklepy Armani czy Ralph Lauren. Sprzedała firmę po 20. latach kiedy jej mąż, światowej sławy onkolog, profesor Edward Baral, oznajmił, że chciałby pracować przez kilka lat w swoim Alma Mater w Sztokholmie.

Jako podróżniczka była w ponad 100 krajach, na wszystkich kontynentach, opisując potem swoje podróże.

wietrze. Dlatego u szczytu geru wieszają ogromne głązy, żeby dom nie odleciał. Jak nie utrzymają, budzisz się rano w środku wiatru i piasku. Mają dużo słońca, więc odkryli dla siebie komórkowe telefony solarne. Witali nas sercem i kumyssem. Kiedyś zapytałam jedną kobietę, czy nie chciałaby mieszkać w mieście? Popatrzyła ze zdziwieniem i zdradziła sekret: Tam umierają.

• Która kultura panią najmocniej uwiodła?

- Może kultura Japonii. Jestem absolutnie zauroczona japońską tradycją i kulturą. Byliśmy tam kilka razy i wciąż chcę pojechać jeszcze, jeszcze raz.

• Co tak panią ciągnie?

- To jest kraj kontrastów. Z jednej strony młodych mężczyzn, którzy sprzedają swoje życie za pracę. Z drugiej: kraj tych, co żyją w spokoju i harmonii, z głęboką wiarą. Ta wiara nie utożsamia się jakoś z religią. Japończycy mogą być wyznawcami shinto. I buddyistami, równocześnie. I nawet chrześcijanami - równocześnie.

• Co jest najbardziej niesamowite w tej kulturze?

- Oddanie firmom. To widać ma cmentarzach. Tym największym, Koyasan, gdzie jest pochowane pół miliona ludzi, bo chcą być blisko swojego „świętego”, żeby cały czas spływała na nich jego wiedza i łagodność. Wędrowaliśmy przez ten pejzaż i znaleźliśmy groby firmowe. Powiedzmy, firmy Toshiba. W tym grobowcu firmowym jest pochowane jakieś 50 osób. Ludzie, którzy byli pracownikami Toshiba woleli leżeć w firmowym grobie, a nie w rodzinnym. Znak czasów? Japonia pełna godności, której my nie rozumiemy? Byłam w Chiran, gdzie szkolono kamikadze. Nie tylko lotników, ale tych podwodnych też.

Ich zadaniem było rozwalanie statków. Metoda była taka, że ich wmurowywano w podwodną „kulę”, którą mogli sterować, ale nigdy nie mogli jej opuścić. Za pomocą aparatury podsłuchowej lokalizowali

statki aliantów i wystrzelili się w kierunku statku, ginąc w ogniu. To muzeum, ale także mauzoleum kamikadze, bardzo przeżyłam. Japończycy się tam modlą. To są ich święci.

Świątynia w Hiroszimie. Tam stoi drzewo, które przetrwało wybuch atomowy. Czy nie piękny symbol? Z nami w tej świątyni była para z Nowej Zelandii, kraju, którego żołnierze zaciekle walczyli - wraz z Amerykanami - z Japończykami. Nasz przewodnik o tym wiedział, ale w jego tonie ani przez moment nie pojawił się cień żalu, wyrzutu. Nawet go zapytałam, czy nie ma żalu do Amerykanów. Odpowiedział: przecież Amerykanie przysyłali nam lekarstwa potem, żeby leczyć porażonych.

• Ruszajmy w drogę.

Kolejna podróż?

- Stanowczo podzwrotnikowa Afryka. Może najbardziej fascynująca. Ja tam wracam jak „wariatka” jakaś. Rykoszetem, ciągle i ciągle. Byłam z 10 razy i znów jadę do Tanzanii, Kenii, Botswany lub Namibii. Tamtejszy świat zwierząt wydaje mi się najgodniejszym ze światów, jakiego doświadczam. Wszystko w tym świecie jest proste i zrozumiałe. Nikt nie zabija z odwetu. Albo: bo ty jesteś inny i mi się nie podobasz, to ja cię zabiję. Zabijają tylko dlatego, że są głodni. Oprócz krokodyli, które zabijają na potem. Jeżeli nie muszą, to nie zabijają. Zwierzęta słuchają instynktu, słuchają serca.

• Warto słuchać serca?

- Tak.

• Skoro tak, to co jest najważniejsze w życiu?

- Rodzina, rodzina, rodzina.

WALDEMAR SULISZ

Pałac w Cieleśnicy: Gorzelnia i muzeum

Manufaktura Cieleśnica rusza z produkcją alkoholi. Właściciele chcą wyremontować przedwojenne budynki gorzelnii i winiarni, które należały do rodziny Różyczka de Rosenwerth władającej majątkiem Cieleśnicy

Ewelina Burda

W 2009 roku pałac w Cieleśnicy (gm. Rokitno) nabyli Barbara i Dariusz Chwesiukowie, właściciele firmy Bialcon i rozpoczęli adaptację majątku na obiekt hotelarsko-gastro-nomiczny.

Pałac na sprzedaż

- To był mój pomysł. Rodzina z całych sił próbowała mnie odwieść od tego bardzo ryzykownego projektu, ale byłam pewna swego. Kilkanaście lat temu zrobiłam na tle pałacu sesję zdjęciową kolekcji. Marzyłam o chacie na wsi. Któregoś dnia syn Kuba wracając ze studiów zobaczył tablicę z napisem, że pałac jest na sprzedaż. Znalazłam właścicielkę, która trzy lata wcześniej wraz z mężem kupiła pałac, jej mąż zmarł, podjęłam decyzję o kupnie. Była trudna. Ale nie żałuję - opowiadała nam w wywiadzie Barbara Chwesiuk, która projektuje też ubrania dla swojej odzieżowej firmy.

Otwarcie pałacu nastąpiło w 2013 roku. Obiekt ma 10 pokoi hotelowych, okala go 9-hektarowy ogród wraz ze stawem. Od 2015 roku przy pałacu działa Manufaktura Cieleśnica, którą prowadzi Szymon Chwesiuk, syn właścicieli.

- Produjemy syropy, przetwory, mieszanki herbaciano-ziołowe, a od kilku miesięcy do naszej oferty wprowadzamy wódki owocowe, które sami robimy na bazie naturalnych soków. Teraz przymierzamy się na przykład do miodunki na naturalnym miodzie - opowiada Szymon Chwesiuk.

Tradycja

Wszystko po to aby nawiązać do tradycji z lat dwudziestych XX wieku, kiedy baron Stanisław Różyczka de Rosenwerth założył w Cieleśnicy gorzelnię i produkował tu likiery i wódki.

- Po wojnie rozlewnia wódek została zamieniona w winiarnię, która wytwarzała głównie wina owocowe „patykiem pisane” - opowiada Szymon Chwesiuk. - Powstawał tu nawet rum, czyste trunki, ale też wódki gatunkowe, na przykład jarzębiak. Nawiązaniem do tradycji będą też miody pitne i wina owocowe, ale jakościowe.



Otwarcie pałacu nastąpiło w 2013 roku. Obiekt ma 10 pokoi hotelowych, okala go 9-hektarowy ogród wraz ze stawem. Od 2015 roku przy pałacu działa Manufaktura Cieleśnica

FOT. ARCHIWUM PRYWATNE RODZINY CHWESIUKÓW

Muzeum

Infrastruktura z lat 20-tych przez lata była nieużywana. Chwesiukowie chcą ją poddać gruntownym remontom. Na razie przygotowują projekty budowlane.

- Mamy taki plan, że w jednym budynku ulokowana będzie produkcja. Nie chcemy produktu masowego, ale dążymy do małej wytwórni alkoholi gatunkowych. Natomiast w budynku gorzelnii chcemy utworzyć muzeum gorzelnictwa, ogólnodostępne do zwiedzenia - zapowiada Szymon Chwesiuk.

To obecnie potężny obiekt. - Ostatnio jak zwiedzałem każdy jego kąt, to zajęło mi to z 45 minut. Tam są na przykład ogromne piwnice gdzie robiono słód.

Na miejscu będzie też sklep z produktami. - Liczymy, że już w przyszłym roku pierwsze nastawy z win będziemy robić - przyznaje Szymon Chwesiuk. Ostatnio branżowa gazeta i portal o mocnych alkoholach przyznały trunkom z Manufaktury Cieleśnica bardzo wysokie noty. - Te wódki owocowe obecnie dostępne robione są na bazie naturalnych tłoczonych soków, na przykład sok do pigwówki robimy z liścia pigwowca japońskiego.

Niewykluczone, że Manufaktura produkować będzie też piwa.



STANISŁAW RÓŻYCZKA DE ROSENWERTH

Początki cieleśnickiego majątku sięgają XV wieku. Pałac zaprojektował włoski architekt Antonio Corazzi. Na przestrzeni stuleci włości należały między innymi do Radziwiłłów, Serwińskich, a w 1919 roku zarządcą pałacu został Stanisław Różyczka de Rosenwerth. To założyciel Podlaskiej Wytwórni Samolotów, był m.in. konstruktorem maszyn. On wyniósł majątek w Cieleśnicy na szczyt gospodarności.

Wprowadził mechanizację rolnictwa, co na ówczesne czasy było ewenementem. Zadbął o zaplecze, m.in. zbudował gorzelnię, olejarnię, winiarnię. Poza tym, ród Rosenwerthów miał szerokie kontakty, a w Cieleśnicy bywały wpływowe osoby. Rodzina Różyczka de Rosenwerth mieszkała tu do 1945 roku. Po wojnie pałac należał do Państwowego Gospodarstwa Rolnego. Obiekt funkcjonował m.in. jako klubokawiarnia, ośrodek zdrowia i sala kinowa.

PRODUKCJA



Paweł Puzio

SuperDrob prowadzi swój zakład w Lublinie od ponad roku.

- Idziemy zgodnie z planem, inwestujemy w rozwój lubelskiego oddziału. Na koniec 2019 roku osiągniemy już 50 proc. więcej zdolności produkcyjnych, czyli przygotujemy ponad 100 tirów mięsa tygodniowo. Naszą specjalizacją jest produkcja kurczaka: ubój i rozbiór. Dodatkowo, sezonowo mamy w ofercie również gęsi - mówi Ryszard Waśniewski, wiceprezes SuperDrob. - Potrafimy przygotować drób na kilkadziesiąt sposobów. Sprzedajemy do wielu europejskich restauracji KFC i największych sieci handlowych w Polsce, Anglii, czy Francji. Jesteśmy także producentem Kurczaka Sielskiego.

Inwestycje i pracownicy

Poza zakładem przy ul. Zimnej 2, firma prowadzi także wylęgarnię drobiu w Turcie. - Od kwietnia w Łukowie działa nowa wytwórnia pasz, czyli nasza spiżarnia dla hodowców. Zaінwestowaliśmy w wytwórnię ponad 50 mln zł - dodaje Ryszard Waśniewski.



100 tirów na tydzień

W niepozornej ulicy Zimnej w Lublinie kryje się jeden z trzech lubelskich zakładów firmy SuperDrob, spożywczego potentata. Co tydzień załoga w Lublinie przetwarza 100 tirów drobiu



Zakład przy ul. Zimnej 2 zatrudnia około 700 osób

FOT. SUPERDROB

Wraz z inwestycjami, zwiększyła się liczebność załogi. Dziś zatrudniamy około 700 osób. Praca jest na dwie zmiany.

- Wciąż poszukujemy pracowników na stanowiska średniego nadzoru technicznego i produkcji takich jak: operatorzy maszyn, mistrzów, pracowników utrzymania ruchu, elektrotechników, mechaników, techników budowlanych oraz pracowników niewykwalifikowanych - wylicza prezes Waśniewski.

Szkolenie studentów

- Prawie wszystkie pisklęta pochodzą z naszej wylęgarni w Turce, a sporo hodowców zaopatruje się również w pasze SuperDrob produkowane w Łukowie. Kurczaki pochodzą od lokalnych hodowców na podstawie umów kontraktacyjnych - dodaje Krzysztof Zaniewski, dyrektor zakładu SuperDrob w Lublinie. - Obecnie przygotowujemy się do zwiększenia liczby ubijanych kurcząt oraz zwiększenia zdol-

ności dzielenia. W związku z tym sukcesywnie wdrażane są nowe inwestycje takie jak modernizacja linii dzielenia oraz doposażenie parku maszynowego na uboju. Stawiamy również na stałą kadrę pracowników, którą regularnie szkolimy oraz wprowadzamy dodatkowe systemy premiowania.

SuperDrob to nie tylko produkcja. W zakładzie przy Zimnej trwa szkolenie studentów z Uniwersytetu Przyrodniczego w Lublinie z kierunku Technologia Żywności i Żywnienie Człowieka. Staż odbywa się w ramach projektu z funduszy europejskich „Wysokiej jakości staże szansą zawodową dla studentów TŻiŻCZ UP w Lublinie”. Program trwa do końca września 2019.

Uskrzydłamy

Firma ma także misję społeczną. Fundacja SuperDrob „Uskrzydłamy” finansuje udział dzieci pracowników zakładu SuperDrob w Lublinie w tygodniowych półkoloniach. Zaczęły się 5 sierpnia.

- W trakcie wypoczynku dzieci w wieku od 7 do 12 lat będą uczyły się tworzenia ekosystemów „las w słoiku”, zwiedzały Kaziemierz Dolny z pomysłem - w formie gry miejskiej oraz brały udział w zajęciach muzycznych i kulinarnych - opowiada Randa Ombach, prezes fundacji. - Chcemy pokazać

dzieciom alternatywę dla czasu spędzanego przed komputerem, pobudzić ich kreatywność oraz ich wrażliwość ekologiczną, społeczną i artystyczną. Fundacja wspomaga dzieci pracowników SuperDrob w Lublinie, Łodzi i Karczewie pod Warszawą. Drugim projektem Fundacji jest program stypendialny.

SuperDrob to rodzinna Grupa Kapitałowa oferująca produkty drobiowe - tradycyjne i nowoczesne (dania gotowe z drobiu tzw. convenience food). Jest liderem eksportu branży drobiarskiej w Polsce.

Za granicę wysyła połowę swoich produktów, głównie do krajów UE a także Chin i Japonii. Posiada bogate do-

świadczenie w całościowym procesie hodowli i przetworstwa drobiu „od jaja po gotowy produkt na półce”. Od 26 lat jest obecna na rynku, zatrudnia ponad 2500 osób. Główne zakłady przetworstwa zlokalizowane są w Karczewie o. Warszawy, w Łodzi i Lublinie. Przychód grupy kapitałowej za 2018 to ok. 1,5 mld zł.

R E K L A M A

Regionalne obserwatoria specjalistyczne bazą wiedzy, informacji i usług prorozwojowych w regionie

Urząd Marszałkowski Województwa Lubelskiego tworzy sieć regionalnych obserwatoriów specjalistycznych, które będą monitorować rynek i trendy technologiczne. Do sieci może przystąpić każdy podmiot, który świadczy lub będzie chciał rozwijać swoje usługi dla przedsiębiorców.

Obserwatoria tworzą organizacje, które gromadzą i analizują dane, przygotowują raporty, szukają dobrych praktyk oraz świadczą usługi prorozwojowe kierowane głównie do przedsiębiorców. Są również miejscem wymiany wiedzy i kontaktów, pomagają podnieść konkurencyjność na rynku oraz wspierają innowacyjny rozwój.

Sieć nie oznacza tworzenia nowych instytucji, lecz będzie łączyć organizacje działające na rynku, takie jak agencje rozwoju regionalnego, parki przemysłowe, klastry czy instytucje otoczenia biznesu. Przedsiębiorcy znajdą tam informacje dotyczące spotkań branżowych, partnerów biznesowych czy też najnowszych technologii. Będzie to możliwe dzięki aktywnej obserwacji regionu, ale również zawiązanemu partnerstwu z krajami takimi jak Austria, Czechy, Węgry, Niemcy, Słowenia i Włochy. W tych krajach również funkcjonują instytucje, które będą działały w ramach tworzonej sieci. Każda z nich oferuje kompetencje i usługi, wzbogacające zakres wsparcia przedsiębiorstw, które mogą być efektywnie



Wizyta w laboratorium inteligentnych rozwiązań Uniwersytetu Nauk Stosowanych FH Joanneum w Austrii

wykorzystywane również w naszym regionie. W innych częściach Polski, m.in. na Śląsku przedsiębiorcy mają do dyspozycji 8 takich instytucji, które cieszą się ogromnym zainteresowaniem. **Informacje o tym, jak rozwija się nasz region oraz co wpływa na podniesienie poziomu przedsiębiorczości i**

innowacyjności są pomocne w podejmowaniu ważnych, strategicznych decyzji kształtujących przyszłość Lubelszczyzny - przekonuje Jarosław Stawiarski, marszałek województwa lubelskiego. W najbliższym czasie Urząd Marszałkowski wraz z ekspertem, zaangażowanym w budowanie relacji i współpracy na Mazowszu, zorganizuje spotkania warsztatowe dla podmiotów, które przystąpią do takiej sieci. *Ważne jest, by te instytucje współpracowały już z przedsiębiorcami oraz chciały świadczyć i rozwijać swoje usługi jako „obserwatoria”* - podkreśla Małgorzata Rudnicka, wiceprezes Mazowieckiego Parku Naukowo-Technologicznego. Regionalne obserwatoria będą działały w obrębie konkretnych branż, które stanowią koło napędowe gospodarki Lubelszczyzny i są spójne z inteligentnymi specjalizacjami regionu a są nimi: biogospodarka, medycyna i zdrowie, energetyka niskoemisyjna oraz informatyka i automatyka.

Więcej szczegółów na stronie: www.rsi.lubelskie.pl



Warsztaty dotyczące tworzenia sieci regionalnych obserwatoriów specjalistycznych

Wielka rodzina T

Tytani Lublin świętowali 10 lat swojego istnienia. Niestety, podopieczni Randy Hackera w sobotę przegrani, a trener spisał na straty. Tytani przed jego rozpoczęciem zd



Kamil Koziół

- Nie ma co ukrywać, ten sezon to dla nas spore rozczarowanie. Musimy jednak zaznaczyć, że dysponujemy bardzo młodym składem. Po poprzednim sezonie sporo ważnych graczy postanowiło zakończyć swoje kariery. Ponad 30 procent obecnego składu to debiutanci. Oni potrzebują jeszcze trochę czasu, aby regularnie odnosić zwycięstwa. Widać jednak, że robią postępy. Pozwala to mi być spokojnym o przyszłość Tytanów - mówi Karol Sidorowski, prezes Tytanów.

Stadion i Perelki

Dużo ważniejsza niż sam wynik, była oprawa tego spotkania. A tej mogłoby pozazdrościć wiele klubów z wyższej ligi. Sobotnie spotkanie rozpoczęło się o godzinie 19 na Stadionie Lekkoatletycznym.

Przenosiny Tytanów na ten obiekt sprawiły, że mecze ogląda się w sposób bardzo komfortowy. Przypomnijmy, że wcześniej lubelska drużyna tułała się po różnych obiektach: grała między innymi na stadionie Budowlanych Lublin czy na bocznym boisku Areny. Rok temu jednak udało jej się przenieść na świeżo wybudowany Stadion Lekkoatletyczny i ta decyzja okazała się w 100 procentach słuszną.

Kibice zachęcani wysokim komfortem oglądania spotkań zaczęli zdecydowanie liczniej pojawiać się na trybunach. Widać to było w sobotę, kiedy mecz z Rockets śledziło blisko tysiąc osób.

- Myślę, że mogli poczuć atmosferę sportowego święta, bo zadbaliliśmy również o to, żeby przygrywała im orkiestra dęta. W przerwach natomiast tańczyły cheer-

leaderki, czyli nasze Perelki. To plus sztuczne oświetlenie stworzyło kapitalny obrazek - mówi Karol Sidorowski.

Nie narzekamy

Tytani to obecnie prężnie działający klub. W swoich strukturach ma ponad 100 osób. Zawodnicy ćwiczą w trzech grupach wiekowych. Najmłodsi, Giganci, mają od 10 do 13 lat. Kolejną kategorią są juniorzy, czyli futboliści między 14, a 17 rokiem życia. Najstarszą grupą są seniorzy występujący w drugiej lidze futbolu amerykańskiego. Do tego dochodzą jeszcze Perelki Tytanów, czyli utalentowane cheerleaderki.

Stworzenie tak fantastycznie funkcjonującej piramidy szkolenia jest swego rodzaju fenomenem.

- Nie dostajemy wielkich pieniędzy od miasta, ale nie zamierzamy narzekać. Jesteśmy dumni, że możemy reprezentować Lublin. Utrzymanie drużyny seniorskiej kosztuje około 120 tys. rocznie, dlatego możemy funkcjonować głównie dzięki szerokiemu gronu sponsorów, którzy aktywnie wspierają nasz klub. Nasi zawodnicy to amatorzy. W Tytanach nikt nie zarabia pieniędzy - dodaje Sidorowski.

Chelmskie początki

Kibice Tytanów mogą być dumni z tego, jak obecnie wygląda ich klub. Początki, które zresztą Dziennik Wschodni uważnie śledził, nie zwiastowały tego, że w Lublinie może wyrosnąć tak prężnie działająca drużyna.

Założycielami klubu są Zbigniew Wyrzykowski i Sergiusz Kuczyński. Obaj już w Tytanach nie działają, chociaż ten drugi wciąż pojawia się na meczach.

Korzenie Tytanów znajdują się... w Chełmie. W 2006 roku zorganizowano tam Chełm Bowl, pokazowy mecz pomiędzy ekipami Warsaw Eagles i The Crew Wrocław. Mimo towarzyskiego charakteru spotkania, zmagania futbolistów przyszło obejrzyć ponad dwa tysiące osób, a po wspaniałej walce 60:8 wygrali zawodnicy stołecznych orłów.

- Właśnie takie imprezy zaszczyliły we mnie miłość do futbolu amerykańskiego. Stwierdziłem wtedy, że chciałbym osobiście spróbować tej dyscypliny - wspominał w 2010 roku Sergiusz Kuczyński, jeden ze współzałożycieli lubelskich Tytanów.

Pytania zdziwionych przechodniów

W 2009 roku marzenia Kuczyńskiego udało się zmaterializować w postaci Tytanów Lublin.

- Pierwszy trening Tytanów odbył się w lipcu 2009 roku. Zaprosiłem kilku chłopaków, ale ostatecznie pojawiłem się tylko ja i Sergiusz. Wyciągnęliśmy „jajowatą piłkę”, godzinę pokopaliśmy, odpowiedzieliśmy na kilka pytań zdziwionych przechodniów i pojechaliśmy do swoich domów - opowiadał wówczas Zbigniew Wyrzykowski.

Pierwsze treningi Tytanów wyglądały bardzo komicznie. Odbływały się one na lubelskich Błoniach pod Zamkiem, gdzie kilku osiłków pomiędzy drzewami podawało sobie jajowatą piłkę. - Na początku, podczas treningów na dworze, byliśmy regularnie spisywani przez policję, która myślała, że się bijemy - wspominał Wyrzykowski.

W 2011 roku Tytani wystąpili w rozgrywkach PLFA8, czyli lidze przeznaczonej dla nowych drużyn, które nie



FUTBOL AMERYKAŃSKI W POLSCE

Jeszcze niedawno futbol amerykański był jedną z najprężniej rozwijających się dyscyplin sportowych w Polsce. Niestety, w ostatnich latach jego popularność mocno wyhamowała, a wpływ na to miał wewnętrzny konflikt w środowisku futbolowym. W jego wyniku obecnie w Polsce mamy dwa rodzaje rozgrywek futbolowych. Jeden są sygnowane jako Polska Liga Futbolu Amerykańskiego, a drugie jako Liga Futbolu Amerykańskiego. Tytani występują w tych drugich rozgrywkach i obecnie grają w grupie wschodniej II ligi. Niestety, w tym sezonie idzie im bardzo słabo i po 6 kolejkach zajmują ostatnie miejsce. Jedyny mecz w tym roku wygrali w czerwcu, kiedy na swoim stadionie pokonali Hammers Łaziska Górne

Tytanów z Lublina

zegrali z Rockets Rzeszów. Wynik tego spotkania był najmniej istotny, bo ten sezon został już dawno zdecydowali się na przebudowę i odmłodzenie składu



mogą jeszcze wystawić pełnych składów. Sezon w grupie południowej zakończyli wówczas na drugim miejscu.

Awans

Debiut w profesjonalnych rozgrywkach nastąpił rok później. Tytanów odwiedziliśmy wówczas na jednym z przedsezonowych treningów. Odbył się on między blokami przy ul. Noskowskiego. Kilku dziesięciu dobrze zbudowanych mężczyzn budziło respekt, a także zaciekawienie okolicznych mieszkańców.

Jak się szybko okazało, ci potężni faceci budzili respekt również u rywali. Sezon zakończyli z siedmioma zwycięstwami na koncie i zaledwie jedną porażką, a drugie miejsce w II lidze (trzeci poziom rozgrywkowy) pozwoliło im awansować szczebel wyżej w hierarchii polskiego futbolu. Na drugim poziomie rozgrywkowym Tytani zadowolili się na stałe i występują na nim do dzisiaj. Najbliżej awansu byli rok temu, kiedy w półfinale fazy play-off na własnym boisku ulegli 28:41 Towers Opole.

- Towers byli przede wszystkim aż do bólu konsekwentni. Oni nie grali jakiegoś skomplikowanego futbolu. To było cztery czy pięć prostych zagrywek - opowiadał wówczas Andrzej Jakubiec, jeden z trenerów Tytanów. - Wielka szkoda, że przespaliśmy początek spotkania. To zresztą nasza cecha charakterystyczna w tym sezonie. Nie potrafimy sobie poradzić z tym problemem i nie wiem z czego on wynika. Kiedy odrobiliśmy straty i wyszliśmy na prowadzenie, to pojawił się w nas płomień nadziei na awans do finału. Przyszło jednak zmęczenie, dać o sobie dały

też kontuzje zawodników i Towers nas pokonali.

Adwokat trenerem

Jakubiec to jedna z legend Tytanów. Z lubelskim klubem związany był praktycznie od samego początku. Na początku był przede wszystkim znakomitym rozgrywką, jednym z najlepszych w II i I lidze.

Później zaczął również pełnić rolę jednego z trenerów zespołu. Niestety, po zakończeniu poprzedniego sezonu powiedział pass i skupił się na obowiązkach zawodowych. - Mój ruch jest spowodowany brakiem czasu. Muszę poświęcić się też innym projektom. Trenowanie Tytanów to bardzo czasochłonne zajęcie. Trenujemy wprawdzie tylko dwa razy w tygodniu, ale trzeba pamiętać, że sama analiza wideo zajmuje często nawet 16 godzin - powiedział po meczu z Towers Opole Jakubiec.

Inną legendarną postacią dla Tytanów jest Delaine Swenson. Amerykanin był pierwszym trenerem i człowiekiem, który zaszczerpił w Lublinie futbol amerykański. Kilka lat temu Swenson zrezygnował z prowadzenia Tytanów, ale wciąż jest członkiem honorowym klubu. Na co dzień jest on natomiast profesorem prawa na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim. Przez 10 lat był adwokatem w USA, a w 1994 został uznany nawet Młodym Prawnikiem Roku w stanie Waszyngton.

Przez przypadek

Ważną postacią w historii Tytanów jest także Bartłomiej Trubaj. To jak na razie jedyny lublinianin, który dostał się do reprezentacji Polski. W kadrze zadebiutował w 2015 r., podczas meczu z Rosją, który był rozgrywany na lubelskiej

Arenie. - Do futbolu amerykańskiego trafiłem przez przypadek. Na studiach nieco grałem w koszykówkę i pewnego dnia zobaczyłem ogłoszenie o rekrutacji do drużyny futbolu amerykańskiego. To był listopad 2009 r. Poszedłem i wsiąknąłem w to towarzystwo. Początki były bardzo trudne, bo stanowiliśmy grupę chłopaków bez piłki i właściwego sprzętu. Pamiętam swój pierwszy oficjalny mecz w Tytanach. Graliśmy wówczas w drugiej lidze na stadionie Budowlanych przy ul. Krasińskiego. Pół godziny przed pierwszym gwizdkiem trybuny świeciły pustkami. Myśleliśmy sobie, że spotkanie bez kibiców będzie „wielką lipą”. Na szczęście nagle liczba fanów zaczęła się błyskawicznie zwiększać i ten mecz obejrzało wówczas około pół tysiąca kibiców - wspominał Bartłomiej Trubaj, dzisiaj zawodnik Lowlanders Białystok, czołowego klubu w Polsce.

Wielka rodzina

Historię Tytanów tworzyli też obcokrajowcy. Jednym z najlepszych był Amerykanin Nathan Lee. W ostatnich miesiącach mnóstwo pozytywnych emocji wywoływał Alessandro D'Alice. Włoch wprawdzie już wrócił do ojczyzny, ale wciąż pojawia się na meczach Tytanów.

- To tylko pokazuje charakter naszego klubu. Jesteśmy jedną wielką rodziną, która zawsze jest gotowa nieść pomoc - podkreśla Sidorowski. - To widać chociażby po naszych akcjach charytatywnych, które odbywają się praktycznie przy okazji każdego meczu. Przyszłość Tytanów powinna być bardzo pozytywna, bo mamy bardzo prężnie działający zarząd. Liczymy, że w najbliższych latach uda się też podnieść poziom sportowy.

Takiego mleka nie

ROZMOWA z dr n. med. Moniką Wójtowicz-Marzec, k

• Co roku 1 sierpnia obchodzony jest Światowy Dzień Karmienia Piersią. Dlaczego warto się na to zdecydować?

- Jest wiele korzyści z karmienia piersią zarówno dla matki, jak i dla dziecka. Dzieci karmione piersią znacznie rzadziej chorują, są mniej narażone na infekcje układu oddechowego oraz pokarmowego, a także ucha środkowego. Mleko kobiece to świetna inwestycja w dziecko, które w przyszłości jest dzięki niemu mniej narażone na ryzyko chorób cywilizacyjnych, między innymi cukrzycy, otyłości, alergii, a nawet chorób nowotworowych - białaczki limfatycznej i szpikowej. Dziecko karmione piersią trenuje też aparat mowy, dzięki czemu ma lepszy start jeśli chodzi o rozwój mowy i artykulacji.

• A korzyści dla matki?

- Kobieta, która karmi piersią szybciej wraca do formy po ciąży. Obkurcza się mięsień macicy, dzięki czemu okres adaptacji po ciąży jest krótszy. Karmienie pozwala też szybciej wrócić do sylwetki sprzed ciąży, bo podczas jednego karmienia można spalić nawet od 500 do 700 kcal. Ponadto w przy-



padku karmiących kobiet jest mniejsze ryzyko zachorowań na raka jajnika i piersi, a także cukrzycę i nadciśnienie tętnicze, bo karmienie

bardzo pozytywnie wpływa na układ krążenia.

Matka może karmić do szóstego miesiąca wyłącznie piersią, bo pokarm naturalny jest w stanie zapewnić

noworodkowi wszelkie niezbędne składniki odżywcze. Po szóstym miesiącu zaleca się wprowadzanie dodatkowych pokarmów dostosowanych oczywiście do wieku

dziecka. Nie wyznaczono limitu czasu karmienia piersią, decyzja o zaprzestaniu karmienia piersią należy do matki.

• Czy mleko modyfikowane

może zastąpić mleko matki?

- Mleko kobiece jest wyjątkowym produktem. Mimo że skład modyfikowanych pokarmów dostępnych na rynku jest coraz lepszy pod względem zawartości białka, tłuszczu czy węglowodanów, to nigdy nie zastąpi naturalnego mleka, które zawiera też czynniki wzrostu i substancje przeciwniekcyjne. To czynniki biologicznie aktywne, których nie da się umieścić w mleku w proszku. Ponadto mleko matki ma zdolność do zmian na przykład w zależności od pory dnia czy nawet czasu karmienia. W pierwszych minutach karmienia zaspokaja pragnienie dziecka, potem zapewnia mu wartości odżywcze. Kiedy jest gorąco jest bardziej wodniste, a kiedy zimno: bardziej gęste i kaloryczne. Takich procesów nie da się „podrobić”.

• Czy są matki, które nie chcą karmić?

- Zdarzają nam się pacjentki, które świadomie rezygnują z karmienia piersią. Powody są różne: na przykład chęć szybkiego powrotu do pracy czy zdrowotne, spowodowane na przykład przyjmowaniem konkret-

Rewolucja w leczeniu schorze

Nowe implanty kręgosłupowe, dopasowane do indywidualnych potrzeb każdego pacjenta, mogą stanowić rewolucję w leczeniu krążki międzykręgowe wykonane z własnych komórek macierzystych

Zastrzyki komórkami macierzystymi w zniszczone dyski niwelują natomiast stan zapalny. Nowoczesne implanty, giętkie i dopasowujące się do ruchu kręgosłupa, to szansa na życie bez bólu dla milionów osób. Szacuje się, że ponad 80 proc. Polaków skarży się na ból pleców.

Stabilizacja

- W przypadku leczenia operacyjnego schorzeń kręgosłupa podstawową metodą jest stabilizacja kręgosłupa. To metoda sztywna, czyli unieruchamiamy kręgosłup w odcinku, który jest chorobowo zmieniony. Natomiast tendencja jest taka, żeby ta stabilizacja nie była sztywna, ponieważ kręgosłup rusza się. Bardziej naturalne są metody, które zapewniają ruchomość tego kręgosłupa, bo to pozwala pacjentom odczuwać mniejszy ból, mniejszą sztywność, a po zabiegach operacyjnych mogą szybciej wrócić do zdrowia - przekonuje w rozmowie z agencją informacyjną Newseria Innowacje Piotr Szydlik, prezes firmy Evispine.

Transformacja

Naukowcy od lat pracują nad skutecznym rozwiązaniem bólu pleców. Multidyscyplinarny zespół badawczy z University of Pennsylvania's Perelman School of Medicine, School of Engineering and Applied Science oraz School of Veterinary Medicine opracował bioinżynieryjne krążki międzykręgowe wykonane z komórek macierzystych.

Komórki macierzyste mają potencjał do transformacji w dowolne wyspecjalizowane komórki, tym samym tak wykonany materiał integruje się z tkankami.

Jeszcze innym rozwiązaniem są zastrzyki z komórek macierzystych, które likwidują stan zapalny i pomagają odbudować zniszczone tkanki. Polscy lekarze pracują z kolei nad wszczepieniem ruchomych implantów, dostosowujących się do kręgosłupa.

Dostosowane do pacjenta

- Nasz projekt dotyczący stabilizacji kręgosłupa, czyli nowych implantów kręgosłupowych, ma na celu stworzenie implantów, które moglibyśmy dostosować do konkretnego pacjenta, do jego schorzeń, do nasilenia



bólu. My możemy tę stabilizację dostosować konkretnie do tego pacjenta - podkreśla Piotr Szydlik.

Nowe implanty to rozwiązanie skrojone na miarę każdego pacjenta. Dedykowane implanty dokładnie zastępu-

ją zniszczone kręgi i odbudowują kręgosłup.

To przede wszystkim rozwiązanie dla pacjen-

tów, którzy ze względu na olbrzymi ból spowodowany deformacją i uciskiem na nerwy mają

da się „podrobić”

ierownikiem Oddziału Noworodków SPSK1 w Lublinie

nych leków. Kobiety obawiają się, że przyjmowane leki mogą mieć negatywny wpływ na pokarm, a tym samym na dziecko. Uważam, że w większości przypadków, tak można zmodyfikować leczenie matki, aby karmienie naturalne nie wpływało na stan noworodka. Jedynym uzasadnionym przeciwwskazaniem jest leczenie onkologiczne: chemioterapia lub radioterapia.

Pewne ograniczenia mogą się też pojawić po cesarskim cięciu. Mama jest wtedy w pewnym sensie unieruchomiona i dziecko nie może być od razu przystawione do piersi, jak w przypadku kobiet, które rodziły naturalnie. Staramy się jednak, żeby nawet w takich przypadkach, z pomocą położnej mamy mogły karmić naturalnie, w miarę możliwości jak najszybciej.

• **Czy dzieci, które od razu po porodzie nie były karmione piersią mogą potem mieć z tym problem?**

- Jesteśmy ssakami, więc ssanie jest pierwotnym, naturalnym odruchem. Jeśli dziecko go nie ma, oznacza to, że jest w gorszej kondycji. Tak jest na przykład u wcześ-

Jest wiele korzyści z karmienia piersią zarówno dla matki, jak i dla dziecka. Dzieci karmione piersią znacznie rzadziej chorują, są mniej narażone na infekcje układu oddechowego oraz pokarmowego, a także ucha środkowego. Mleko kobiece to świetna inwestycja w dziecko - mówi dr n. med. Monika Wójtowicz-Marzec

FOT. MACIEJ KACZANOWSKI



śniaków, u których taki odruch jest bardzo osłabiony. Wówczas dbamy o to, żeby pokarm był naturalny, ale musimy go podawać poprzez cewnik.

• **Jak prawidłowo karmić?**

- Po porodzie karmienia uczy się zarówno matka jak i dziecko. Im częściej dziecko jest przystawiane do piersi, tym szybciej uda się dopasować na przykład optymalną pozycję zarówno dla matki, jak i dziecka. To indywidualna kwestia, zależna między innymi od warunków anatomicznych kobiety, a także na przykład budowy buzi dziecka. Czasem ze względu na jakieś wady potrzebna jest współpraca z neurologopedą czy fizjoterapeutą.

ROZMAWIAŁA: KATARZYNA PRUS

KIEDY MAMA NIE MOŻE KARMIĆ

Przy Klinice Położnictwa i Patologii Ciąży SPSK1 w Lublinie działa Bank Mleka Kobieciego. To jedyne takie miejsce w województwie lubelskim. Bank ma już ok. 25 litrów mleka od dawczyń, po pasteryzacji. W każdej chwili może je przekazać konkretnemu szpitalowi, który ma pacjentki z problemami laktacyjnymi.

Bank współpracuje z 20 honorowymi dawczyniami, które oddają pokarm nie otrzymując za to żadnego wynagrodzenia. Matki, które nie mogą karmić, korzystają z banku mleka bezpłatnie. Jest to jednak tylko możliwe podczas pobytu na oddziale. Po wyjściu do domu nie ma już takiej możliwości, bo mleka nie można kupić. Bank zapewnia całkowite żywienie wcześniaka, albo jest uzupełnieniem dla pokarmu matki, którego jest za mało.

W pierwszej kolejności z banku będą mogły skorzystać wcześniaki. Priorytetem są dzieci przedwczesnie urodzone, poniżej 32. tygodnia życia, o najniższej wadze 500-1000 g i najbardziej chore. Karmienie ich od początku mlekiem kobiecym zmniejsza ryzyko wystąpienia sepsy oraz martwiczego zapalenia jelit. W pierwszych dniach życia wcześniaka matka zazwyczaj ma problem z laktacją. Wtedy właśnie potrzebne jest mleko z banku, którym żywi się dziecko do momentu aż matka jest w stanie karmić samodzielnie.

ień kręgosłupa

u schorzeń kręgosłupa. Naukowcy opracowali już bioinżynieryjne



trudności z poruszaniem się. Implanty kręgosłupowe pomogą też osobom starszym.

Za cztery lata przewidujemy opracowanie już gotowych implantów kręgosłupowych, które będziemy mogli produkować i sprzedawać na rynku krajowym i europejskim - mówi Piotr Szydlik, prezes firmy Evispine

FOT. NEWSERIA INNOWACJE

Faza testów

- To dotyczy przede wszystkim schorzeń kręgosłupa takiego typu jak zwyrodnienia, które szczególnie występują u starszych osób, a także w sytuacjach przeciążenia kręgosłupa, to szczególnie dotyczy osób młodych. I w takich sytuacjach u osób, które wymagają leczenia operacyjnego, możemy stosować te nowe implanty - tłumaczy Piotr Szydlik.

Niewykluczone, że w przyszłości sprawdzą się również w leczeniu osób z przerwanym i uszkodzonym rdzeniem kręgowym.

Obecnie takie osoby skazane są najczęściej na wózek inwalidzki - w przyszłości dzięki nowoczesnym implantom mogłyby liczyć na całkowitą odbudowę rdze-

nia. Na razie nowoczesne implanty są jeszcze w fazie testów. Na rynek trafią najwcześniej za kilka lat.

Większość Polaków narzeka

- Za cztery lata przewidujemy opracowanie już gotowych implantów kręgosłupowych, które będziemy mogli produkować i sprzedawać na rynku krajowym i europejskim. Koszt to prawie 6 mln zł, natomiast jest to na tyle nowoczesne rozwiązanie, że jest warte inwestycji - ocenia Szydlik.

Obecnie, jak wynika z badań, na bóle kręgosłupa narzeka zdecydowana większość Polaków. Z danych Zakładu Ubezpieczeń Społecznych wynika, że oprócz bólu stawów to właśnie bóle pleców i kręgosłupa są najczęstszą przyczyną zwolnień lekarskich.

- Ból kręgosłupa jest to poważny problem, bo 80 proc. ludzi może doświadczyć tego bólu w ciągu swojego życia - podkreśla Piotr Szydlik. - I według raportów ból kręgosłupa jest pierwszą przyczyną niepełnosprawności, a także nieobecności w pracy. Dlatego też ci pacjenci wymagają intensywnego leczenia, w tym między innymi leczenia operacyjnego.

NEWSERIA INNOWACJE

dziennik
WSCHODNI

**ZAMÓW
MIESIĘCZNĄ
PRENUMERATĘ
i ZGARNIJ
NAGRODY!**

- prenumerata
miesięczna **TYLKO**

39 zł!

**w prezencie
ekologiczna
TORBA
BAWEŁNIANA**

LICZBA NAGRÓD
OGRANICZONA I
SKIEROWANA
DO OSÓB
INDYWIDUALNYCH



Prenumeratę można zamawiać do 19 dnia każdego miesiąca w siedzibie redakcji Dziennika Wschodniego w Lublinie, Krakowskie Przedmieście 54, najbliższym urzędzie pocztowym lub u listonosza

ZADZWOŃ! SZCZEGÓŁY POD NUMEREM TELEFONU 81 46 26 800



TEATRY:
TEATR IM. J. OSTERWY (ul. Narutowicza 17): brak spektakli
TEATR IM. H.CH. ANDERSENA (plac Teatralny 1): brak spektakli
TEATR MUZYCZNY (ul. Skłodowskiej-Curie 5): brak spektakli
TEATR STARY (ul. Jezuicka 18): brak spektakli
TEATR CENTRUM KULTURY (ul. Peowiaków 12):
 PIĄTEK: **Koncert: Morskie Nogi** – 21.00 NIEDZIELA: **Brzydkie kaczątko** – 16.00; **Muzyczne Ingerencje: początki kina** – 21.00
FILHARMONIA LUBELSKA (ul. Skłodowskiej-Curie 5): brak koncertów



KINA:
CINEMA CITY PLAZA LUBLIN (ul. Lipowa 13):
 PIĄTEK SOBOTA NIEDZIELA: **Annabelle wraca do domu** – 20.00, 22.20; **I znowu zgrzeszyliśmy, dobry Boże** – 15.40, 18.40, 20.50; **Król Lew 2D dubbing** – 11.30, 14.00, 16.30, 19.00; **Król Lew 3D dubbing** – 18.30; **Oszustki** – 21.30; **Sekretne życie zwierzaków domowych 2** – 10.20, 12.20, 14.20; **Spider-Man: Daleko od domu 2D dubbing** – 10.50; **Spider-Man: Daleko od domu 2D napisy** – 16.00; **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – 11.30, 14.15, 17.00, 19.45, 22.30; **Toy Story 4 2D** – 10.00, 11.00, 12.15, 13.15, 14.30, 15.30, 16.45, 17.45, 19.00; **Toy Story 4 3D** – 10.45, 13.00, 16.15; **Truposze nie umierają** – 21.15; **Upiorne opowieści po zmroku** – 15.10, 17.30, 19.50, 22.10; **W deszczowy dzień w Nowym Jorku** – 13.30, 18.00, 20.10, 22.20; **Wilk w owczej skórze 2** – 10.10, 12.00, 14.10; **Yesterday** – 21.10
CINEMA CITY FELICITY LUBLIN (al. Wincentego Witosa 32):
 PIĄTEK SOBOTA NIEDZIELA: **Aladyn** – 10.15; **Annabelle wraca do domu** – 21.40; **Fighter** – 22.00; **I znowu zgrzeszyliśmy, dobry Boże** – 12.30, 19.00, 21.10; **Król Lew 2D dubbing** – 11.00, 12.00, 13.30, 14.30, 15.20, 17.00, 19.30; **Młody geniusz i kłopotliwe wynalazki** – 10.00; **Pavarotti** – 20.10; **Pokemon: Detektyw Pikachu 2D dubbing** – 10.15; **Sekretne życie zwierzaków domowych 2** – 11.20, 15.30; **Spider-Man: Daleko od domu 2D dubbing** – 17.30; **Spider-Man: Daleko od domu 2D napisy** – 21.00; **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw 2D** – 12.30, 13.20, 15.15, 18.00, 20.45; **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw 4DX** – 14.30, 17.20, 20.10; **Toy Story 4 2D** – 10.30, 11.45, 12.45, 14.00, 15.00, 16.15, 17.15, 18.30, 19.30; **Toy Story 4 3D** – 16.45; **Toy Story 4 3D 4DX** – 10.00, 12.10; **Upiorne opowieści po zmroku** – 13.00,

16.00, 18.30, 20.50;
W deszczowy dzień w Nowym Jorku – 16.20, 20.50; **Wilk w owczej skórze 2** – 10.40, 14.50; **Yesterday** – 18.20

MULTIKINO GALERIA OLIMP (Al. Spółdzielczości Pracy 36):
 PIĄTEK: **Annabelle wraca do domu** – 20.15; **Bring the Soul: The Movie** – 16.00; **I znowu zgrzeszyliśmy, dobry Boże** – 21.20; **Król Lew 2D dubbing** – 11.00, 12.00, 13.35, 17.10, 18.45, 19.45; **Król Lew 3D dubbing** – 14.35; **Sekretne życie zwierzaków domowych 2** – 11.05, 13.10, 15.15, 17.20; **Spider-Man: Daleko od domu 2D dubbing** – 10.40; **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – 11.45, 14.40, 17.35, 19.25, 20.30; **Toy Story 4 2D** – 10.00, 11.00, 12.15, 13.15, 14.30, 15.30, 16.10, 16.45, 17.45, 19.00, 20.00; **Toy Story 4 3D** – 13.45; **Upiorne opowieści po zmroku** – 15.35, 18.20, 20.45; **W deszczowy dzień w Nowym Jorku** – 18.00, 21.15; **Wilk w owczej skórze 2** – 10.05, 13.25 SOBOTA: **Annabelle wraca do domu** – 20.15; **Bring the Soul: The Movie** – 16.00, 16.45; **I znowu zgrzeszyliśmy, dobry Boże** – 21.20; **Król Lew 2D dubbing** – 11.00, 12.00, 13.35, 17.10, 18.45, 19.45; **Król Lew 3D dubbing** – 14.35; **Sekretne życie zwierzaków domowych 2** – 10.30, 12.35, 14.40; **Spider-Man: Daleko od domu 2D dubbing** – 10.40; **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – 11.45, 14.40, 17.35, 19.25, 20.30; **Toy Story 4 2D** – 10.00, 11.00, 11.30, 12.15, 13.15, 14.30, 15.30, 16.10, 16.45, 17.45, 19.00, 20.00; **Toy Story 4 3D** – 13.45; **Upiorne opowieści po zmroku** – 15.35, 18.20, 20.45; **W deszczowy dzień w Nowym Jorku** – 18.00, 21.15; **Wilk w owczej skórze 2** – 10.05, 13.25 NIEDZIELA: **Annabelle wraca do domu** – 20.15; **Bring the Soul: The Movie** – 16.00; **I znowu zgrzeszyliśmy, dobry Boże** – 21.20; **Król Lew 2D dubbing** – 11.00, 12.00, 13.35, 17.10, 18.45, 19.45; **Król Lew 3D dubbing** – 14.35; **Sekretne życie zwierzaków domowych 2** – 11.05, 13.10, 15.15, 17.20; **Spider-Man: Daleko od domu 2D dubbing** – 10.40; **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – 11.45, 14.40, 17.35, 19.25, 20.30; **Toy Story 4 2D** – 10.00, 11.00, 11.30, 12.15, 13.15, 14.30, 15.30, 16.10, 16.45, 17.45, 19.00, 20.00; **Toy Story 4 3D** – 13.45; **Upiorne opowieści po zmroku** – 15.35, 18.20, 20.45; **W deszczowy dzień w Nowym Jorku** – 18.00, 21.15; **Wilk w owczej skórze 2** – 10.05, 13.25
KINO BAJKA (ul. Radziszewskiego 8):
 PIĄTEK: **Król Lew** – 10.30; **Wilk w owczej skórze 2** – 13.00; **Pavarotti** – 15.45, 20.15 SOBOTA NIEDZIELA: **Pavarotti** – 15.45, 20.15
CENTRUM KULTURY LUBLIN (ul. Peowiaków 12):
 PIĄTEK SOBOTA NIEDZIELA: **Maiden** – 19.00
CHATKA ŻAKA (ul. Radziszewskiego 16): brak

seansów
KINO PERŁA (ul. Bernardyńska 15):
 PIĄTEK: **Kick-Ass** – 21.00 SOBOTA: **Hardkor Disco** – 21.00 NIEDZIELA: **Kogel Mogel** – 21.00
PUŁAWY-SYBILLA (Al. Partyzantów 6):
 PIĄTEK: **Filmowe Lato: Ralph Demolka w Internecie** – 11.15, 13.30; **Szybcy i Wściekli: Hobbs i Shaw** – 17.30, 20.00; **Wilk w owczej skórze 2** – 15.45 SOBOTA: **Filmowe Lato: Corgi, pies królowej** – 11.45, 13.45; **Szybcy i Wściekli: Hobbs i Shaw** – 17.30, 20.00; **Wilk w owczej skórze 2** – 15.45 NIEDZIELA: **Filmowe Lato: Paziomek** – 11.45, 13.45; **Szybcy i Wściekli: Hobbs i Shaw** – 17.30, 20.00; **Wilk w owczej skórze 2** – 15.45
BIALA PODLASKA – MERKURY (ul. Brzeska 43):
 PIĄTEK: **Król Lew** – 13.15; **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – 17.20, 20.00; **Wilk w owczej skórze 2** – 11.30, 15.30 SOBOTA NIEDZIELA: **Król Lew** – 13.45; **Pavarotti** – 16.00; **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – 18.00, 20.35; **Wilk w owczej skórze 2** – 12.00
ŚWIDNIK – LOT (Al. Lotników Polskich 24):
 PIĄTEK SOBOTA NIEDZIELA: **Toy Story 4** – 16.00, 18.00; **W deszczowym Nowym Jorku** – 20.00
ZAMOŚĆ – STYLOWY (ul. Odrodzenia 9):
 PIĄTEK: **Król Lew 2D** – 13.15, 15.45, 18.15; **Maiden** – 19.15; **Pavarotti** – 19.30; **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – 15.00, 17.45, 20.30; **Toy Story 4 2D** – 12.15, 14.30, 19.00; **Toy Story 4 3D** – 12.45, 16.45; **Upiorne opowieści po zmroku** – 17.00, 20.45; **Wilk w owczej skórze 2** – 15.00 SOBOTA: **Król Lew 2D** – 13.15, 15.45, 18.15; **Maiden** – 16.30, 19.15; **Pavarotti** – 19.30; **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – 15.00, 17.45, 20.30; **Toy Story 4 2D** – 12.00, 12.15, 14.30, 19.00; **Toy Story 4 3D** – 12.45, 16.45; **Upiorne opowieści po zmroku** – 17.00, 20.45; **Wilk w owczej skórze 2** – 15.00 NIEDZIELA: **Król Lew 2D** – 13.15, 15.45, 18.15; **Maiden** – 16.30, 19.15; **Pavarotti** – 19.30; **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – 15.00, 17.45, 20.30; **Toy Story 4 2D** – 12.00, 12.15, 14.30, 19.00; **Toy Story 4 3D** – 12.45, 16.45; **Upiorne opowieści po zmroku** – 17.00, 20.45; **Wilk w owczej skórze 2** – 15.00
CHEŁM – CKF ZORZA (ul. Strażacka 2):
 PIĄTEK: **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – 18.00, 20.30; **Toy Story 4 2D** – 15.45; **Toy Story 4 3D** – 13.30, 18.00; **W deszczowy dzień w Nowym Jorku** – 20.00; **Wilk w owczej skórze 2** – 16.00 SOBOTA: **Koncert: Andre Rieu** – 20.00; **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – 18.00, 20.30; **Toy Story 4 2D** – 11.00, 15.30; **Toy Story 4 3D** – 13.15, 17.45; **Wilk w owczej skórze 2** – 16.00 NIEDZIELA: **Koncert: Andre Rieu** – 20.00; **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – 18.00, 20.30; **Toy Story 4 2D** – 13.15, 17.45; **Toy Story 4 3D** – 11.00, 15.30; **Wilk w owczej skórze 2** – 16.00

PRO8L3M



płyty zatytułowanej „Widmo”. Na potrzeby koncertu stanie duża scena z wyjątkową oprawą wizualną i świetlną.

Bilety na koncert kosztują 45 i 60 złotych, a dostępne są na going.pl.

DAD

Krzysztof Krawczyk zaśpiewa na urodziny



WYDARZENIE Legenda polskiej sceny muzycznej, Krzysztof Krawczyk, zaśpiewa w sobotę, 10 sierpnia, w klubie Radość (Lublin, ul. Bernardyńska 15). Z okazji trzecich urodzin klubu. Początek koncertu o godzinie 20.

Największe hity ikony polskiej muzyki estradowej usłyszymy w sierpniu

w Radości. Urodziny lokalu uświetni sam Krzysztof Krawczyk, obdarzony charyzmatycznym barytonowym głosem artysta, który od lat bawi kolejne pokolenia słuchaczy.

Współpracowali z nim najpopularniejsi artyści, m.in. Goran Bregović z którym nagrał płytę w 2001 roku „Daj

mi drugie życie”. Muniek Staszczuk, Edyta Bartosiewicz, Jan Borysewicz którzy gościnnie wystąpili na płycie „To co w życiu ważne”. Większość albumów artysty pokryła się złotem lub platyną.

Bilety na wydarzenie kosztują od 25 do 45 złotych, a dostępne są na goingapp.pl.

DAD

Morskie Nogi



koncertu towarzyszyć będzie im wokalistka Oly.

Wstęp wolny.

DAD

Letni Konkurs Tańca



W niedzielę o 16 zobaczymy spektakl lalkowy na podstawie legendarnej baśni H.Ch. Andersena „Brzydkie kaczątko”. To widowisko dla najmłodszej publiczności wykona Fundacja Tworzenia i Promowania Sztuki – ależ Gustawie!

Wieczorem, o godzinie 21 w Wirydarzu CK, coś dla miłośników kinematografii. Zespół Czula Obserwacja wykona muzykę na żywo do klasycznego filmu z okresu kina niemego. Wstęp oraz prowadzenie dyskusji: Krystian Drozd.

Nadchodzący tydzień na CPZ to także warsztaty umiejętności. W poniedziałek o 16 warsztaty składania rozety. O 19 zajęcia poświęcone tańcowi ulicznemu. We wtorek o 17 - w ramach Karuzeli Sztuki - zajęcia dla dzieci od 5 lat. W środę na godzinę 17 zaplanowano warsztaty edukacyjne „Rusz swój mózg!”. Przez cały tydzień o 17.30 będzie można też wziąć udział w zabawie z hula hop.

Udział w wydarzeniach jest bezpłatny.

DAD

Szymonmówi na Moście Kultury

WYDARZENIE W piątek, 9 sierpnia, o 20 na Moście Kultury (Most im. Mariana Lutosławskiego) Szymon Żurawski z projektem Szymonmówi.

Młody artysta tworzy piosenki inspirowane filmami i komiksami. - Jego teksty to opowieści o współczesnym społeczeństwie z perspektywy wchodzącego w dorosłość mężczyzny - zachęcają organizatorzy.

W sobotę na godzinę 11 zaplanowano zajęcia fotograficzne Camera Obscura oraz plastyczne: Akwarelki. Pół godziny później będzie można poznać kuchnię z sezonowych roślin. A o godzinie 20 rozpocznie się występ Czarnych Lwów z Przedmieścia.

Weekend zakończymy potańcówką z grupą Pasjonatta (godz. 20).

Wstęp wolny. **DAD**



Teatry uliczne w Świdniku

NA SCENIE Machina Teatralna - XIII Spotkania Teatrów Ulicznych w Świdniku: w dniach 16-18 sierpnia na Placu Konstytucji 3 Maja pojawiają się teatry z całej Polski, m.in. Teatr ArtDance, Locomotora Artistic Group oraz Teatr Los Fuegos Lightshow. Zaprasza Miejski Ośrodek Kultury w Świdniku.

- Dotychczasowych 12 edycji naszej imprezy okazało się wielkim sukcesem artystycznym i organizacyjnym, o czym świadczy liczne grono stałych odbiorców, a przede wszystkim udział w festiwalu teatrów z całej Polski - przekonują organizatorzy.

Fundacja Teatrotterapia Lubelska zaprezentuje spektakl „Spowiedź w drewnie” (16 sierpnia, godz. 20.30). To sztuka inspirowana życiem beskidzkiego rzeźbiarza Jędrzeja Wowory.

Z Poznania do Świdnika przyjdzie Teatr Art Dance ze spektaklem „Infiniti”, który zobaczymy w 16 sierpnia o godz. 21. Opowieść o odwiecznej walce dobra ze złem artyści zaprezentują w formie tanecznej. W sobotę o godz. 19 grupa wykona przedstawienie powarsztatowe „Baletowe podróże”, które zachwyci widzów niesamowitymi kostiumami,



rekwizytami oraz tańcami z różnych części świata.

Kraków reprezentować będzie m.in. Teatr Kto, który 16 sierpnia o godz. 22 przedstawi sztukę „Peregrinus” na podstawie poezji T.S. Eliota. Spektakl pokazuje jeden dzień z życia człowieka XXI wieku.

Z Krakowa pochodzi również Teatr Los Fuegos Lightshow. Formacja wystąpi 17 sierpnia o godz. 22, prezentując widowisko, w którym przestrzeń wyznaczają wielkie, bajkowe, drewniane rzeźby. Pośród nich, w otoczeniu mgieł, ognia i muzyki, na oczach widzów powstają

kolejne dzieło: rzeźba wykuta w rytm muzyki.

Ostatniego dnia Festiwalu o godz. 14 wystąpi z kolei krakowska formacja Locomotora Artistic Group ze spektaklem „Amore, czyli retro cyrk”. To 30 minut doskonałej zabawy, która przeniesie nas do Paryża lat 20 ubiegłego wieku. Krótka, ale jakże romantyczna, fabuła służy do zademonstrowania umiejętności cyrkowych artystów. W trakcie spektaklu zobaczymy pokazy szcudlarzy, akrobatów i żonglerów

W tym roku organizatorzy przygotowują szereg dodat-

kowych atrakcji. Wśród nich ciekawe warsztaty prowadzone przez specjalistów w swoich dziedzinach. Pantomimy będzie uczył Adam Organista od 12 lat związany z improwizacją teatralną. Będą też zajęcia cyrkowe oraz poświęcone ruchowi w teatrze.

Będzie także barwna parada uliczna, która wyruszy spod Centrum Kultury pierwszego dnia festiwalu, w piątek o godzinie 17. A na finał - w niedzielę o 18 - grupa Locomotora Artistic zaprezentuje happening uliczny „Retro turyści”.

Wstęp wolny.

DAD

Aga Derlak i Jakub Kotynia

KONCERT Akwarela Cafe (Rynek 6) zaprasza na koncert Agi Derlak i Jakuba Kotyni - w piątek, 9 sierpnia, o godzinie 19.

Aga Derlak to pianistka i kompozytorka; absolwentka Berklee College of Music w Bostonie oraz Akademii Muzycznej w Katowicach. Jest laureatką wielu prestiżowych nagród. Dotychczas nagrała dwa autorskie albumy: „First Thought” oraz „Healing”.

Jakub Kotynia to gitarzysta, autor muzyki i teksów



oraz pedagog - absolwent Wydziału Kompozycji, Edukacji, Interpretacji i Jazzu Akademii Muzycznej w Katowicach oraz Szkoły Muzycznej II stopnia w Lublinie. Obecnie jest gitarzystą w zespole Stefano Terrazzino oraz współtworzy duet gitarowy Cuatro Manos. Na swoim koncie ma wspólny album z Anią Michałowską „Snów pejzaże”, na którym znajduje się jego kompozycja.

Bilety na koncert kosztują 25 złotych.

DAD

My, Gospodynie i Gospodarze



FOT. PIXABAY.COM

WYDARZENIE Warsztaty edukacyjne, ciekawe spotkania i inspirujący goście - to wszystko czeka na uczestników nowego projektu w Wojsławicach, który potrwa od 17 sierpnia do końca września. „My, Gospodynie i Gospodarze gminy Wojsławice” to cykl weekendowych zajęć, które będą realizowane w Ośrodku Trzech Kultur w Majdanie Ostrowskim.

Organizowany przez Gminne Centrum Kultury Sportu i Turystyki w Wojsławicach projekt pozwoli uczestnikom zdobyć nowe umiejętności, zarówno rzemieślnicze jak i muzyczne. Na cykl weekendowych spotkań złożą się m.in. warsztaty tkackie, ceramiczne i stolarskie. Wszystkie poprowadzą specjaliści.

Jednym z głównych założeń inicjatywy jest symboliczne przekazanie mieszkańcom gminy Wojsławice wyremontowanego obiektu byłej szkoły w Majdanie Ostrowskim, gdzie pod nazwą Ośrodek Trzech Kultur powstało miejsce spotkań twórczych. To właśnie tu odbywać się będą poszczególne zajęcia. - Projekt dofinansowany przez Narodowe Centrum Kultury w ramach programu EtnoPolska 2019 jest wsparciem dla pomysłu wojsławickich animatorów kultury, aby ośrodek w Majdanie Ostrowskim stał się miejscem działań na rzecz zachowania, przekazu i kontynuacji tradycji regionalnych - przekonują organizatorzy.

Projekt oficjalnie rozpocznie się 17 sierpnia. Na godzinę 10 zaplanowano wprowadzanie po pracowniach, o 11 rozpocznie się spotkanie studyjne z zaproszonymi gośćmi z całej Polski, którzy prowadzą podobne ośrodki.

Wśród gości znajdują się Monika Wizła-Kubiak i Joanna Wojtko - edukatorki, animatorki, współzałożycielki Chrośnicy Wioski Barwnych Wątków; politolog i kulturoznawca Emil Majuk oraz Doroteusz Fionik - etnograf, historyk, założyciel i kustosz prywatnego Muzeum Małej Ojczyzny w Studziwodach.

Pierwsze warsztaty zostaną zrealizowane w dniach 16-18 sierpnia. Zajęcia tkackie poprowadzi Agnieszka Jackowiak - kulturoznawczyni, edukatorka w zakresie dawnych technik włókienniczych, tkaczka, filcarka; Od lat zgłębia swoją wiedzę o tym rękodziele, wytwarzając użytkowe wyroby z wełny owczej inspirowane wzornictwem polskim i azjatyckim.

W kolejne weekendy na uczestników czekają następujące warsztaty: ceramiczne i muzyczne (30 sierpnia - 1 września); stolarskie (6-8 września); rękodzielnicze (13-15 września) oraz muzyczne, śpiewacze i instrumentalne (27-30 września).

Zapisy trwają do 14 sierpnia w Domu Kultury w Wojsławicach. Można też zapisać się mailowo: wojslaw-gci@o2.pl lub telefonicznie: (82) 5669 153, 693 289 039.

DAD

Odpust i kiermasz



HISTORIA Z okazji święta Matki Boskiej Zielnej Muzeum Wsi Lubelskiej zaprasza 15 sierpnia na odpust, który będzie nawiązywał do tradycji dawnych odpustów we wsiach i miasteczkach. Będzie też kiermasz ziołowo-miodowy, który rozpocznie się o 11 w sektorze Powiśle.

O 12 w pobliżu kościoła z Matczyną rozpoczną się

uroczystości odpustowe. Tu także nie zabraknie rękodzieła, pamiątek, zabawek, słodczych czy produktów spożywczych. Obok współczesnych produktów pojawi się stragan z zabytkowym towarem odpustowym ze zbiorów Muzeum - dewocjonalia, ozdoby, zabawki drewniane lub z metalu.

Bilety: 6/12 zł.

DAD

Ciężarki w siłowni	▼	Skargi, lament	Jerzy, aktor („Matka Królów”)	„... Lola” (Bajm)	▼	Powtórny mecz	▼	Post na fejsie	▼	„Owocowe” majtki	Nicolas, zagrał w „Skarbie narodów”	▼	„Hello, ...!”, musical	▼	Agnieszka, gra w „Listach do M.”	Bohater horroru „Szczęki”
▼	32	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Mąż Pięknej Heleny	▼	Autorka serii „Harry Potter”	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Nazywana królową kwiatów	▼	Np. ogień trawicy lasy	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Miasto na Litwie, nad Niemnem	▼	Siatka na przewoździe elektr.	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Śpiewała „Milord”	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sznur pirotechnika	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Miasto z tężniami solankowymi	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Jan Ewangelista	▼	Borys, rosyjski pisarz („Aniuta”)	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Kelner (dawniej)	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Miesiąc po styczniu	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
26	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
... zbieżny, wada wzroku	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Zrzeszenie (np. łowieckie)	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Imię Stępowskiego	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Autorka „Chaty wujka Toma”	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Antonim mety	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Ma swój dzień 21 stycznia	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Jednooki olbrzym (mit. gr.)	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Dodatkowo cechy charakteru	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
21	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Stabe wino; jabłecznik	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Aktorka w roli Cruelli De Mon	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
... Collins, śpiewa w Genesis	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 43 utworzą rozwiązanie - aforyzm Władysława Grzeszczyka.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Horoskop

BARAN

21 marca

– 20 kwietnia

Jeśli dobrze przyjrzyć się swojej karierze, to upewnisz się, że spotkały cię ostatnio same dobre rzeczy. Ktoś ciągle będzie czegoś od ciebie chciał, kogoś będziesz uczyć lub szkolić. Będzie ciężko, ale - jak wszystko dobrze pójdzie - to satysfakcja gwarantowana. I lepsza wypłata też. A sytuacja w końcu się ustabilizuje.

BYK

21 kwietnia

– 20 maja

W pracy spotkasz osoby, które pozytywnie na ciebie wpłyną. Coś ciekawego podpowiedzą, pomogą, albo zwyczajnie będzie ci siez nim i dobrze pracowało. Będzie miał dużo optymizmu i siły w dążeniu do realizacji przedsięwzięć, w które jesteś obecnie zaangażowany. A planety sprzyjają wcielaniu w życie nowych pomysłów.

BLIŹNIĘTA

21 maja

– 21 czerwca

Zaczyniesz wydajniej pracować i znajdziesz czas na realizowanie swoich pasji. W pracy możesz liczyć na dobrą atmosferę i pomoc koleżanek i kolegów. Dzięki temu nie będziesz musiał siedzieć po godzinach i zostanie ci trochę czasu. Dla rodziny, albo na małe lenistwo. Ale lepiej zrobisz, jak poświęcisz go na wspomniane pasje.

RAK

22 czerwca

– 22 lipca

Zaczyniesz emanować pozytywną energią, którą zauważy wiele osób w domu i w pracy. Będziesz miał dobrą rękę do interesów. Z wyczuciem podejmiesz ważne decyzje. Planety sprzyjają zdobywaniu cennych kontaktów i znajomości. To również dobry czas na rozkręcanie biznesu czy zdobywanie nowych kwalifikacji przydatnych w twoim zawodzie.

LEW

23 lipca

– 23 sierpnia

Jeżeli ostatnie dni upłynęły ci pod znakiem nerwów, załatwiania pięciu spraw na raz i ogólnej krzątaniny, to mamy dobre wiadomości: wreszcie będzie spokojniej. Będziesz w dobrym humorze. Zgoń rodzinę z kanapy i zaplanuj wspólne wyjścia: na spacer, na rowery, albo nad wodę. Wakacje pomału się kończą, i warto dobrze wykorzystać najbliższe tygodnie.

PANNA

24 sierpnia

– 23 września

Zajmą cię przede wszystkim obowiązki w pracy oraz realizacja ustalonych zadań domowych. Mimo wszystko wieczorami znajdziesz czas, żeby pobyć z rodziną, pomóc dziecku odrobić lekcje czy podyskutować z drugą połową o najpilniejszych sprawach. Planety sprzyjają także wyjazdom i imprezom domowym. Zaprosisz gości, którym zaimponujesz swoimi kulinarnymi umiejętnościami. Sama też możesz liczyć na ciekawe zaproszenia.

WAGA

24 września

– 23 października

Rzucisz się w wir ważnych spraw w domu i w pracy. W obu przypadkach będzie dużo do załatwienia. Przy tym nawale obowiązków możesz mieć pokusę odkładania na później różnych rzeczy, ale lepiej teraz się zmobilizować i przemyśleć. Czasu wolnego nie zostanie ci dużo, ale w kolejnych tygodniach będzie już znacznie spokojniej.

SKORPION

24 października

– 22 listopada

Codziennie obowiązki nie będą cię jakoś szczególnie pociągły, a wizja leżenia i odpoczywania jak najbardziej. Twoim zadaniem będzie wypracowanie odpowiedniego kompromisu, co jest jak najbardziej możliwe. Kiedy znużenie minie, poszukaj nowych inspiracji. Zapisz się na jakieś kursy, gdzie poznasz nowych ludzi lub zacznij uprawiać sport, by poprawić sobie humor i kondycję.

STRZELEC

23 listopada

– 21 grudnia

Twoje życie towarzyskie mocno przyspieszy. Szykują się ciekawe zaproszenia i spotkania: tak z najbliższymi przyjaciółmi, jak i z dawno niewidzianymi znajomymi. Nie dość, że ciekawie spędzisz czas na zabawie i wspomnieniach, to możesz liczyć też na ciekawe rozmowy. Mogą cię do czegoś zainspirować, albo dać przydatną wiedzę.

KOZIOROŻEC

22 grudnia

– 20 stycznia

Będziesz w bardzo dobrej formie; energia będzie cię rozpierać. Ci, którzy uprawiają jakieś sporty, będą bić swoje życiowe rekordy. Zostanie ci też trochę sił na obowiązki służbowe, a poradzisz sobie z też zadaniami wymagającymi skupienia. Zrobisz dobre wrażenie na nowo poznanych osobach, pracodawcach czy klientach.

WODNIK

21 stycznia

– 19 lutego

Uda ci się zakończyć rozpoczęte zadania, odpadną ci pewne zajęcia i obowiązki, ale finansowo wcale na tym nie stracisz. Zyskasz więcej czasu, który uda ci się atrakcyjnie zagospodarować. Skupisz się na jednej sprawie lub czynności. Na przykład zaczniesz biegać albo jeździć na rowerze. Będziesz mógł też trochę poleniuchować.

RYBY

20 lutego

– 20 marca

Planety sprzyjają kontaktom towarzyskim, ale także sprawom poważniejszym, jak życie zawodowe i finanse. Uzyskasz ważną poradę, dowiesz się czegoś potrzebnego oraz zbierzesz materiały do pracy lub nauki. Wieczorami dużo czasu będziesz spędzać w domu; z rodziną. W pracy czeka cię trochę więcej luzu. Nie trzeba będzie tak rano wstawać.



NEKROLOGI KONDOLENCJE PODZIĘKOWANIA

na dzień następny
można zamawiać do 15.00

Wszystkie informacje
pod nr. tel. 81 46-26-820

lub
e-mail:
reklama@dziennikwschodni.pl

n1_w_2x3

WWW.ALETAXI.PL

ALE TAXI **61 511 11 11**

ZNAJDZIESZ NAS NA FACEBOOKU

**KOMFORTOWO, BEZPIECZNIE,
NA CZAS!**

VISA MasterCard

p3489

ZARZĄD POWIATU W HRUBIESZOWIE podaje do publicznej wiadomości

informację o wywieszeniu na tablicy ogłoszeń w siedzibie Starostwa Powiatowego w Hrubieszowie przy ul. Narutowicza 34 oraz zamieszczeniu na stronie internetowej oraz w Biuletynie Informacji Publicznej Starostwa Powiatowego w Hrubieszowie wykazu nieruchomości stanowiącej własność Powiatu Hrubieszowskiego stanowiącego kompleks nieruchomości, po byłym Zespole Szkół w Turkowicach o łącznej powierzchni 27,2127 ha przeznaczonych do sprzedaży w drodze przetargu.

in354

STYKS
Sp. z o.o.

20-325 Lublin
ul. Cmentarna 6

Pełen zakres usług pogrzebowych

Dyżur całodobowy: **tel. 81 744-02-03**
tel. 195-88 bezpłatny

Punkty usługowe w Lublinie:

- ul. Cmentarna 6
- ul. Lipowa – tel. 81 532-56-62
- przy Cmentarzu na Unickiej – tel. 607-276-868

Na Cmentarzach przy ul. LIPOWEJ i ul. UNICKIEJ zapewniamy karawan-Melex do przewozu trumny i wieńców

in217 39

Biuro Ogłoszeń Dziennika Wschodniego

✉ reklama@dziennikwschodni.pl



81 46 26 820



fax 81 46 26 988

b10028

HANDEL

SKUPUJEMY motocykle, antyki, starocie, pamiątki z PRL 698693846

114919L01A

MOTORYZACJA

USŁUGI

AUTO-GAZ, Lublin, ul. Rowerowa 4a. Profesjonalny montaż instalacji, sekwencyjny wtrysk gazu od 1900 zł, serwis, legalizacja zbiorników (od 1992 r). Naprawa pomp vialle. Instalacje holenderskie. (81)534-51-37, 602-388-665, www.primagaz.pl

057219L01A

ZŁOMOWANIE i SKUP POJAZDÓW

- gwarantujemy konkurencyjne ceny
- płacimy gotówką
- pojazdy odbieramy własnym transportem
- wydajemy zaświadczenia o zezłomowaniu pojazdu
- prowadzimy sprzedaż części samochodowych

605 312 552

ZŁOM-WTÓR

KRAŚNIK, ul. Kolejowa 58
tel. 81 8252206
kom. 730 555 000
kom. 607 368 909
www.zlom-wtor.pl

p2710

MOTORYZACJA

Sprzedam/Kupię



www.dziennikwschodni.pl/oferta

bc1097

NAPRAWY

TELEWIZORY, magnetowidy, wieże, anteny stelitarne, instalacje antenowe, darmowa telewizja cyfrowa, kamery i aparaty cyfrowe. Dojazd gratis, gwarancja, solinie, tanio. Tel. 81/740-42-82, 601-237-374.

095019L01A

PRACA

PRACA dla Opiekunki Seniora z zaawansowanym niemieckim i prawem jazdy od 16.08. Sprawdzone miejsce, opieka nad kobietą chodzącą, kontaktową, lubiącą wycieczki, do dyspozycji opiekunki samochodów, bardzo dobre warunki, własny pokój. Wyjazd na 7 tyg., 9225 zł netto/ kontrakt. Tel: 789218013. Promedica24

154619L01-N

PRACA W NIEMCZECH DLA OPIEKUNÓW OSÓB STARSZYCH Przyjdź na spotkanie z rekruterem 12.08 w BIAŁEJ PODLASKIEJ (OHP, ul. Sikorskiego 5, godz. 11). Nie znasz języka niemieckiego? Zapisz się na kurs od podstaw, start 19.08 w Białej P., po kursie oferty pracy **GWARANTOWANE**. Zadzwoni: 502 913 074 | www.promedica24.pl

154619L01-C

LEKARZA stomatologa zatrudnię. Warunki do uzgodnienia. tel. 669-933-577.

150519L01-B

USŁUGI

PRANIE PIERZA, WYRÓB KOŁDER I PODUSZEK Z PUCHU, PIERZA, ANILANY. RENOWACJA I PRZERÓBKĄ PIERZYN. PIERZE OD KAŻDEGO KLIENTA CZYSZCIMY OSOBNO. LUBLIN, BURSĄKI 15 A W GODZ. 10-16, TEL. 81/7472512, 661279497.

044719L01-A

OGRODNIK - USŁUGI: cięcie i przycinanie drzew i żywopłotów, koszenie i pielęgnacja trawy, usuwanie drzew, usługi z piłą motorową, odnawianie ogrodów. Tel. 694706823

147219L01-A

BUDOWLANE

PODŁOGI, parkiety, układanie, cyklinowanie, tarasy drewniane, panele ceramiczne, okna: wycena, montaż. Remonty budowlane, wykończenia. Jakość, niska cena, doświadczenie, terminowość. Tel. 602-657-722

091319L01-A

DOCIEPLENIA budynków, elewacje - kompleksowo, tel. 506-123-602, 506-123-604.

149319L01-A

RÓŻNE

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.) Całe województwo od 8 do 21, 514-299-106.

131919L01-A

ZDROWIE

PROTEZY zębowe bez kolejek NFZ Bezpłatne konsultacje. Stomatologia kompleksowa Wybielanie zębów, Ortodoncja Implantologia, Kardent Lublin ul. Wschodnia 6, tel 81 743 66 36

142019L01-A

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

272619L01-A

EXPRESS-DENT stomatologia zachowawcza, protetyka, umowa z NFZ: ul. Hipotečna 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.

150519L01-A



- Poradnie specjalistyczne
- Laboratorium
- Badania i zabiegi diagnostyczne

tel. 81 532 37 11
www.luxmedlublin.pl

in210 90



MEDICAL
HAIR & ESTHETIC

RADIOLOGIA

- USG DOPPLER
- USG piersi
- USG jamy brzusznej
- USG tarczycy
- USG ślinianek
- USG węzłów chłonnych
- USG szyi
- USG tkanki podskórnej
- USG układu moczowego
- USG gruczołu krokowego
- USG ginekologiczne

**Centrum Medyczne
Medical Esthetic**

GSM 609 202 229, 81 740 90 30
ul. Braci Wieniawskich 12B
Lublin (Czechów)
www.medical1.pl

in218 50



MEDICAL
HAIR & ESTHETIC

ONKOLOGIA i RADIOLOGIA dr n. med. R. Wierzbicki dr n. med. K. Paprota

- konsultacje
- biopsje
- wycięcia znamion
- radioterapia
- USG DOPPLER

OKULISTYKA

dr n. med. J. Batalia
• badanie wzroku
• dobór soczewek

GINEKOLOGIA

GINEKOLOGIA ESTETYCZNA

- dr K. Szymenderski
- badanie ginekologiczne
- profilaktyka onkologiczna
- antykoncepcja
- menopauza
- nietrzymanie moczu
- zabiegi z ginekologii estetycznej

FLEBOLOGIA

- dr n. med. P. Niedziela
- operacje żyłaków SVS
- obliteracje
- viridex- naczynka
- konsultacje
- USG DOPPLER

PRZESZCZEP WŁOSÓW

- dr W. Chromiński
- FUE
- FUT
- przeszczep brwi
- blizny powypadkowe
- leczenie łysienia
- trychologia
- osocze bogatopłytkowe

MEDYCYNĄ ESTETYCZNA

- dr W. Chromiński
- dr n. med. K. Caban
- laser CO2
- plasma BT- nieoperacyjna korekta powiek
- korekta uszu
- usuwanie znamion
- wypełniacze
- modelowanie twarzy
- przeszczep tłuszczu

DERMATOLOGIA

- dr n. med. D. Czelej
- diagnostyka znamion skórnych
- leczenie trądziku
- leczenie chorób skóry

**Centrum Medyczne
Medical Esthetic**

GSM 609 202 229, 81 740 90 30
ul. Braci Wieniawskich 12B
Lublin (Czechów)
www.medical1.pl

in217 92

masz firmę?

Zamów
ogłoszenie drobne
W
Dzienniku Wschodnim!

Tylko 100 zł*
netto
za miesiąc

* o szczegóły pytaj
w Biurze Ogłoszeń
Dziennika Wschodniego



81 46 26 820



reklama@dziennikwschodni.pl

b10010

ROK ZAŁOŻENIA 1958
PUK
www.puk.lublin.pl

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

Całodobowo 81 744 50 31, 503 02 68 83

♦ Usługi międzynarodowe ♦ Prosektorium i sala pożegnań ♦ Oprawa muzyczna ceremonii ♦ Kwiaty ♦ Kremacje ♦ Trumny, Urny ♦ Ekshumacje, pogłębianie grobów ♦ Sprzedaż nowych 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

STACJA DEMONTAŻU POJAZDÓW
z okolic
Lublin • Chełm • Zamość
odbior auta od klienta
tel.
608 883 933

in213 90

masz firmę?

Zamów
ogłoszenie drobne
W
Dzienniku Wschodnim!

Tylko 100 zł*
netto
za miesiąc

* o szczegóły pytaj
w Biurze Ogłoszeń
Dziennika Wschodniego

81 46 26 820
reklama@dziennikwschodni.pl

Gryczaki 2019:

Rączka ugotuje, Cugowski zaśpiewa

To, co pływa, nie utonie - powtarza Remigiusz Rączka, który będzie gotował w niedzielę na festiwalu Gryczaki 2019 w Janowie Lubelskim. Jego telewizyjny program „Rączka gotuje” jest właśnie na topie. Co ugotuje na gryczkach? Mamy informacje z pierwszej ręki

Waldemar Sulisz

Gryczaki 2019 to największe święto kaszy w Polsce. To także kulinarny festiwal o zasięgu ogólnopolskim. Gotowali tu i śpiewali najlepsi. Gwiazdą muzyczną tegorocznej edycji jest Krzysztof Cugowski, który w sobotę, 10 sierpnia, zaśpiewa przeboje wszechczasów i nowe piosenki.

Czy Cugowski lubi kaszę?
- Jak nie lubi to polubi, kasza gryczana dobrze robi na głos - śmieje się Łukasz Drewniak, dyrektor festiwalu.

Wodzionka

Gwiazdą kulinarną jest Remigiusz Rączka, który gotuje w niedzielę. W jego śląskiej restauracji ważne są właśnie zupy. Na przykład wodzionka, tradycyjna potrawa śląska, bo Rączka jest Ślązakiem z krwi i kości.

- Jo myślę, że dobrze jest rozumieć śłońsko, a w ogóle cudzo godka. Bo to zawsze jest przydatne i zbliża ludzi ku sobie na pewno. Każdy chce, żeby jego godkę inni uszanowali, bo jest rychtyk piykno. I żeby innym było znaczne jego dziedzictwo kulturowe - powtarza w wywiadach.

Co to jest ta wodzionka?

To bardzo pożywna i bardzo smaczna zupa z czerstwego chleba, tłuszczu i wody. Czyli zupa z chleba. W XIX wieku była symbolem śląskiej biedoty, była śniadaniem, obiadem i kolacją. W naszym regionie do zupy chlebowej dodawano kaszy gryczanej. Podobnie jak do polewki piwnej. Chlebową zupę kraszono także słoniną. - Wodzionki ani żuru śląskiego nie ugotuję na scenie, ale karminadle tak - mówi sympatyczny kucharz. Obiecał

poszukać wspólnych cech kuchni lubelskiej i śląskiej. Przykład? Proszę bardzo.

Prażuchy pałą bite

Czy kuchnia lubelska i śląska ma wspólny mianownik? Tak. To prażuchy pałą bite. Pałą, czyli tłuczkiem. Prażucha to coś jak nasza lemieszka. Potrawa wielce starodawna. Robi się ją z mąki pszennej, robiło z hreczanej (czyli gryczanej). Na Śląsku praży się ją sucho na patelni lub w garnku następnie sypie na okraszony wrzątek, miesza i podaje na gęsto lub na sypko, suto kraszac omastą.

W naszym regionie w garnku gotuje się ziemniaki, wybija tłuczkiem, sypie mąką gryczaną i praży. Jakle mieszka dojdzie, je się z jednej misy, kraszac słoniną i popija kwaśnym mlekiem. Co ciekawe, z lemieszki robi się przedobre kotlety.

Kotlety z lemieszki

SKŁADNIKI: kilogram ziemniaków, 1,5 szklanki mąki gryczanej, 20 dag słoniny lub boczku, 2 średnie cebule, sól i pieprz.

WYKONANIE: ziemniaki ugotować do miękkości

w osolonej wodzie. Pod koniec wsypać mąkę i gotować pod przykryciem 3 minuty. Następnie ugniatać, ciągle mieszając, żeby się nie przypaliło. Gdy masa będzie gotowa, nabierać łyżką stółową, formując kulki. Spłaszczyć, podsmażyć na złoto i podać z surówkami.

Langoszki według Rączki

SKŁADNIKI: 5 ziemniaków, 1 kg mąki, pół szklanki mleka, 50 gr drożdży, po pół łyżeczki soli i cukru, 1 łyżka oliwy, olej do smażenia.

WYKONANIE: drożdże rozpuścić w ciepłym mleku, dodać cukier, sól i łyżkę mąki. Odstawić w ciepłe miejsce. Ziemniaki ugotować, wytluc, podsypać mąką. W środku zrobić zagłębienie, wlać drożdże z mlekiem. Dodać ziemniaki i olej, wyrobić ciasto. Posolić, wyrobić, odstawić w ciepłe miejsce, żeby ciasto wyrosło. Z wyrośniętego ciasta rwać po kawałku, formować placki, smażyć na złoto.

Smażyć je z jednej i z drugiej strony na gorącym oleju, aż nabiorą złotego koloru. Podawać polane sosem czosn-

kowym lub posypane tartym żółtym serem. Można dać plaster pomidora, na to sos i ser.

Kluski śląskie muszą być

SKŁADNIKI: kilogram ziemniaków, 25 dag mąki ziemniaczanej, 1 jajko, 50 ml oleju rzepakowego.

WYKONANIE: ziemniaki ugotować w osolonej wodzie, odcedzić, ubić tłuczkiem. Dodać surowe jajko, szybko wymieszać, podzielić ciasto na 4 części. Zabrać jedną część, w to wsypać mąkę ziemniaczaną.

Wyrobić, dodać resztę ciasta, wyrobić raz jeszcze. Uformować kluski, wrzucić na osolony wrzątek z olejem, żeby śląskie się nie sklejały. Gotować, aż wypłyną i zbieleją. Odcedzić, na sitku przelać zimną wodą. Podawać z pieczenią w sosie, gulaszem lub sosem pieczarkowym.

Kluski śląskie często spotkacie w lubelskich restauracjach. Dlaczego? - Bo kluski śląskie do mięsa i sosu muszą być - mówi krótko Rączka. Porada? Aby kluski były piękne i gładkie, przed gotowaniem wlejcie do garnka rozmąconą

mąkę ziemniaczaną. Wtedy kluski nie będą „fusiate”.

A karminadle? Najlepiej pojechać do Janowa Lubelskiego na Gryczaki 2019. Pokaz Remigiusza Rączki rozpocznie się w niedzielę, 11 sierpnia, o godzinie 17.

GRYCHAKI 2019 PROGRAM

10-11 sierpnia w Parku Misztalec w Janowie Lubelskim odbędzie się Festiwal Kaszy Gryczaki 2019. To kulinarne święto, znane w całej Polsce, którego głównym bohaterem jest kasza w różnym wydaniu. Oto najważniejsze punkty programu. 10 sierpnia o 15 rozpocznie się prezentacja zagród miejskich. W programie konkursy z nagrodami, pokazy kulinarne, zawody kaszowych mocarzy oraz koncerty zespołów Capitol, Defis i wykonawców lokalnych.

O 21 na scenie gwiazda wieczoru: Krzysztof Cugowski z Zespołem Mistrzów. 11 sierpnia o 14 Olek Orkiestra z Królem Gryczakiem i Królową Żurawiną spacerują po zagrodach smaku. W tym samym czasie kapituła oceni regionalne potrawy i nalewki. O 15 odbędą się I Zawody

Drwali, o 17 rozpocznie się pokaz kulinarny Remigiusza Rączki, po nim ogłoszenie wyników konkursu i wręczenie zaszczytnego tytułu Gryczak 2019. Wieczorem wystąpi zespół Kalina oraz Power Play. Festiwalowi towarzyszyć będzie wesołe miasteczko, pokaz ginących zawodów i kiermasz produktów regionalnych.

TALERZ KIELBASEK WĘDZONYCH Z KASZY GRYZANEJ

Autorami tego dania są Dorota Kurzyńska i Emil Maćkowski. To jedna z najwybitniejszych potraw naszego regionu. Kielbaski prosto z wędzarki są wspaniałe. Doskonale smakują z kiszonymi rydzami.

SKŁADNIKI: 4 szklanki kaszy gryczanej 3 szklanki wody, 3 skórki boczku (wędzone) 15 dag słoniny, 2 łyżeczki masła, 2 cebule, 15 dag boczku pieczonego, jelito wieprzowe lub wołowe, sól.

WYKONANIE: kaszę obsmażyć na maśle na rozgrzanej patelni (tak jak ryż). Do wrzącej wody dodać sól i wędzone skórki, po czym wsypać kaszę i lekko mieszając gotować do zagęszczenia. Następnie przesypać kaszę do prodiża i uparzyć. Gotową doprawić cebulą przysmażoną na słoninie i boczku i zmielonymi skórkami. Wymieszać, a następnie napęlić nią jelito. Przygotowaną kielbaskę wędzić przez godzinę na olszynowym drewnie.

Do farszu można dodawać składniki wedle własnego uznania. My proponujemy kielbaski z kaszy ze smakiem tradycyjnym, o smaku dzicyzny (sarniny) i z nutką Bliskiego Wschodu czyli z chili, kaszą jęczmienną i kuskusem.

