



Udało mi się odnaleźć sens życia

Wywiad z Iloną Zgiet, aktorką Teatru Andersena, która obchodzi jubileusz
35 lecia pracy na scenie

Strona 6

PIĄTEK

6

LISTOPADA 2020
redaktor wydania
RADOMIR WIŚNIEWSKI

FOT. NATALIA WIERZBIKA



WIEJSKA POLECA

Zaplecze

„Głównym wsparciem i zapleczem Marty Lempart, która stoi na czele Strajku Kobiet, są ludzie odpowiedzialni za najstraszliwsze wydarzenia niszczące naród polski” - mówił **ANTONI MACIEREWICZ** w Polskim Radiu. Kogo miał na myśli?

Chodziło o list, pod którym podpisało się ok. 200 generałów i admirałów w stanie spoczynku, zarówno z sił zbrojnych, jak i innych służb: policji, Straży Pożarnej, Straży Granicznej, Biura Ochrony Rządu, służb specjalnych i Straży Więziennej – pisze gazeta.pl. Wojskowi

stwierdzili, że dalsze protesty mogą prowadzić do eskalacji i zaapelowali do rządzących, „by uwzględnili wolę większości społeczeństwa” ws. aborcji.

„Pod listem podpisali się ludzie służący Sowietom w stanie wojennym” - stwierdził Macierewicz.

Niemcy za to płacą

Macierewicz widzi ludzi stojących za „Sowietami”, a inni Niemców. Symbolem Strajku Kobiet jest błyskawica. Niektórzy wciąż próbują przekonywać, że to nawią-

zanie do symboliki Trzeciej Rzeszy.

„Umieszczanie symbolu SS na działaniach tzw „strajku kobiet” w istocie jest częścią opłacanej przez Niemcy strategii aby

coraz bardziej ten symbol kojarzył się z „prawami kobiet” a nie ze zbrodniami. Ot tak sobie połączyłem” - napisał na Twitterze dziennikarz Witold Gadowski.

To wszystko przez seriale. I gry



A bp Stanisław Gądecki, przewodniczący Konferencji Episkopatu Polski i metropolita poznański, w wywiadzie dla katolickiej Agencji Informacyjnej odniósł się do protestów i tego, jak bardzo zaangażowała się w nie młodzież.

I znalazł winnych. „Dzisiaj, w dobie drugiej rewolucji komunikacyjnej, niemalże każdy serial

dla młodzieży na Netflixie zawiera promocję homoseksualizmu, hedonizmu i rozwiązłości. Przeciwnicy wykorzystują obficie kanały dystrybucji treści i formowania sumień, które są mało używane w Kościele”

To nie wszystko. „Kod kulturowy narzucający jest także m.in. w grach komputerowych czy pro-

dukcjach filmowych. Są to obszary zagospodarowane całkowicie przez marksistów kulturowych, którzy konsekwentnie realizują program formowania posłusznego nowym ideom człowieka”.

Czyli młodzi ludzie albo będą protestować, albo wrócą do domów. A co tam będą robić? Grać w gry i oglądać seriale...

Kupmy jakieś samochody

Epidemia, protesty, gospodarka, służba zdrowia... Co można robić w takich czasach? Na przykład kupować samochody.

Rząd zakupi 308 samochodów – donosi dziennik „Fakt”. Osobowe, furgonetki, busy... różne.

„Centrum Obsługi Administracji Rządowej dokładnie rozpisalo, jakie auta mają dostać urzędnicy (...) W niektórych autach mają być ksenonowe reflektory, przyciemniane szyby, podgrzewane fotele, podłokietniki, alufelgi. Samochody mają trafić m.in. do Ministerstwa Finansów, resortu

przedsiębiorczości, MON, MSZ i resortu zdrowia” - pisze „Fakt”.

„To zakupy dla 70 różnych jednostek, włącznie z Generalną Dyрекcją Dróg Krajo- wych i Autostrad, w większości to samochody dostaw-

cze, mające cele użytkowe” - przekonywał na antenie Polsat News Piotr Müller, rzecznik rządu.

Nigdy nie ma dobrego czasu na kupowanie rządowych samochodów. Ale teraz jest wyjątkowo zły.



Szczytu epidemii Covid-19 w Polsce należy się spodziewać na przełomie listopada i grudnia. Oficjalna liczba nowych zakażeń w ciągu doby może wówczas przekroczyć 150 tysięcy.

Katarzyna Prus

Wczoraj w Polsce padł kolejny rekord pod względem nowych zakażeń SARS-CoV-2 w ciągu doby – **27 143**. W szpitalach w całym kraju z powodu Covid-19 jest już ponad 19 tysięcy osób. Resort zdrowia poinformował jednocześnie o śmierci 367 kolejnych pacjentów.

Pod względem liczby zgonów w naszym województwie rekordowa była środa, kiedy zmarły aż 32 osoby zakażone koronawirusem (jednocześnie potwierdzono 1543 nowe zakażenia). Wczoraj w naszym regionie zanotowano 24 kolejne śmiertelne przypadki. Jak jednak prognozują specjaliści, szczyt epidemii jest wciąż przed nami.

26 listopada

– Według prognoz opartych na matematycznych modelach rozwoju epidemii, które stworzył ośrodek przy Uniwersytecie Warszawskim, szczyt zachorowań miałby przypadać na 26 listopada. Według optymistycznego scenariusza, w całym kraju miałoby być wówczas około 26 tysięcy zachorowań w ciągu doby, a według pesymistycznego: ponad 31 tysięcy – mówi prof. Agnieszka Szuster-Ciesielska z Katedry Wirusologii i Immunologii UMCS w Lublinie. – Po tym dniu, teoretycznie powinien zacząć się spadek liczby nowych dziennych zakażeń, a tym samym liczby zgonów.

Prof. Szuster-Ciesielska zaznacza jednak, że biorąc pod uwagę aktualne tempo wzrostu zachorowań, nie należy spodziewać się, że ten spadek będzie gwałtowny i nagle osiągniemy dobową liczbę nowych zakażeń na poziomie kilku tysięcy. – Bardzo podobne prognozy matematyczne dla Polski opracował ośrodek przy Uniwersytecie Waszyngtońskim w Seattle. Według nich szczyt zachorowań przypada na przełom listopada i grudnia z dobową liczbą nowych zakażeń na poziomie 30 tysięcy i liczbą zgonów na poziomie 500.

Trzy scenariusze

– Pod uwagę brane są teraz trzy scenariusze. Najbardziej pesymistyczny zakłada, że zapadalność na Covid-19 będzie w bardzo szybkim tempie rosła, a nawet może się podwajać. To właśnie w związku z tymi prognozami w całej Polsce powstają szpitale tymczasowe, które mają znacznie zwiększyć bazę łóżkową w przypadku, gdyby chorych zaczęło przybywać jeszcze szybciej niż teraz – tłumaczy dr hab. Włodzimierz Piątkowski, socjolog medycyny. – Bardziej optymistyczny scenariusz przewiduje, że zapadalność będzie się utrzymywać przez dłuższy czas na stałym, wysokim poziomie,

a ten najbardziej optymistyczny, ale w mojej ocenie jednocześnie najmniej prawdopodobny, zakłada unormowanie się sytuacji mniej więcej w drugiej połowie grudnia, co pozwoli na wyjście z części obostrzeń.

Pięć razy więcej zakażonych

– Prognozy oparte na modelach matematycznych wyznaczają pewien trend, ale pamiętajmy, że modele matematyczne obciążone są pewnym błędem i nie dają stuprocentowej pewności przebiegu epidemii. Są elementy, których nie da się przewidzieć np. przemieszczanie się ludzi, częstotliwość kontaktów czy przestrzeganie obostrzeń – zwraca uwagę Agnieszka Szuster-Ciesielska.

Jeśli kolejne restrykcje nadal nie przyniosą oczekiwanych rezultatów, to mimo prognozowanego szczytu zachorowań, ich liczba będzie nadal rosła.

– Musimy też pamiętać, co wielokrotnie podkreślają zakaźnicy, między innymi prof. Krzysztof Simon z Wrocławia, że rozwój epidemii jest już poza kontrolą, a faktyczna liczba zachorowań jest znacznie wyższa – przypomina prof. Szuster-Ciesielska. Tłumaczy: – Jest to związane ze zbyt małą liczbą wykonywanych testów. Liczba zakażonych osób może być nawet pięciokrotnie wyższa, co oznacza, że jeśli wykazanych przypadków w ciągu doby byłoby około 30 tysięcy, to w rzeczywistości przekroczylibyśmy już 150 tysięcy.

Brak efektów

W środę zostały wprowadzone kolejne obostrzenia, które mają obowiązywać przynajmniej do końca listopada. Chodzi między innymi o hotele, które mają być otwarte tylko dla gości w podróży służbowej, a także galerie handlowe, w których czynne będą tylko sklepy spożywcze, apteki i punkty usługowe. Zdalna nauka została rozszerzona na klasy 1-3 (do tej pory dotyczyła tylko starszych uczniów – więcej na stronach 6-7).

Dlaczego nadal nie ma jednak efektów wcześniejszych restrykcji?

– Paradoksalnie im dłużej trwa epidemia, tym więcej jest pytań i niewiadomych. Nie widać ścisłego związku przyczynowo-skutkowego, który pozwoliłby na jakieś pewniejsze prognozy. Z logicznego punktu widzenia, restrykcje, wprowadzane stopniowo od kilku tygodni, już powinny przynieść zauważalne efekty między



FOT. JACEK SZYDKOWSKI

innymi w postaci spadku liczby zakażeń – zaznacza Włodzimierz Piątkowski. – Oczekiwanych zmian nadal jednak nie ma, co budzi zrozumiałą frustrację społeczną. Ci, którzy stosują się do obostrzeń, chcieliby w końcu zauważyć jakieś skutki, co potwierdziłoby też sens takich działań. Tymczasem nadal czekamy na pożądane wypłaszczenie krzywej zachorowań.

Nie w sierpniu, a w październiku

Zdaniem Piątkowskiego, brak zauważalnych efektów może wiązać się też z istnieniem dodatkowych mechanizmów, które nadal nie są znane.

– Przez to możemy się w pewnym sensie poruszać jak we mgle. SARS-CoV-2 cały czas zaskakuje.

Nie mieliśmy na przykład natychmiastowego efektu letniego poluzowania obostrzeń, kiedy na ponad ponad dwa miesiące ludzie praktycznie zapomnieli o maseczkach i nie przestrzegali dystansu społecznego

– zauważa Piątkowski. – Efekty takiej sytuacji powinny być teoretycznie widoczne już pod koniec sierpnia lub na początku września. Tymczasem drastyczne wzrosty zakażeń zaczęły się dopiero w październiku. Jesienna fala jest też znacznie silniejsza niż pierwotnie przypuszczano.

ierro przed nami

łomie listopada i grudnia – prognozują specjaliści. Jak wskazują modele matematyczne, przekroczyć 30 tysięcy. W rzeczywistości może być ich jednak nawet pięć razy więcej



WIEJSKA POLECA

12 milionów

Portal Interia wczoraj opisał, że była wicepremier i minister rozwoju **JADWIGA EMILEWICZ** w ciągu niecałego roku urzędowania przyznała pracownikom resortu ponad 12 milionów złotych nagród, z czego zdecydowaną większość w dobie pandemii koronawirusa.

„W lipcu wypłaciła urzędnikom ok. 6,4 mln zł. Trzy miesiące później, dzień przed swoim odejściem z resortu, przyznała im kolejne 5,58 mln zł. Najwyższe dodatki sięgały 30 tys. zł.”

O nagrodach w połowie października informowało radio RMF FM. Według stacji chodziło o ok. 6 mln zł. Dziennikarze Interii chcieli się dowiedzieć o wszystkich nagrodach, które w czasie swojego urzędowania (15 listopada 2019-6 października 2020) przyznała Jadwi-



ga Emilewicz. I doliczyli się ponad 12 mln zł.

„Środki zostały wypłacone w związku z zaangażowaniem w realizację zadań, jak również w związku ze zwiększoną liczbą zadań i intensyfikacją prac w okresie epidemii SARS-Cov-2” - odpowiedziała Alicja Steć z resortu rozwoju.

A teraz najlepsze: „Jak dowiedzieliśmy się nieoficjalnie, w tym roku więcej nagród nie będzie, bo... skończyły się na nie pieniądze” - czytamy w artykule.

Trzeba zatrzymać, bo przegramy

„Głosy Bidena znajdują się wszędzie - w Pensylwanii, Wisconsin i Michigan. Bardzo źle dla naszego kraju!”. „Wczoraj wieczorem prowadziłem, (...) potem przewaga zaczęła magicznie zniknąć” - takie wpisy zamieszczał wczoraj Donald Trump na Twitterze (administracja Twittera oznaczyła je zresztą jako „mogące wprowadzać błąd”).

Wcześniej Trump ogłosił swoje zwycięstwo w wyborach, a też zagroził, że wystąpi do Sądu Najwyższego, by „zatrzymać liczenie”.

I teraz wszyscy muszą wyjaśniać, że nic nie znika ani się nie znajduje, tylko liczenie głosów będzie trwać długo, bo miliony Amerykanów głosowało korespondencyjnie.

REKLAMA



KAMERALNY
SŁAWIN

IV ETAP

JUŻ W SPRZEDAŻY

BIURO SPRZEDAŻY:
Lublin, ul. Spokojna 2



STACJE
ŁADOWANIA



TECHNOLOGIA
SMART HOME



WYSOKI
STANDARD
WYKOŃCZENIA



NISKA,
KAMERALNA
ZABUDOWA



ZAMYKANE
SCHOWKI
NA BALKONACH



OGRÓDKI
NA PARTERZE

LOKALIZACJA:

**ul. Sławinkowska/
Bukspanowa**



IMMOBILIA
P O L S K A

LIDER NOWOCZESNYCH
ROZWIĄZAŃ W BRANŻY
DEWELOPERSKIEJ

500 267 778 | kameralnyslawin.pl

Przychodzi Lub

ZDROWIE Przeciętny mieszkaniec Lublina żyje dłużej niż statystyczny Polak. Kobiety dożywają średnio 82 lat, zaś mężczyźni 74, choroby psychiczne. Co jeszcze mó

Dominik Smaga

To nie jest optymistyczna lektura. Nie chodzi nawet o epidemię Covid-19, która jest zjawiskiem na tyle nowym, że w raporcie poświęcono jej zaledwie kilkanaście zdań. Nowy wirus wcale nie sprawia, że przestajemy zapadać na inne choroby. Po prostu mniej zwracamy na nie uwagę, a to może być groźne.

Co nas zabija

W Lublinie najczęściej zabijają nas choroby układu krążenia, odpowiedzialne za około 45 proc. zgonów. – Choroba nadciśnieniowa, która jest często podłożem do rozwoju innych chorób układu krążenia stanowi jedną z najliczniejszych, które dotyczą mieszkańców Lublina – piszą autorzy przygotowanego w Urzędzie Miasta opracowania dotyczącego zdrowia mieszkańców.

Na drugim miejscu są choroby nowotworowe, które są przyczyną mniej więcej co czwartej śmierci. W ciągu roku rak zabija w naszym mieście ponad 5 tys. osób. – Liczba zgonów na choroby nowotworowe systematycznie rośnie – czytamy w raporcie opracowanym przez Urząd Miasta Lublin.

Słabsza płeć

Wśród osób umierających na raka niemal 57 proc. stanowią mężczyźni. Zresztą nie tylko rak sprawia, że panowie wykuszają się z tego świata zdecydowanie szybciej od pań.

– Kobiety żyją średnio o 8 lat dłużej niż mężczyźni – potwierdza miejski raport. Przyczyn jest wiele, wśród nich tak statystyczne, jak ta, że dziewczynki rzadziej umierają w wieku niemowlęcym. Dlaczego jednak dorośli mężczyźni „zużywają się” szybciej od kobiet? – Z opracowań naukowych wynika, iż są zdecydowanie bardziej narażeni na wypadki, częściej również niż kobiety sięgają po używki takie jak nikotyna i alkohol.

Dłuższe życie wcale nie jest takim błogosławieństwem, na jakie może wyglądać, bo dochodzimy w pewnym momencie do czegoś, co nazywa się koniecznością „zapewnienia opieki nad kobietami samotnymi w wieku podeszłym”. A wszelkie prognozy wskazują na to, że samotna starość będzie w Lublinie zjawiskiem coraz częstszym.

Miasto o lasce

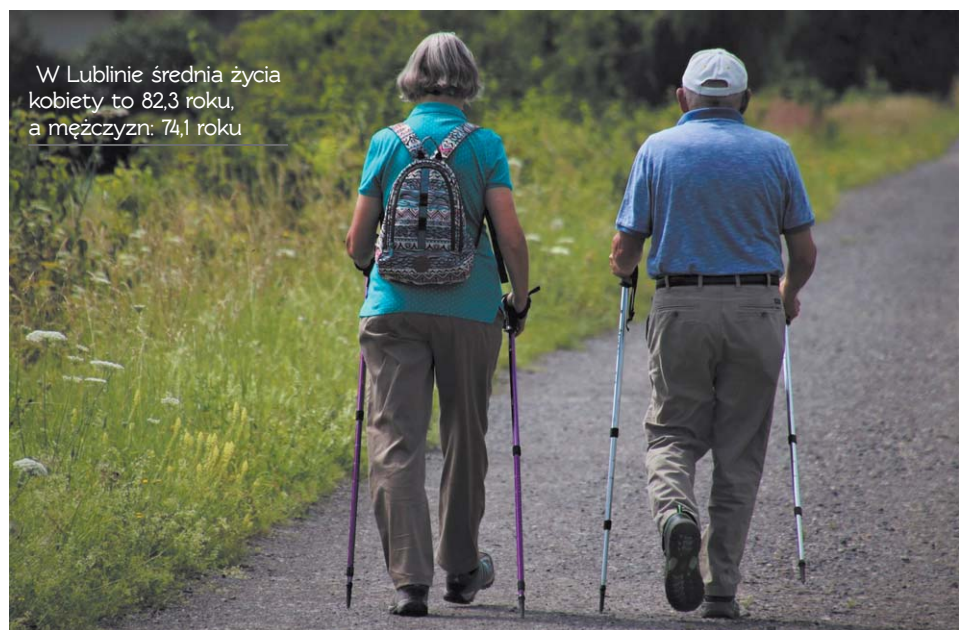
Przyrost naturalny nad Bystrzycą jest raczej mizerny, wynosi zaledwie jedną dziesiątą promila, a średnia

dziennosc kobiet to mniej niż 1,5 dziecka. Na dodatek część mieszkańców po prostu wyprowadza się z Lublina. – Głównie ludzie młodzi – stwierdza miejski raport i wprost przyznaje, że decydujące są „czynniki ekonomiczne”.

Efekt jest taki, że coraz większy odsetek mieszkańców to ludzie w „wieku produkcyjnym”. Będziemy starzejącym się miastem ze wszelkimi tego konsekwencjami w postaci wzrostu kosztów leczenia i opieki nad ludźmi starszymi. – Stąd tak ważna rola profilaktyki i promocji zdrowia, jako sposobu na opóźnienie wystąpienia chorób, których jednym z czynników ryzyka jest zaawansowany wiek – czytamy w opracowaniu. Przy okazji nie możemy zapomnieć o młodzieży, która też ma wiele problemów zdrowotnych, nieraz bardzo poważnych.

Co nas nęka

– Wśród chorób, które dominują u dorosłych mieszkańców Lublina w pierwszej kolejności należy wymienić choroby układu krążenia, cukrzycę, choroby układu mięśniowo-kostnego i tkanki łącznej – stwierdza miejski raport.



W Lublinie średnia życia kobiety to 82,3 roku, a mężczyzn: 74,1 roku

W ciągu roku niemal 10 tys. osób dowiaduje się od lekarza, że ma nadciśnienie. Około 4 tys. zderza się z informacją o chorej tarczycy, ponad 3000 odkrywa cukrzycę, a około 2800 słyszy słowo „nowotwór”.

Tak celuje rak

Jeżeli chodzi o nowotwory, to u pań najczęstszy jest rak piersi (ponad 900 przypadków), jelita grubego (blisko 500), trzonu macicy (ponad 300), tchawicy, oskrzeli i płuc (ponad 300), jajnika (mniej

niż 200), szyjki macicy (niecałe 200) oraz chłoniaki (ponad 100). Spadek liczby zachorowań zauważalny jest w przypadku raka piersi, szyjki macicy, chłoniaków, raka nerki i białaczki. Przybywa raka tchawicy, oskrzeli, płuc i trzustki.

Wśród nowotworów u mężczyzn najczęściej występuje rak prostaty (ok. 1100 przypadków), nowotwory tchawicy, oskrzeli i płuc (ponad 700), rak jelita grubego (ponad 600), pęcherza moczowego (blisko 300)

i nerki (niecałe 200). W lek-kim odwrocie są nowotwory pęcherza moczowego, żółtaczka, chłoniaki i nowotwory mózgu. Przybywa przypadków raka prostaty, trzustki. W natarciu jest też białaczka.

Wirusowa królowa

Wśród chorób zakaźnych królowa może być tylko jedna. W zeszłym roku zachorowanie na gripę stwierdzono u 39 926 mieszkańców Lublina. Liczba chorych stale rośnie i to szybko. Pięć lat temu gripę stwierdzono

dziennik

W S C H O D N I .pl

W PAŹDZIERNIKU 2020

2 857 052

użytkowników

18 746 684

odsłon

Każdego dnia **nasz portal odwiedza 200-300 tysięcy** czytelników

Dla nas liczy się każdy z Was!

lin do lekarza...

Bez względu na płeć, życia pozbawiają nas zwykle choroby krążenia, dwa razy częściej niż rak, a niedocenianym problemem są wi raport o zdrowiu mieszkańców?

w Lublinie „zaledwie” 29 tys. razy.

–Wzrost liczby zachorowań i coraz cięższy przebieg grypy skutkuje również wzrostem liczby osób hospitalizowanych – ostrzegają autorzy miejskiego raportu. Na szczęście tylko nieliczni lądują z grypą w szpitalu. Takiego pecha ma około pół procent chorych. W skali całego województwa w całym zeszłym roku przytrafiło się to, według oficjalnych statystyk, 864 osobom.

Nie tylko ciało

Z powodu chorób psychicznych leczy się ponad 25 tys. dorosłych mieszkańców Lublina. Na swoją pierwszą wizytę w poradni zdrowia psychicznego, a jest to przecież taka sama poradnia, jak każda inna, decyduje się około 6 tys. osób rocznie. U co trzeciej z nich (około 2 tys. przypadków) diagnozowane są zaburzenia nerwicowe związane ze stresem, które dają fizyczne objawy ze strony ciała. Częste są także nawracające depresje, zaburzenia dwubiegunowe i epizody afektywne.

Schizofrenię stwierdza się w ciągu roku u około 270 spośród dorosłych osób, które po raz pierwszy stają przed leka-

rzem od zdrowia psychicznego. U ponad 40 rocznie dorosłych mieszkańców Lublina wykrywane są zaburzenia odżywiania na podłożu psychicznym.

Kłopoty młodych

Spośród młodych ludzi (do lat 18) objętych w Lublinie opieką lekarza rodzinnego u blisko 700 rocznie wykrywana jest astma na podłożu alergicznym, u około 400 niedokrwiistość, również ok. 400 ma alergie skórne, tyle samo problemy z oczami, na podobnym poziomie jest liczba wykrywanych w ciągu roku skrzywień kręgosłupa. U około 200 młodych ludzi w ciągu roku stwierdza się otyłość, u ponad 200 alergie pokarmowe, u ponad 100 padaczkę. U ponad połowy trzylatków stwierdza się próchnicę zębów, a ponad 60 proc. matek nie chadza z dzieckiem do stomatologa.

– Dużym problemem zdrowotnym wśród dzieci i młodzieży są choroby psychiczne. Najczęściej mowa jest o zaburzeniach zachowania (ponad 500 przypadków rocznie), drugie miejsce zajmują zaburzenia nerwicowe związane ze stresem (ponad 300 diagnoz rocznie), trzecim co do częstości występowania

problemem są całościowe zaburzenia rozwojowe (143 przypadki).

Kto nam pomoże?

Choć społeczeństwo Lublina zauważalnie się starzeje, to – według autorów raportu – wzmocnienia wymaga finansowana przez NFZ specjalistyczna opieka medyczna nad ludźmi w podeszłym wieku.

– Niepokojącym zjawiskiem jest brak podpisanych umów na świadczenie opieki geriatrycznej stacjonarnej i tylko dwie umowy finansowane przez NFZ na świadczenia opieki geriatrycznej ambulatoryjnej. Taka sytuacja na terenie Lublina trwa od wielu lat – czytamy w opracowaniu. – Jest to zjawisko szczególnie niepokojące w świetle starzejącego się społeczeństwa.

Na terenie miasta działa aż dziesięć szpitali publicznych i jeden prywatny. – Zapewniają kompleksową diagnostykę, terapię i rehabilitację pacjentów. Oprócz szpitali wieloprofilowych na terenie miasta są monoprofilowe: pediatryczny, onkologiczny, neuropediatryczny – podkreśla miejski raport. – W Lublinie brakuje natomiast możliwości leczenia stacjonarnego pacjentów geriatrycznych.

Sytuacji ludzi starszych nie poprawia też systematycznie spadająca liczba pielęgniarek (mamy ich ponad 4 tys.). W Lublinie mamy ponad 2,5 tys. lekarzy oraz niemal 400 lekarzy stomatologów, ponad 650 położnych, niemal 300 ratowników medycznych, prawie 170 psychologów, ponad 30 logopedów, ponad 30 dietetyków, niemal 300 techników elektroradiologii.

Tu żyjemy dłużej

Żeby nie było tak ponuro, zerknijmy jeszcze na inne dane. Wynika z nich, że przeciętny mieszkaniec Lublina żyje nieco dłużej od statystycznego Polaka. W Lublinie średnia życia kobiety to 82,3 roku, podczas gdy średnia dla całego kraju to 81,7 roku. Mężczyzna z Lublina może pożyć średnio 74,1 roku, podczas gdy przeciętny Polak żyje 73,9 roku.

Co z tym zrobić?

Właśnie na podstawie tych danych Urząd Miasta szykuje plan działań na rzecz zdrowia mieszkańców. – Szczególny nacisk kładziemy na profilaktykę – podkreśla Monika Lipińska, zastępca prezydenta miasta ds. społecznych. – Chcemy rozwijać zakres dostępnych dla mieszkańców

usług i programów profilaktycznych dostosowanych do ich potrzeb.

W planie miasta są nie tylko szczepienia opłacane mieszkańcom z samorządowej kasy oraz akcje profilaktyczne i badania przesiewowe, a nawet montaż siłowni na świeżym powietrzu i inne zachęty do aktywności fizycznej.

Ratusz planuje również uruchomić stronę internetową, na której miałyby się znaleźć informacje o możliwościach skorzystania z usług medycznych, w tym dostępności lekarzy z poszczególnych dziedzin medycyny.

– Mieszkańcy mieliby wygodny dostęp do udostępnionych online w jednym miejscu niezbędnych, aktualizowanych na bieżąco i przedstawionych w sposób przystępny informacji na temat dostępnych świadczeń i usług zdrowotnych – zapowiada Izolda Boguta z biura prasowego Ratusza.

Jeszcze do 18 listopada każdy zainteresowany może zgłaszać władzom Lublina swoje sugestie dotyczące tego, co powinien zrobić samorząd, by pomóc mieszkańcom w zachowaniu zdrowia. Opinie można zgłaszać na adres konsultacje@lublin.eu. Na poniedziałek wyznaczony został dwugodzinny dyżur telefoniczny (tel. 81 466 34 04 oraz 81 466 34 22, gjackowska@lublin.eu oraz dgan-cewska@lublin.eu, w godz. 15.30-17.30).

Po zakończeniu konsultacji z mieszkańcami plan działania w sferze zdrowia ma być przekazany do uchwalenia Radzie Miasta.

W ciągu roku niemal 10 tys. osób dowiaduje się od lekarza, że ma nadciśnienie

FOT. PIXABAY.COM



Jak bezpiecznie dbać o zdrowie w trakcie pandemii?

Regularna weryfikacja stanu zdrowia to szansa na długie i spokojnie życie, dlatego nie warto zwlekać z wykonaniem badań profilaktycznych. Jednak w dobie pandemii koronawirusa udanie się do przychodni czy punktu pobrania budzi coraz większy niepokój. W takiej sytuacji warto rozważyć bezpieczną realizację badań w domu.

Strach przed zakażeniem wirusem SARS-CoV-2 skutecznie zniechęca nas do realizacji wizyt u lekarzy. Przestaliśmy odwiedzać przychodnie, odwołujemy też umówione badania u specjalistów. Wykrywalność chorób spada, ale to wcale nie oznacza, że jesteśmy zdrowsi.

Fundacja Onkologia 2020 porównała liczbę udzielonych świadczeń onkologicznych w roku 2019 i 2020. Z przygotowanego przez nią raportu „Onkologia w dobie COVID-19” wynika, że tylko w kwietniu i maju w niektórych województwach liczba wykonanych badań cytologicznych spadła o ponad 80%, a mammografii o ponad 90%. Natomiast badania zrealizowane na zlecenie Novartis Oncology i Fundacji Onkocafe-Razem Lepiej pokazują, że w 2020 roku nawet co czwarta kobieta przesunęła lub odwołała umówione badania diagnostyczne. Wielu pacjentów nie zgłasza się również na badania, umożliwiające diagnozę chorób serca.

• Jak dbać o zdrowie w dobie pandemii?

Niezależnie od trwającej pandemii należy wykonywać regularne badania profilaktyczne, które



fot. Marek Kramarczyk

mogą dostarczyć kluczowych informacji na temat stanu zdrowia. Nie powinniśmy zapominać o mammografii, cytologii, kolonoskopii oraz o podstawowych badaniach krwi, takich jak morfologia, OB, CRP czy próby wątrobowe. Wcześniej zaobserwowane

zmiany umożliwiają identyfikację nieprawidłowo funkcjonującego narządu i są szansą na uzyskanie szybkiej diagnozy oraz pomocy specjalistów.

• Wykonaj bezpiecznie badania w domu

Większość badań profilaktycznych z krwi można zrealizować w wygodny i przede wszystkim bezpieczny sposób, nie ruszając się z domu. Jest to bardzo praktyczne rozwiązanie szczególnie w dobie pandemii, gdy większość osób niechętnie opuszcza swoje domy,

by udać się do przychodni, punktu pobrania czy lekarza. W ramach usługi uPacjenta odpowiednio zabezpieczony specjalista przyjeżdża do pacjenta w umówionym terminie i pobiera krew do badań. Wizyta nie trwa dłużej niż 20 minut, a wyniki można odebrać w Internecie, a następnie skonsultować je ze specjalistą przez dedykowaną platformę.

W ofercie uPacjenta znajduje się ponad tysiąc badań oraz dedykowanych pakietów, w tym m.in. tarczycowy czy nowotworowy. Osoby, które zastanawiają się nad wykonaniem ogólnych badań profilaktycznych, mogą skorzystać z pakietu Dla Każdego, który umożliwia kompleksowy przegląd stanu zdrowia organizmu. Ponadto uPacjenta pobiera również materiał do testów na przeciwciała koronawirusa oraz realizuje wymazy metodą RT-PCR.

• Jak można zamówić pobranie krwi w domu?

Wystarczy wejść na stronę www.upacjenta.pl i wskazać swój adres, a następnie wybrać preferowane badania oraz termin wizyty specjalisty. Drugą możliwością jest skorzystanie z infolinii pod numerem **22 120 18 80**.

Szkoła przecho Bezpieczniej? Ta

Wszyscy uczniowie szkół już od najbliższego poniedziałku uczyć będą się w sposób zdalny. To nowa sytuacja dla uczniów klas I-III. W to, że w grudniu dzieci wrócą

Agnieszka Kasperska

Tak było

Z powodu epidemii szkoły działały w internecie od połowy marca do końca roku szkolnego. Nie obyło się bez kłopotów. Uczniowie narzekali na to, że są przeciążeni nauką. Rodzice narzekali, że muszą uczyć dzieci, które nie są w stanie przyswoić pobieżnie realizowanego materiału. Nauczyciele podkreślali, że dzieci niechętnie biorą udział w lekcjach, a prace klasowe bardzo często robią za nich rodzice. Mieszkający poza dużymi miastami skarżyli się na problemy z dostępem do sieci.

W połowie maja do szkół wrócili uczniowie klas I-III. Pozostali rozpoczęli wakacje nie wracając już do szkolnych ławek.

Jeszcze w trakcie trwania e-lekcji pojawiły się pierwsze próby jego podsumowania. W raporcie „Kształcenie na odległość w Polsce w czasie pandemii Covid -19” wykonanym przez prof. Sylwię Jaskulską i prof. Barbarę Janowskią (UAM) wykazano, że

polscy nauczyciele uznali, że kształcenie na odległość raczej pogłębia różnice między uczniami, niż że je wyrównuje.

Z badania ankietowego przeprowadzonego w trakcie trwania pandemii przez twórcę dziennika elektronicznego VULCAN wraz z Zakładem Badań nad Procesem Uczenia się (UAM w Poznaniu) wynikało, że ponad **60 PROC.** uczniów określiło, że wolaloby wrócić do szkoły, niż dalej uczyć się zdalnie. Pozostałe osoby wołały naukę zdalną, od tej w szkole (1/4 z nich zadeklarowała, że taka forma nauki im się nie podoba, ale jest lepsza od lekcji w szkole). Ponad **90 PROC.** badanych oceniło, że nauka zdalna nie jest dla nich technicznie trudna, a nawet, jeśli czasem jest, to i tak sobie „jakoś radzą”. Tylko **9 PROC.** uczniów deklarowało, że czasem ma problemy techniczne, których nie potrafi samodzielnie rozwiązać.

Tak jest

Przed rozpoczęciem nowego roku szkolnego odbyła się gorąca dyskusja o tym, czy szkoły powinny zostać otwarte, czy też 1 września powinny rozpocząć się zdalnie. Zwolennicy takiego rozwiązania argumentowali, że epidemia nie wygasa i szkoły mogą stać się ogniskami koronawirusa. Prze-

ciwnicy tłumaczyli, że dzieci nie mogą być pozbawione kontaktów w rówieśnikami, a z lekcji stacjonarnych wyniosą więcej niż z tych zdalnych.

Szkoły wznowiły działalność po cichu. W większości nie było akademii o okazji rozpoczęcia zajęć. Wprowadzono za to regulaminy funkcjonowania poszczególnych placówek w czasie epidemii. W większości na szkolnych korytarzach i w tzw. miejscach wspólnych obowiązkowe były maseczki. Starano się zachować dystans. Obowiązkowa była dezynfekcja. Do szkół nie mogli wchodzić też rodzice i osoby „z zewnątrz”.

Mimo to niemal od razu poszczególne placówki oświatowe z powodu kolejnych zakażeń koronawirusem zaczęły przechodzić na nauczanie hybrydowe lub zdalne. Takich przypadków było coraz więcej.

21 września w województwie lubelskim 24 placówki prowadziły nauczanie zdalne lub hybrydowe. 16 października było ich już 124.

Ostatecznie uczniowie starszych klas szkół podstawowych oraz szkół średnich rozpoczęli nauczanie zdalne 24 października. W całym kraju w e-lekcjach bierze udział około 3,8 mln uczniów. Początkowo taka forma nauki miała być prowadzona do 9 listopada. Teraz ten czas wydłużono do 29 listopada.

Nauka na błędach

– Tamten rok szkolny to było pójście na żywioł. Nic nie działało dobrze. Nauczyciele i uczniowie uczyli się zdalnej pracy na własnych błędach. Było bardzo trudno, ale wszyscy wyciągnęli lekcje z tego trudnego czasu – uważa Iza Fuglewicz, mam dwojga uczniów szkoły podstawowej z Lublina. – Teraz to wszystko funkcjonuje już znacznie lepiej. Dla mnie najważniejsze jest to, że nauczyciele nie korzystają już z wielu platform spotkań zdalnych. Wszystko dzieje się w jednym miejscu i zgodnie z normalnym planem lekcji. Nie jesteśmy już zaskakiwani mailami po godzinie 23, że jakaś lekcja zacznie się o 8 rano. Dzięki temu dzieci mogą same organizować swój dzień nauki i nie jesteśmy im już w tym potrzebni.

– W tamtym roku, zwłaszcza w pierwszych tygodniach zdalnego naucza-

nia, nauczyciele nie działali wspólnie, przez co dzieci pracowały od świtu do nocy, żeby wyrobić się z odrobieniem wszystkich zadanych prac. Teraz to wygląda inaczej – opowiada lekarz ze szpitala przy ul. Jaczewskiego w Lublinie, a prywatnie ojciec trójki uczących się dzieci. – Teraz wszystkie prace domowe i klasówki są wpisywane do dziennika elektronicznego i nauczyciele różnych przedmiotów mają do tego wgląd. Dzieci nie są obciążone nadmiernie zadaniami. Mogą pracować same. Dzięki temu po powrocie do domu mogą odpocząć, a nie angażować się w pomaganie im. Oczywiście niektóre kwestie, zwłaszcza z matematyki, muszę im wytłumaczyć, ale nie jest to już dla mnie tak bardzo absorbujące jak poprzednio. Właściwie nic już nie odbiega od tego, co dzieje się w moim domu, gdy dzieci normalnie chodzą do szkoły.

W szkole było fajniej

Częściowo zadowoleni są też sami uczniowie.

– Nauka przebiega normalnie. Nie dzieje się nic złego – podsumowuje uczeń III Liceum Ogólnokształcącego w Lublinie. – Jedyne na co możemy narzekać to to, że w szkole było jednak fajniej. Coś się działo na przerwach. Chodziliśmy gdzieś razem po lekcjach. Mieliliśmy ze sobą większy kontakt. Oczywiście jesteśmy z klasą w stałym kontakcie na naszej wewnętrznej grupie, ale to nie jest to samo.

– Najbardziej brak mi w-f i meczów piłki ręcznej – przyznaje uczeń Szkoły Podstawowej nr 34 w Lublinie. – Szkoda biegania po korytarzach. Ale bardzo źle nie jest. Po południu spotykam się z kilkoma kolegami na dworze. Ale trzymamy odstęp, żeby było bezpiecznie. Raczej już nie gramy w piłkę, tylko jeździmy na hulajnogach.

Egzaminy

Mniej powodów do zadowolenia mają za to uczniowie przygotowujący się do majowych egzaminów: ósmoklasiści i maturzyści. Minister edukacji i nauki zapowiedział, że to oni wrócą jako pierwsi do szkół, kiedy tylko pojawi się możliwość pracy stacjonarnej.

– Sam pomysł, by do szkół jako pierwsi wrócili uczniowie, których czekają egzaminy, jest bardzo dobry. W tamtym roku staraliśmy się w domu przygotować starszego syna do czekających go egzaminów i było to bardzo trudne. Nie mam po-

mysłu, jak teraz przygotować do tego samego młodszego syna, skoro przed nami jest wizja nie jednego, a dwóch semestrów nauki zdalnej – uważa pani Barbara, mama ósmoklasisty i licealisty z klasy pierwszej.

– Jestem załamana – przyznaje Maja, maturzystka z jednego z prestiżowych lubelskich ogólniaków. – Szkoła zdalnie, korepetycje zdalnie. A ja nie bardzo potrafię sama pracować. Nie wiem, jak przygotuję się do egzaminu. Chciałabym się dostać na medycynę, ale chemia nie jest moją najmocniejszą stroną. Boję się, że nie przygotowuję się na tyle dobrze, żeby dostać się na uniwersytet. Właściwie to teraz bardziej niż uczyć to siedzę i to wszystko przeżywam.

Stąd pojawiające się głosy, żeby w tym roku zrezygnować z prowadzenia egzaminów na zakończenie szkoły. Minister Czarnek taką możliwość wykluczył, ale przyznał, że rozpoczęły się prace, podczas których określony zostanie zakres materiału potrzebny do zdania matury i napisania egzaminu ósmoklasisty. Materiał ma być adekwatny do tego co uczniowie mogą przerobić podczas zdalnych lekcji.

Ograniczenie wymagań

– To bardzo dobry pomysł – mówi Mirka Błażejewicz, mama maturzysty z Lublina. – Mój syn chodzi do jednej z najlepszych szkół, ale mimo ogromnych starań nauczycieli wciąż ma braki. W pierwszej klasie z powodu niekorzystnego układu kalendarza i strajku nauczycieli stracił ponad miesiąc nauki. W drugiej klasie z powodu pandemii przez prawie cały semestr uczył się zdalnie. W tym roku zdalna nauka zaczęła się już na samym początku. Ograniczenie wymagań jest jedyną możliwością na to, by dzieci w ogóle zdały egzaminy.

W internecie trwa zbiórka podpisów pod petycją o nie przeprowadzanie w tym roku szkolnym ustnych egzaminów maturalnych.

– Przeprowadzanie lekcji za pomocą różnych platform internetowych, mimo największych starań nauczycieli, nie są idealną alternatywą dla nauki w szkołach i nie są w stanie przygotować nas porządnie do matury. Nawet gdybyśmy wrócili do szkół, cztery miesiące w roku 2019/2020 przepadły. Nie wiemy co nowy rok przyniesie, bo wszystko zmienia się dramatycznym tempie, ta niepewność wiąże się też z dodatkowym stresem, który wierzę, że jesteśmy



w stanie zmniejszyć przez odwołanie matury ustnych – argumentują pomysłodawcy akcji.

Petycję dotychczas podpisało ponad 30 tys. osób.

Tak będzie

Od poniedziałku zdalnie pracować będą także uczniowie tzw. nauczaniu wczesnoszkolnego. Mowa o około 1,1 mln uczniów klas I-III szkół podstawowych. Szkoły podstawowe będą miały jedynie obowiązek zapewnienia funkcjonowania świetlic szkolnych w szczególności dla uczniów, których rodzice są bezpośrednio zaangażowani w walkę z pandemią COVID-19.

– Trudno mi skomentować tę decyzję – przyznaje pani Katarzyna. – Mam dwoje dzieci w nauczaniu wczesnoszkolnym. Oboje z mężem pracujemy we własnych firmach. Od dawna zastanawialiśmy się, co zrobimy kiedy dzieci będą musiały uczyć się z domu, bo nie mieliśmy wątpliwości, że wcześniej czy później to będzie nieuniknione. Obserwując rosnącą liczbę zakażeń dziwiliśmy się nawet, że taka decyzja nie zapadła wcześniej. Niby więc nie

jesteśmy zaskoczeni i rozmawiamy o tym od dawna, ale jeszcze nic nie postanowiliśmy ostatecznie. Najlepszym rozwiązaniem byłoby wprowadzenie się do nas jednej z babć żeby dopilnowała dzieci, gdy będziemy w pracy. Ze względu na wiek seniorki to nie byłoby jednak najbezpieczniejsze rozwiązanie. Być może tak to się jednak skończy, bo z pracy nie chcielibyśmy zrezygnować. Ma podjęcie decyzji mamy jeszcze dwa dni.

– Nie mogę pracować zdalnie, bo jestem ekspedientką – mówi pani Ewa, mama drugoklasisty z Lublina. – Także nie mam wyboru i przejdę na zasiłek żeby siedzieć w domu z synem i pomagać mu w ogarnięciu zdalnej nauki. Nie ukrywam, że się z tego powodu nie martwię. W prawdzie mój dochód będzie niższy, ale ponieważ nie jesteśmy jeszcze zamknięci w domach i po południu będziemy mogli wychodzić na spacer, to będzie dla mnie taki dodatkowy czas dla rodziny. Liczę na to że „przy okazji” posprzątam w szafach i pawlaczach i umyję okna, bo takie prace zawsze odkładałam na później. A syn już planuje, co mu

Chodzi do domów. Czy łatwiej? Nie.

I-III szkół podstawowych. Starsi pracują w ten sposób już od dwóch tygodni. Wiadomo, że e-lekcje odbywać będą się do końca roku. Do szkolnych ławek nikt jednak nie wierzy



Około 3,8 miliona uczniów starszych klas szkół podstawowych i szkół średnich ma nauczanie zdalne od 24 października. Od poniedziałku dołączy do nich około 1,1 mln uczniów klas I-III szkół podstawowych

FOT. MACIEJ KACZANOWSKI

miast problem z brakiem miejsca. Najlepiej byłoby, żeby dzieci mogły uczyć się w osobnych pokojach żeby sobie nie przeszkadzać. Takiej możliwości jednak nie mamy. Jedno będzie musiało w tym czasie siedzieć w kuchni, w której będę też wtedy ja albo mąż, żeby nie przeszkadzać temu, kto będzie w dużym pokoju. I obawiamy się, bo to będzie potencjalnym powodem do rodzinnych niesnasek. Ale musimy to jakoś przetrwać.

Bez zmian

Nauka i opieka dla dzieci w przedszkolach, oddziałach przedszkolnych w szkołach podstawowych i innych formach wychowania przedszkolnego pozostaje bez zmian.

– Cieszę się, bo mam w domu dwoje dzieci uczących się zdalnie. Najmłodsza córka będzie mogła chodzić do przedszkola, więc nie będzie im się kręcić i przeszkadzać – śmieje się mama przedszkolaka z ulicy Radzyńskiej w Lublinie. – Ale nie mam złudzeń, że taki stan rzeczy potrwa dłużej. W tym tygodniu mieliśmy już w przedszkolu kwarantannę. Nawet jeśli nie będzie następnej, to pewnie przedszkola wcześniej czy później zostaną zamknięte, bo epidemia nie zwalnia.

Stacjonarnie, tak jak do tej pory, pracować będą również szkoły specjalne w młodzieżowych ośrodkach

wychowawczych i młodzieżowych ośrodkach socjoterapii. Dyrektorzy szkół specjalnych, specjalnych ośrodków szkolno-wychowawczych i ośrodków rewalidacyjno-wychowawczych, a także szkół specjalnych w podmiotach leczniczych i jednostkach pomocy społecznej będą mogli sami w tym okresie decydować o trybie nauczania.

Dla uczniów, którzy ze względu na niepełnosprawność lub np. warunki domowe nie będą mogli uczyć się zdalnie w domu, dyrektor szkoły będzie zobowiązany zorganizować nauczanie stacjonarne lub zdalne w szkole (z wykorzystaniem komputerów i niezbędnego sprzętu znajdującego się w szkole).

Dużo tych tłumaczeń

– Chyba wszyscy zdawali sobie sprawę, że wcześniej czy później przejdziemy całkowicie na nauczanie zdalne – komentuje polonistka z jednej z podstawówek w centrum Lublina. – Akurat moją szkołę koronawirus szczęśliwie omijał, ale to co działo się w innych wskazywało na to, że taka decyzja powinna być podjęta znacznie wcześniej. Chorowali rodzice uczniów, uczniowie i nauczyciwo nie. Jeśli chodzi o mnie, to zdalne nauczanie kosztuje mnie wiele nerwów. W klasie widzę wszystkich uczniów. Widzę, że ktoś jest znudzony i ziewa, pisze pod ławką w telefonie, czy gada. Mogę reagować. Teraz miewam wrażenie, że mówię w próżnię. Większość uczniów nie ma kamerek. Staram się wchodzić z nimi w interakcje. Pytam po imieniu o różne rzeczy. Wywołuję. Najgorzej jest wtedy, kiedyyle. W wielu szkołach były bardzo duże kłopoty z kadrą uczącą. Teraz, kiedy możemy pracować z domu, albo ze szkoły ale bez bezpośredniego kontaktu z dziećmi, będzie dużo bezpieczniej.

– Czy łatwiej? – dopytuje.

– Na pe uczeń się nie zgłasza. Po chwili mówi, że był w ubikacji, albo „nie miał głosu”, czy „stracił zasięg”.

Tych tłumaczeń jest bardzo dużo. Za każdym razem uspokajam się w myślach, żeby nie zareagować ostro i nie powiedzieć wprost, że w niektóre tłumaczenia po prostu nie wierzę. Często czuję się też jak na cenzurowanym.

– Dlaczego?

– Bo mam świadomość, że to, co mówię może słyszeć wielu rodziców. Boję się, że się przejęzyczę albo będę mieć jakąś językową wpadkę. I z tego strachu to mi się niestety zdarza. Ale konkretnych wpadek nie podam – zastrzega nauczycielka.

Nauczyciele, z którymi rozmawialiśmy wczoraj, przyznają, że cieszy ich zapowiedź programu 500 plus dla pedagoga. Tak nazywają zapowiedź premiera dotyczącą tego, że każdy nauczyciel będzie miał możliwość zrefinansowania 500 zł kosztów sprzętu elektronicznego niezbędnego do nauki zdalnej.

– Nie znamy jeszcze szczegółów. Nie wiemy, co będzie można kupić za te pieniądze. Na nowy laptop to zdecydowanie zbyt mało, ale dobrze że w ogóle mowa o jakichkolwiek pieniądzach. Dotychczas koszty nauki zdalnej musieliśmy ponosić sami. Dobrze, że ktoś się wreszcie zorientował, że warto wprowadzić zmiany i nas wesprzeć – mówi anglista uczący w dwóch szkołach średnich w województwie lubelskim. – Z drugiej jednak strony obawiam się, że podniosą się głosy oburzenia, że rodzice takiej pomocy do zdalnego nauczania nie dostali i jesteśmy uprzywilejowani. Bo oczywiście tego, ile naprawdę zarabiamy i ile tak naprawdę czasu poświęcamy na nauczanie, zwłaszcza zdalne nikt tak naprawdę nie bierze pod uwagę.

Co dalej?

– Nie wierzę w to, że w grudniu wrócimy do szkół – mówi anglista. – Pandemia nie skończy się nagle. Gdybym miał się zakładać, to termin zakończenia zdalnego nauczania będzie przesuwany. Mam tylko nadzieję, że nie o dwa tygodnie, tylko o co najmniej miesiąc. Oczywiście każde prognozowanie to wróżenie z fusów, ale obstawiam, że przed Wielkanocą tradycyjnej nauki nie będzie.

– Ten semestr na pewno będzie zdalny – uważa Magdalena Wierzbom, mama trójki dzieci. – Nie sądzę, żeby w tym roku dzieci wróciły do szkół. A jeśli już to tak jak zapowiadał minister, ósmoklasiści i maturzyści. Ja do tej listy dodałabym także uczniów klas I – III. Uważam, że rządowi będzie zależało na jak najkrótszym wypłaceniu zasiłków dla rodziców dlatego będą chcieli żeby te dzieci jak najszybciej wróciły do szkoły. Nie sądzę żeby to było jednak możliwe w tym semestrze.

będę gotować na śniadania – dodaje ze śmiechem.

Sprzęt i miejsce

– Udało się w tamtym roku to uda się i teraz. Będziemy z mężem opiekować się uczącymi się zdalnie dzieć-

mi na zmianę. Nie skaczemy z tego powodu pod sufit, ale mamy pandemię i rozumiemy, że to jest konieczne – dodaje Magdalena Wierzbom, mama trójki dzieci. – Cieszymy się, że w wakacje przewidzieliśmy, że nauka

zdalna będzie kontynuowana i udało nam się uskładać pieniądze na jeszcze dwa laptopy. Przynajmniej dzieci nie będą miały problemów z nauką przez telefony, na których wyświetlaczu niewiele widać. Wraca nato-



Zdaniem rodziców teraz nauka zdalna funkcjonuje lepiej niż wiosną

FOT. PIXABAY.COM

Polskie piłki jadą do Zimbabwe

W Zimbabwe dzieci grają w koszykówkę bez piłek. Polskie środowisko koszykarskie chce im pomóc i przekazać piłki. Ambasadorem tej akcji w województwie lubelskim jest Michał Gwiazdowski



Koszykówka kształtuje charakter, uczy współzawodnictwa, ale również współpracy – mówi Michał Gwiazdowski, ambasador na województwo lubelskie akcji „Podarujmy dzieciom piłki”



Dla nas piłka do koszykówki jest czymś oczywistym. Dla tych dzieci to wielki rarytas i marzenie, które być może nigdy się nie spełni – mówi Michał Gwiazdowski o sytuacji w Zimbabwe



FOT. RAFAŁ BIL/MATERIAŁY PRASOWE UDOSTĘPNIŁ PRZEZ MICHAŁA GWIAZDOWSKIEGO

Kamil Koziół

Zimbabwe na koszykarskiej mapie świata to teren kompletnie egzotyczny. Państwo położone w południowej części afrykańskiego kontynentu liczy sobie blisko 15 mln mieszkańców. W większości żyją oni w dużej biedzie, w końcu kraj co chwila jest targany problemami gospodarczymi. W tych warunkach sport schodzi na dalszy plan. W Zimbabwe na pierwszym miejscu jest oczywiście futbol. Miejscowa kadra znajduje się w drugiej setce rankingu FIFA i czasami potrafi zakwalifikować się do Pucharu Narodów Afryki. O takich sukcesach mogą jedynie pomarzyć koszykarze, którzy do AfroBasketu kwalifikują się jedynie od wielkiego święta. Do tej pory tej reprezentacji udało się to zrobić jedynie dwa razy. W eliminacjach do mistrzostw Afryki w 2021 r. Zimbabwe odpadło już w pierwszej rundzie. Mimo że było gospodarzem turnieju,

to dało się wyprzedzić Madagaskarowi.

Marzenie

Czy można się dziwić fatalnym wynikom reprezentacji Zimbabwe? Oczywiście, że tak, ale tylko jeżeli nie zna się specyfiki miejscowej koszykówki.

Jeżeli jednak nieco poszpera się w zasobach YouTube, to znajdziemy w nich obrazki, które łapią człowieka za serce. Na jednym z nich można zobaczyć lekcję WF w miejscowej szkole. Dzieci są ustawione w kilku rzędach i na sygnał nauczyciela zaczynają kozłowanie. Dobiegają do ściany, wracają i robią podanie do kolegi. Nie byłoby w tym nic zwyczajnego, gdyby nie fakt, że robią to bez piłki.

– Kiedy to zobaczyłem, to nie mogłem uwierzyć. Dla nas piłka do koszykówki jest czymś oczywistym. Dla tych dzieci to wielki rarytas i marzenie, które być może nigdy się nie spełni – mówi Michał Gwiazdowski, ambasador na

województwo lubelskie akcji „Podarujmy dzieciom piłki”.

Możliwość rozwoju

Na czym polega inicjatywa, która połączyła całe środowisko koszykarskie? Jej pomysłodawcami są Damian Kindler i Michał Mróz, dwaj pasjonaci koszykówki z Pomorza. – Chciałem zebrać od kolegów i znajomych piłki, które mógłbym wysłać do Zimbabwe. To miała być prywatna akcja. Myślałem, że zbierzemy karton i wyślę go fundacji, która uczy najmłodszych grać w koszykówkę. Często dzieci mają pewne ograniczenia. Jesteśmy pasjonatami tej dyscypliny i to jest fajne. Nie chodzi o nowy sprzęt ani o pieniądze. Chodzi o to, aby każdy się podzielił tym, czego nie potrzebuje: dla nas może to być już nic nie wartę, a dla kogoś może to być wszystko. Te dzieci trenują na sucho, nie mają piłek i nie uczą się wielu rzeczy. Swoją drogą, to powoduje rozwój, pomaga

dzieciom tworzyć wspólnotę i wszystko inne, co jest w sportach zespołowych. Staramy się dać im możliwość rozwoju, bo ich codzienność wygląda inaczej niż u nas – opowiadał Damian Kindler w rozmowie z portalem sportowefakty.wp.pl

Z trzeciej ligi do pierwszej

W akcję zaangażowali najwięksi polskiego basketu. Oprócz znanych klubów, takich jak Anwil Włocławek, w tym gronie są również koszykarskie gwiazdy z Marcinem Gortatem na czele.

W naszym województwie za jej przeprowadzenie odpowiada Michał Gwiazdowski. To postać kompletnie nietuzinkowa w lubelskim środowisku koszykarskim.

Chociaż nigdy nie grał profesjonalnie w basket, to znał go wszyscy miłośnicy amatorskiej koszykówki. Za piłką zaczął uganiać się bardzo późno, bo dopiero w wieku 18 lat. Od początku było wiadomo, że nie zrobi wielkiej kariery, bo warun-

ki fizyczne mu na to nie pozwalały. W świecie koszykarskim znalazł jednak dla siebie miejsce i założył amatorski zespół Alpaca-Alfachem. Ta drużyna w rozgrywkach amatorskich na przestrzeni kilku lat przebiła się z trzeciej do pierwszej ligi i dziś należy do grona najlepszych zespołów amatorskich LNBA, największej koszykarskiej ligi amatorskiej w województwie lubelskim. A sama Alpaca-Alfachem stała się już rozpoznawalną marką, bo jej przedstawiciele świetnie radzą sobie również w koszykówce 3x3. W ulicznej odmianie basketu wygrali kilka prestiżowych turniejów, a także wywalczyli brązowy medal w Mistrzostwach Lubelszczyzny.

Coś więcej

– Na akcję „Podarujmy dzieciom piłki” trafiłem przez przypadek. Sam zgłosiłem się do organizatorów, bo miałem kilka niepo-

trzebnych piłek. Szybko złapaliśmy wspólny język i postanowiliśmy, że zajmę się naszym regionem. Pamiętajmy, że piłki nie muszą być nowe. Co więcej, nawet lepiej będzie jeżeli one będą sflaczałe, bo łatwiej je będzie przetransportować do Zimbabwe. Tam liczy się każda piłka, bo braki są ogromne. Pamiętajmy, że w ten sposób dajemy dzieciom z tego afrykańskiego kraju coś więcej niż piłkę. Możemy im podarować pasję. Ja zarazem się tą ilością wiele lat temu i tego nie żałuję. Koszykówka kształtuje charakter, uczy współzawodnictwa, ale również współpracy – mówi Michał Gwiazdowski.

W inicjatywę włączyło się już wiele organizacji, na czele z LNBA. Piłki można przekazywać Michałowi Gwiazdowskiemu do 15 listopada.

Więcej informacji można uzyskać pod numerem telefonu 512 776 758 lub wysyłając maila na adres michal.gwiazdowski@autograf.pl

Udało mi się odnaleźć sens życia

Ale szczerze mówiąc to udało mi się w życiu trochę uwolnić od teatru. Udało mi się odnaleźć sens życia w takim normalnym życiu – **ROZMOWA** z Iloną Zgiet, aktorką Teatru Andersena, która obchodzi jubileusz 35 lecia pracy na scenie

Waldemar Sulisz

• **Twoje korzenie rodzinne są mocno wielokulturowe?**

– Białystok, rodzina prawosławno-katolicka, z domieszką religii żydowskiej. Moja mam i jej siostra urodziły się z wielkiej, wielokulturowej miłości. Urodziłam się w Białymstoku.

• **Tam szkoła podstawowa?**

– Tak, następnie trzecie liceum, klasa o profilu humanistycznym i Wydział Sztuki Łalkarskiej Akademii Teatralnej w Warszawie. Zawsze ciągnęło mnie do publicznych występów, spróbowałam zdać do tej szkoły, dostałam się i poszło. Moim najważniejszym nauczycielem, naszym mistrzem w szkole był Waldemar Śmigasiewicz, jego pasją była twórczość Witolda Gombrowicza.

• **Co po szkole?**

– W kilka osób zostaliśmy zaproszeni przez Tomasza Jaworskiego, ówczesnego dyrektora Teatru im. Hansa Christiana Andersena do Lublina. Ale artystycznie w teatrze niewiele się działo, w zasadzie byliśmy już spakowani, żeby wracać do Białegostoku, ale za sprawą działającego wówczas w Lublinie prywatnego Teatru Studyjnego dostaliśmy propozycję zrobienia spektaklu „Dekameron” z słowackim reżyserem Miro Prochazką. Tak naprawdę to zdecydowało, że zostajemy w Lublinie.

• **Sprawa była głośna, ówczesny przeor Dominikanów wyrzucił spektakl podczas pierwszej generalnej, o teatralnym incydencie natychmiast poinformował Teleekspres?**

– Przyjeżdżając do BWA przy ulicy Narutowicza, zagraliśmy „Dekameron” kilkadziesiąt razy w sali wystawienniczej. Od tego momentu zaczęły się dziać wokół teatru inne ważne rzeczy.

• **Ważne spektakle w Andersenie w czasie, gdy teatr działał w budynku Dominikanów na Starym Mieście?**

– Dużo tego było, taki ważny tytuł to „Opowieści z krainy Lajlonii” według bajek filozofa Leszka Kołakowskiego. Z tym spektaklem zaczęliśmy jeździć po Polsce i pokazywać go na różnych festiwalach. Bardzo lubiłam spektakl „Piotruś Pan” w reżyserii nieżyjącego już Zdzisława Reja, kolejnego dyrektora Andersena. Grałam Piotrusia Pana w pięknej scenografii Rajmunda Strzeleckiego. Wspomnę plastyczno-muzyczny spektakl „Królowa Śniegu” z czasów dykcji Arkadiusza Klucznika, która zresztą obfitowała w udane realizacje. Kiedy z teatrem



przenieśliśmy się do budynku CSK, zaczął się trudny czas, który przez pandemię trwa do dziś. Cieszę się, że za dykcji Krzysztofa Rzączyńskiego udało nam się wypracować formułę obecności online, gramy dużo w sieci i myślę, że w skali kraju robimy to dobrze.

• **Jak Pan Bóg zamyka jedno drzwi, otwiera drugie?**

– Tak, zaczęłam współpracę Łukaszem Witt Michałowskim i Sceną InVitro. Łukasz widział nasze spektakle, zaprosił mnie na scenę.

• **I zagrałaś w przejmującym spektaklu „Ponowne Zjednoczenie Korei”, złożonym z 11 krótkich historii o miłości. W opisie przedstawienia znalazły się słowa: „Miłość niecierpliwa jest, niełaskawa jest. Miłość zazdrości, wciąż szuka poklasku, unosi się pychą. Jest bezwstydną, szuka swego, unosi się gniewem, pamięta złe; cieszy z niesprawiedliwości, współweseli z nieprawdą.**

Ilona Zgiet w spektaklu „Ponowne Zjednoczenie Korei”

FOT. NATALIA WIERZBICKA

Nie wszystko znosi, nie wszystkiemu wierzy, nie we wszystkim pokłada nadzieję, nie wszystko przetrzyma”. Ciężko było rozebrać się do naga i odsłonić się całkowicie przed publicznością?

– Jeśli to służy czemuś ważnemu, to nie. Nagość pojawiła się w scenie z prostytutką i księdzem. Zawsze jest opór, zawsze jest lęk, ale reżyser był mi w tym momencie przyjacielem. Panował nad światłami i nad całym sensem tej sceny. Moje ciało jest moim warsztatem.

• **Jak trafiłaś do Ośrodka Praktyk Teatralnych Gardzienice?**

– Kiedy jeszcze mieszkaliśmy w Domu Aktora, naszymi sąsiadami byli Iga i

Tomasz Rodowicz. Oni najpierw zaprosili do współpracy Michała, ja wtedy byłam tuż po urodzeniu dziecka. Ale za parę lat też zostałam zaproszona do współpracy. I tak się potoczyły te losy, że grałam udział w spektaklach dość ważnych, jak na przykład „Carmina Burana”. Jeśli chodzi o rozwój zawodowy, kto wspomina pracę z Gardzienicami bardzo pozytywnie. Rozwinęłam głos, nauczyłam się swojego ciała, nauczyłam się koncentrowania tym, co dzieje się na scenie, a w Gardzienicach na scenie dzieje się naraz dużo rzeczy. Nauczyłam się panować nad głosem, ciałem i słowem, co było bardzo rozwijające. Natomiast muszę powiedzieć szczerze, że odeszłam z tego teatru po ośmiu latach, bo nie akceptowałam pewnych zachowań. Zrezygnowałam ze współpracy w sposób dość burzliwy, nie pojechałam do Egiptu, trzeba było robić nagle zastępstwo. Natomiast nie chcę komentować tego, co teraz

dzieje się wokół Włodzimierza Staniewskiego. Mam wrażenie, że ostatni spektakl „Wesele” Włodek zrealizował z miłością i to przenika ze sceny do ludzi.

• **Czy te 35 lat na scenie pozwoliło ci złapać dystans do teatru?**

– Teatrowi aktor poświęca całe swoje życie. Rano gra, po południu próbuje, nawet nie ma czasu chorować. Ale szczerze mówiąc to udało mi się w życiu trochę uwolnić od teatru. Udało mi się odnaleźć sens życia w takim normalnym życiu.

• **Jak poznałaś Michała Zgieta?**

– *Na studiach, to on mnie wypatrzył. Najpierw żeśmy się przyjaźnili, dopiero potem zdecydowaliśmy się być razem. Za chwilę stuknie nam 40 lat na wspólnej ścieżce i nam się układa.*

Teatrowi aktor poświęca całe swoje życie – mówi Ilona Zgiet

FOT. NATALIA WIERZBICKA

• **Co to jest miłość?**

– To jest ciężka praca. To jest tolerancja. To jest ciągła walka o to, żeby być razem szczęśliwym. To są ustępstwa, kto jest rozwój, to jest codzienność, budowana każdego dnia. Bo nie każdego dnia jest kolorowo, bywają szare i ciemne barwy. Ale jeśli budzisz się rano i masz przy sobie człowieka, który sprawia, że ból i troska się rozmywają, a na twojej twarzy pojawia się uśmiech, to właśnie jest miłość.

• **Ile lat mieszkacie na wsi?**

– Piętnaście lat. Nasze bycie w naturze, ze zwierzętami, z roślinami, które się posadziło a teraz są to potężne drzewa, jest szczęśliwe. Tego, co tu mamy, nie da się zastąpić życiem w mieście, chociaż miasto też ma swoje zalety. Wracam z pracy, biorę psa, idę do lasu i czuję, jak największy stres odpływa. Zaczynam oddychać pełną piersią. Tu na wsi zrozumiałem, że o to chodzi.

• **Co w życiu jest najważniejsze? Praca, pasja, miłość, rodzina, pieniądze, zdrowie, Bóg?**

– Myślę, że wszystko po trochu. Każdy na co innego kładzie akcent. Najważniejsze, że człowiek dojrzewa, zmienia się, trwa. Może się buntować, szukać wyjścia z impasu, ale potrafi się mądrze pogodzić z losem.

• **Plany artystyczne?**

– Wiesz, ostatnio tak mówię do Michała: To chyba trzeba coś zrobić wspólnie. W końcu Michał w ciągu 10 lat pokazał w naszym wiejskim Teatrze w Remizie tyle ciekawych spektakli. Teatr nie może działać, wykorzystamy ten czas na wspólny projekt i jak się to wszystko skończy, pokażemy, co żeśmy wymyślili.

• **Marzenia?**

– Mam jedno. To marzenie podąża w kierunku śródziemno-morza.

• **Jesteś szczęśliwa?**
– Tak.

Od dwóch dni rozbrzmiewa s

WIKTORIA 1920 Tymczasowy Rząd Litwy Środkowej proponuje Litwinom polubowne rozwiązanie powstałych napięć. W efekcie Ambasadorów przy Lidze Narodów ustanawia Gdańsk Wolnym Miastem, nadając mu specjalny status prawny, podlegający m. państwowej Wileńszczyzny ma zostać rozwiązany na drodze plebiscytu pod jej nadzorem. Armia polska z

Inż. Tadeusz Wenda (kierownik budowy portu w Gdyni) w „Kurierze Warszawskim”:

W chwili, gdy Rada [Konferencja] Ambasadorów w Paryżu ma decydować o losie portu gdańskiego, przychodzi pomyślna wiadomość, że rząd polski przystępuje do budowy pierwszego portu na polskim wybrzeżu morskim w Gdyni. [...] Urzeczywistniać zaczyna się idea budowy własnego portu, który jest nam nieodzownie potrzebny, jako punkt oparcia powstającej marynarki ojczystej i jako środek polskiego życia, handlu i rybołówstwa na polskim morzu. Społeczeństwo polskie z uznaniem powita tę wiadomość, która uspokoi je co do losów naszej bezpośredniej komunikacji ze światem, zagrożonej przez wrogie stanowisko w mieście Gdańsku.

[...] Na razie przystępuje się do budowy części portu zewnętrznego, co umożliwi wyładunek transportów wojennych i utworzy schronisko dla rybaków. Wykonanie robót powierzone zostaje firmie polskiej.

Warszawa, 23 października 1920

• [„Kurier Warszawski” nr 294/1920]

Elżbieta z Zaleskich Doroszyńska (ziemianka, pisarka):

Zrozumiałe jest teraz to pospieszne wywożenie i grabienie przez bolszewików. Wielkorosyjscy bolszewicy wychodzą stąd, zostawiając pole działania sowieckiej Ukrainie. Polska do tutejszych [ukraińskich] spraw wcale ma się nie mieszać; petlurowcy sami idą, podobno są niedaleko, front w Doroszwówce o 10 wiorst, teraz jest chwilowe zawieszenie broni [pomiedzy oddziałami Petlury a bolszewikami] na dziesięć dni.

Wszystko mi jedno. Jestem już tylko cieniem i parodią dawnego człowieka wolnego, pewnego siebie i śmiałego. Zdobyć się na bohaterstwo można, ale trwać w nim całe lata – to ponad moje siły. Jakaś szalona, opętańcza tęsknota zalewa duszę dochodzi do zenitu. Tęsknię za krajem, [...] za drogimi żywymi, za umarłymi; tęsknię za ludźmi, za życiem, za spokojem, za czystością, za kulturą, za uśmiechem, za swobodą; tęsknię za przeszłością, tęsknię do przyszłości. W obecnej chwili nie mam nic.

Majątek Gruszka (Podole), 24 października 1920

• [Elżbieta z Zaleskich Doroszyńska, Na ostatniej placówce. Dziennik życia wsi podolskiej w latach 1917–1921, Łomianki 2008]



Zofia Romanowiczówna (mieszkanca Lwowa) w dzienniku:

Ponad wszystkim, o czym pisać by warto, góruje rzecz jedna, ogromna: 18 października podpisany rozejm, a od dwóch dni rozbrzmiewa słowo: pokój. Ach! Czy to już prawda? Czy to nie sen? Boże wielkiego miłosierdzia, odpuść nam nasze winy i spraw, żeby ta straszliwa wojna, którąśmy przeżyli, była ostatnią.

Lwów, 24 października 1920

• [Zofia Romanowiczówna, Dziennik lwowski 1842–1930, t. 2, 1888–1930, Warszawa 2005]

Z artykułu Warszawa przeciw terrorowi w „Rzeczpospolitej”:

Warszawa [...] zamianowała swoje właściwe oblicze polityczne. [...] Z wąziutkiej uliczki na Świętojerskiej wynurza się głowa olbrzymiego pochodu narodowego. Na czele idzie grupa sędziwych weteranów 1863 roku, których niektóre grupy spotykają oklaskami. Za weteranami występuje liczne duchowieństwo, dalej cechy, stowarzyszenia i kółka. Jak olbrzymia fala zalewa pochód stopniowo plac Zamkowy, Krakowskie Przedmieście, Nowy Świat. Gdy głowa pochodu była na placu Trzech Krzyży, koniec wyruszał zaledwie z placu Zamkowego. A nad tym olbrzymim morzem ludzkim powiewały dziesiątki barwno-bogatych sztandarów

Warszawa, 1920. Transport mąki sprowadzonej do Polski w ramach pomocy udzielonej przez rząd amerykański

FOT. LIBRARY OF CONGRESS/LC-A6197-RC-A225-AX

z napisami: „Precz z terrorem!”, „Niech żyje Senat!”, „Francja, Anglia i Ameryka mają Senat!”, „Rosja bolszewicka nie ma Senatu!”. [...] Publiczność, tłumnie zebrana na chodnikach, witała pochód okrzykami: „Niech żyje Senat! Wilno do Polski! Niech żyje Haller! Precz z terrorem!”.

Warszawa, 24 października 1920

• [„Rzeczpospolita” nr 132/1920]

Juliusz Zdanowski (ziemianin, polityk związany z Narodową Demokracją) w dzienniku:

Pochód udał się. Samo więc wezwanie Związku Ludowo-Narodowego dostarczyło na ulicę około 40 tysięcy ludzi. Ale ile niewyrobienia w tym tłumie. W kilku miejscach, gdy ktoś z boku próbował krzyknąć: „Niech żyje Piłsudski!”, to odzew ten znajdował odźwięk i wołano. Ze sprawy Senatu socjaliści zrobili hasło „Śmierć burzujom”, które dla ich tłumu jest zrozumiałe; tutaj to hasło [Senat] mało komu co mówiło. Słowo to jednak ma i pewne obciążenie historyczne dla masy. Tak samo, jak ma pewien przysmak dla nas. Hasło „Precz z terrorem socjalistycznym” też jeszcze za mało ulica odczuwa. Do irytacji zaś mnie doprowadzają różne burzujom, którzy przy czarnej kawie gotowi narzekać,

ale na ulicę im się wyjść nie chce. Akurat materiał na befsztyk dla bolszewików.

Warszawa, 24 października 1920

• [Dziennik Juliusza Zdanowskiego, t. 3: 4 VIII 1919–28 III 1921, Szczecin 2014]

Z artykułu w „Ilustrowanym Kurierze Codziennym”:

Prezydent miasta Krakowa i posłowie małopolscy zgłosili w Sejmie wniosek nagły, w którym mówią: „[...] Doszło do tego, że w Krakowie już od kilku tygodni zupełnie się chleba nie wydaje – w tej beznadziejnej sytuacji [...] udało się uzyskać w Radzie Ministrów uchwałę, upoważniającą Ministerstwo Apropriacji do natychmiastowego zakupu artykułów spożywczych za granicą, przede wszystkim w Rumunii. I tu z największym zdziwieniem dowiadujemy się, że ministerstwo zamierza dokonywać tego zakupu wyłącznie na potrzeby Kongresówki [...]. Z tego okazuje się, że ministerstwo nie stanęło na wysokości zadania, uprawiając politykę jednej dzielnicy z pełnym zaniedbaniem innych, które mają prawo żądać równomiernego traktowania”.

Kraków, 25 października 1920

• [Jak uchronić Kraków od głodu? Interpelacja posłów małopolskich, „Ilustrowany Kurier Codzienny” nr 293/1920]

Inż. Kazimierz Drewnowski w odczycie w Stowarzyszeniu Techników:

Zadaniem każdego obywatela Polski w danej chwili jest walka kulturalna, w której technicy winni odegrać pierwszorzędną rolę, gdyż oni kierują wytwórczością kraju. Aby podnieść wartość polską i stworzyć lepsze warunki życia – musimy przede wszystkim zwiększyć produkcję kraju i w tym celu uruchomić przemysł. Tymczasem smutna rzeczywistość nas uczy, że front wewnętrzny zagraża nam, a to z tej racji, że polityka rządu jest albo bardzo niewyraźna w tym względzie albo wprost zabójcza.

Wszelkim brakom węgla, surowców, transportu etc. dałoby się zaradzić, gdyby nie prawa idące wbrew wszelkim zasadom współdziałania – często jest niedogodniej dla wytwórcy rozprzedać detalicznie swą fabrykę, gdyż podatki opłacane przez niego przewyższają dochody, wtedy gdy najbogatsza klasa narodu – włościanie płacą je w minimalnym stopniu. Egzystujący ponad wszelkim prawem urząd do walki z lichwą i spekulacją karze wszystkich, tylko producent rolny ponoszący ceny do niebywalej wysokości – jest bezkarny. Czy inicjatywa prywatna, uzależniona od całego szeregu urzędów, postanowień, których niepodobna często uzgodnić, może egzystować? [...] Wtedy, gdy przemysłowcy płacą największe podatki – w Senacie znaleziono miej-

Cykl przygotowany przez Ośrodek KARTA na zlecenie Biura Programu „Niepodległa” w ramach obchodów setnej rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości i odbudowy polskiej państwowości. BPN jest państwową instytucją kultury powołaną do obsługi Programu Wieloletniego Niepodległa na lata 2017–2022. Dowiedz się więcej: www.niepodlegla.gov.pl

Realizacja zespołu KARTY:

Zbigniew Gluza – koncepcja
Michał Ceglarek – wprowadzenia
Agnieszka Dębska – koordynacja
Dominika Budkus, Michał Ceglarek, Agnieszka Dębska, Jeremi Galdamez, Agnieszka Knyt – zespół
Ewa Kwiecińska – ikonografia
Izabela Kotapska – organizacja, i.kotapska@karta.org.pl

Dowiedz się więcej: www.karta.org.pl

słowo: pokój. Czy to nie sen?

ie rząd w Kownie powołuje nowe roczniki do armii i ściąga ochotników niemieckich i bolszewickich. 27 października Konferencja międzynarodowej i polskiej kurateli. 28 października Rada Ligi Narodów przyjmuje wniosek, w którym problem przynależności zaczyna powoli demobilizować żołnierzy. Koniec wojny odsłania głębię zapaści gospodarczej i społecznej.



1920. Ochronka zorganizowana przez Amerykańską Misję Pomocy
FOT. ZAKŁAD „FOTOGRAFIA W. SZAPIRO”/OSRODEK KARTA

sce dla wszystkich, tylko nie dla przemysłu. [...]

Atmosfera rządowa jest dusząca, z niej uciekają wszyscy, co chcieliby dla kraju pracować. Ze zmianą stosownej polityki przemysł zakwitnie i kraj nasz nie będzie krajem niewolników i nędzy.

Kraków, 26 października 1920
• [„Rzeczpospolita” nr 133/1920]

Z informacji w „Gońcu Częstochowskim”:

Do Londynu przybył Leon Reich, przewodniczący komitetu narodowego Żydów wschodnio-galicyskich. [...] Reich złożył deklarację dla prasy angielskiej, w której zazna-

cza, że Galicję Wschodnią zamieszkuje 670 tysięcy Żydów, co stanowi 11 procent całej ludności. Lwów – opowiada Reich – liczy 40 procent ludności żydowskiej. Żydzi mogą przy wszelkich głosowaniach przechylić szalę albo na stronę polską, albo ruską. Wskutek tego należy nie tylko przyznać im prawa, lecz uznać ich także za odrębną narodowość. Tylko takie rozwiązanie sprawy może zbawić Żydów. Już dzisiaj 97 procent Żydów galicyjskich należy do partii narodowej żydowskiej. [...] Żydzi ci żądają: 1) aby wszelkie sprawy wewnętrzne żydowskie były załatwiane przez specjalnie na to wybranych ludzi; 2) organizacji nie tylko niższych prywatnych szkół żydowskich przez traktat [wersalski] przewidzianych, lecz także szkół średnich; 3) utworzenia departamentu wyłącznego dla spraw żydowskich.

Częstochowa, 27 października 1920
• [Zabiegi Żydów wschodnio-galicyskich, „Gońiec Częstochowski” nr 247/1920]



Litografia z 1920 roku autorstwa Józefa Mehoffera
ZE ZBIORÓW MUZEUM NARODOWEGO W KRAKOWIE

Mjr Kazimierz Świtalski (szef referatu polityczno-prasowego Naczelnego Wodza) w dzienniku:

Komendant chce „wyśrubować” znaczenie Żeligowskiego, wychodząc z tego założenia, że w sporze Litwy z Polską wygodnie nam mieć kogoś trzeciego, w tym wypadku ludność miejscową Litwy centralnej, która będzie po naszej stronie. Inaczej do gry stajemy z jednej strony Polska, z drugiej Litwa. [...] [Leon] Bobicki informował Komendanta, że narodowi demokraci wileńscy z kwaśną miną godzą się na konstytuante.

Warszawa, 27 października 1920
• [Kazimierz Świtalski, Diariusz 1919–1935, Warszawa 1992]

Z felietonu w „Dzienniku Poznańskim”:

Kwesta „dla głodnego Wilna” rozpoczęta w Poznaniu i Wielkopolsce jest najrozsądniejszą obecnie polityką w tej piekającej i trudnej sprawie naszych północnych terytoriów. Jeżeli naprawdę

pojadą ku Wilnu wagony z ziemniakami i zbożem, będziemy mogli czyn wielkopolski porównać z chwilą, gdy pułki poznańskie przybyły na odsiecz Lwowa uratowały to miasto [w listopadzie 1918]. [...] Wilno, ogołocone z zapasów przez władze i wojska bolszewickie, było za czasów litewskich aprowidowane nieźle. Kowieńszczyzna jest krajem rolniczym, o charakterze nawet zbliżonym do dzielnic wielkopolskiej. Litwinom chodziło o to, aby przywozem żywności i zaimportować ludności, i ją sobie zjednać. Jeżeli ludność tęskniła do powrotu wojsk polskich, świadczyło to tylko o jej głębokim i prawdziwym patriotyzmie. [...]

Nie zapominajmy, że Wilno zostało dwa razy skrzywdzone przez rząd polski, że administracja polska pozostawiała wiele do życzenia, że w lipcu jeszcze, gdy wojska polskie cofały się z miasta, maruderzy obrabowali okolice. A jednak ludność ta, głucha na wszystko, entuzjastycznie domaga się przyłączenia do Polski.

Poznań, 29 października 1920
• [Białe kwiaty, „Dziennik Poznański” nr 250/1920]

Michał Römer (polski ziemianin, prawnik) w dzienniku:

Czego chcą dzisiejsi władcy Wilna, czym jest ich „Litwa Środkowa”, tego nie wie nie tylko Kowno, ale nikt, bo nie wiedzą nawet sami twórcy „Litwy Środkowej”. [...] Co głowa – to inny pomysł, inny cel. Jedni chcą aneksji Wilna i Grodna do Polski, inni – niepodzielnego państwa litewskiego z jedynym sejmem w Wilnie, połączonego unią, federacją lub konwencjami z Polską, jeszcze inni chcą Litwy złożonej ze sfederowanych kantonów, a wreszcie są i tacy, [...] którym właściwie chodzi ani o Litwę, ani o stosunek do Polski, jeno o dźwignięcie Białej Rusi pod firmą Litwy i do pochłonięcia Wilna przez Białoruś.

Wilno, 29 października 1920
• [Michał Römer, Dzienniki, t. 4, 1920–1930, Warszawa 2018]

„Wiktoria 1920” - cykl ukazujący się w partnerskich mediach od 17 kwietnia do 13 listopada 2020.

Cykl przygotowany przez **Ośrodek KARTA** na zlecenie **Biura Programu NIEPODLEGŁA**, w ramach obchodów setnej rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości i odbudowy polskiej państwowości.



Spotkania Teatrów Tańca

WYDARZENIE Centrum Kultury w Lublinie (ul. Pe-owiaków 12) zaprasza na 24. edycję Międzynarodowych Spotkań Teatrów Tańca. W tym roku impreza odbędzie się w dniach 7-15 listopada i w całości zostanie przeprowadzona online.

W festiwalu wezmą udział znakomici tancerze z całego kraju. Będą to zarówno młodzi, początkujący, chociaż już odnoszący sukcesy artyści, jak i uznane osobowości polskiego tańca. Swoje najnowsze spektakle zaprezentują takie formacje, jak Polski Teatr Tańca, Sopotki Teatr Tańca, a także artyści tacy jak Paweł Sakowicz czy Ramona Nagabczyńska.

Z powodu nowych ostrzeżeń związanych z epidemią, organizatorzy zdecydowali się przenieść całą imprezę do sieci. Stąd też zmiany w programie, które warto śledzić na bieżąco, zaglądając na stronę internetową Centrum Kultury oraz na kanały społecznościowe festiwalu.

Na chwilę obecną pewnie są przede wszystkim występy na żywo artystów polskich. Widzowie będą mogli zobaczyć takie spektakle jak „Drama” Pawła Sakowicza, „Body Bank” Liwii Bargiel, „102,5” Magdaleny Kowali i Joanny Woźnej, „See Me” Elizy Kindziuk, „Rambert. Tryptyk” Sopotkiego Teatru Tańca, „45” Polskiego Teatru Tańca, czy „Bromance” w wykonaniu Dominika Więcka i Michała Przybyły. Wszystkie wydarzenia będą dostępne za darmo w formie streamingu online.

Międzynarodowe Spotkania Teatrów Tańca to prestiżowy lubelski festiwal zainaugurowany w 1997 roku. To jeden z najstarszych i największych festiwali tańca współczesnego w Polsce i Europie Wschodniej, zorientowany na prezentację najciekawszych teatrów tańca z kraju i ze świata.

- Tegoroczna edycja festiwalu przypadła na bardzo trudny czas, który niestety wpłynął znacząco na kształt programu. Artyści tańca nie poddają się jednak i pragną zaprosić miłośników tańca do udziału w tak oczekiwanym co roku w listopadzie lubelskim wydarzeniu - zachęcają organizatorzy.

DAD

Fonie Lublina

MUZYKA Stowarzyszenie Polskich Artystów Muzyków Oddział Lubelski zaprasza na koncert z cyklu Fonie Lublina. W sobotę, 7 listopada o 19 - wyjątkowo w Bazylice oo. Dominikanów w Lublinie - koncert „Muzyka religijna ostatniego ćwierćwiecza”.

Koncert rozpocznie Chór chłopięcy WOK w Lublinie „Słowiki Lubelskie” pod dy-

rekcją Ireny Sołtan-Wąsik. Zaprezentuje on zebranych kompozycje lubelskiego twórcy młodego pokolenia, Michała Malca. Usłyszymy także kompozycje Marcina Kopczyńskiego, Józefa Świdra, Andrzeja Nikodemiowicza, Pawła Łukaszewskiego i Juliusza Łuciuka.

Koncert wykonają artyści związani z Oddziałem

Lubelskim Stowarzyszenia Polskich Artystów Muzyków: Anna Barska (sopran), Jacek Szponarski (tenor) i Elżbieta Charlińska (organy).

Z uwagi na sytuację, koncert zostanie zorganizowany bez udziału publiczności. Wydarzenie będzie transmitowane na żywo online na stronie internetowej www.fonielublina.pl.

DAD

Ah! Perfido

MUZYKA Mniej znane kompozycje Ludwiga van Beethovena, Scena i Aria „Ah! Perfido” oraz muzykę do dramatu „Egmont” Goethego, będzie można usłyszeć podczas najbliższego koncertu symfonicznego w Filharmonii Lubelskiej (ul. Curie-Skłodowskiej 5). Kiedy? W piątek, 6 listopada o godz. 19.

Rok 2020 jest rokiem Ludwiga van Beethovena (250. rocznica urodzin kompozy-

tora). Z tej okazji Filharmonia Lubelska przypomina kompozycje legendarnego artysty. W najbliższym koncercie symfonicznym słuchacze będą mogli odkryć m.in. arię „Ah! Perfido” - jedyną w dorobku Beethovena skomponowaną z myślą o wykonaniu koncertowym. To także okazja do wysłuchania nieco zapomnianej już muzyki do tragedii Goethego „Egmont”.

Koncert wykona Orkiestra Symfoniczna pod batutą dyrektora instytucji, Wojciecha Rodka. Na scenie wystąpi również sopranistka Małgorzata Grzegorzewicz-Rodek (na zdjęciu). Narratorem tragedii Goethego będzie aktor Jacek Król.

Bilety na koncert kosztują 25 zł, a dostępne są za pośrednictwem strony internetowej Filharmonii.

DAD

Patryk Sztabiński i Abed Chamoun

MUZYKA W piątek, 6 listopada o 19 Radio Lublin zaprasza na koncert Patryka Sztabińskiego i Abeda Chamouna. Wydarzenie bez udziału publiczności odbędzie się online i na antenie rozgłośni. Patryk Sztabiński to wirtuoz, zaliczany do grona wybitnych akordeonistów. Jest laureatem kilkudziesięciu prestiżowych

nagród. Współpracował m.in. z Justyną Steczkowską i Dawidem Kwiatkowskim. Abed Chamoun to syryjski artysta, który doskonale odnajduje się w stylach: jazzowym, etnicznym, arabskim, perskim, tureckim i latynoskim oraz w folklorze polskim. Po osiedleniu się w Warszawie koncertuje w zespole Naxos Milo Kurtisa.

- Patryk Sztabiński i Abed

Chamoun zabiorą nas w muzyczną podróż dookoła świata. Usłyszymy m.in. utwory arabskie, argentyńskie czy węgierskie - zachęcają organizatorzy koncertu. Transmisja na antenie Radia Lublin. Streaming na www.radio.lublin.pl; profilu Radia Lublin na Facebooku i radiowym kanale YouTube.

DAD

Skarby Ku

To już druga edycja plebiscytu. Ze 112 propozycji Skarbów, zgłoszonych w każdej kategorii



„Podwórko” na Staszica

Miejsce, gdzie architektura spotyka się z przyrodą. Stare drzewa w starych murach są „zaopiekowane”, ich korony tworzą naturalne sklepienie. Domową atmosferę nadają z kolei ozdobne lampy. Harmonia kontrastów: stare-nowe, architektura-natura, wnętrze-dwór. Właściciel nieruchomości zamierza drzewa wyciąć, w 2018 dostał na to zgodę Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków.

FOT. MARCIN SKRZYPEK



Balkon w podwórku Zamojskiej 21

Kwietna ozdoba podwórka kompletnie pozbawionego zieleni. Kwiaty dosłownie wylewają się na zewnątrz. W otoczeniu betonu balkon przyciąga ferią barw. Jest widoczny z ulicy i zachęca do wejścia do bramy. To balkon Akademii Kreatywności - sąsiedzkiego klubu.

FOT. PAULINA ZARĘBSKA-DENYSIUK



Pałacyki na Krochmalnej

Dwie kamienice, dwie indywidualności. Powstały dla pracowników cukrowni. Po zlikwidowaniu zakładu i zbudowaniu ul. Lubelskiego Lipca stoją nieco osamotnione, ale jeszcze bardziej widoczne. Podobno turyści widząc je z pociągu przychodzą, by obejrzeć z bliska. Widok pełniący rolę lubelskiego „witacza” i kształtujący tożsamość ulicy.

FOT. MARCIN SKRZYPEK



Kolorowe podwórko na Kunickiego

Działanie prawdziwie rewitalizujące. Wzmacnianie relacji społecznych przy okazji poprawy przestrzeni z zachowaniem swojskiego wyglądu miejsca. Prosty pomysł, a zmiana wielka i na długo. Miejsce powstało w ramach Budżetu Obywatelskiego. Mieszkańcy razem z animatorami odnowili stare komórki i powstało miejsce sąsiedzkich spotkań.

FOT. BOGUSŁAW BYRSKI

ultura Przestrzeni 2020

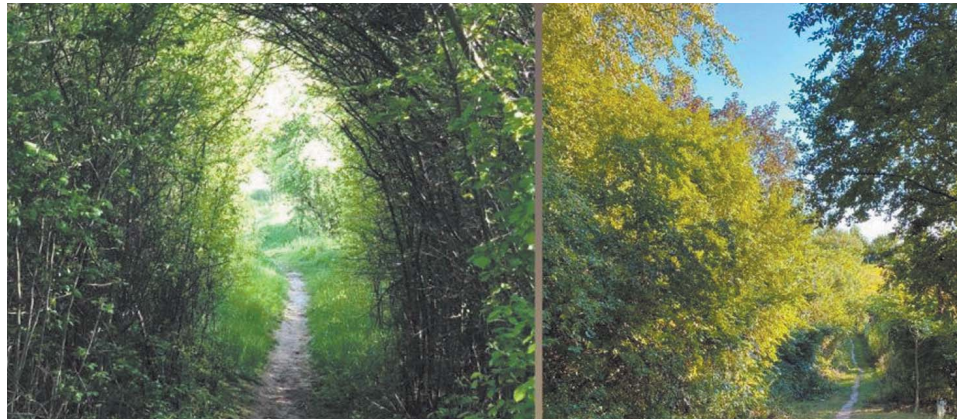
onych przez mieszkańców Lublina, do dalszego etapu 16-osobowa komisja wybrała kilkanaście. Głosy na poszczególne propozycje i można oddawać m.in. na naszej stronie – dziennikwschodni.pl - do 13 listopada



Wąwóz lessowy na os. Górki

Szczypta dzikości i natury w środku miasta. Jedno z sieci tzw. uroczysk zinwentaryzowanych przez naukowców z Architektury Krajobrazu KUL. Ostoja bioróżnorodności i relikty dawnego ukształtowania i przyrody miasta i okolic. Natura, w której człowiek wydeptał sobie ścieżki, ale tak, by zaledwie nie przeszkadzać. Wymaga mądrej ochrony.

FOT. MARCIN SKRZYPEK



Ścieżki na Górkach Czechowskich

Sieć naturalnych ścieżek, często w zielonych korytarzach i tunelach z widokowymi wyjściami. Malowniczo meandrują prowadząc do muraw kserotermicznych, czyżni (wielogatunkowe zarośla niskich krzewów), wąwozów lessowych, łąk i lasków. Znakomite miejsce na uprawianie sportu, fotografię, naukę geografii, biologii i historii. Naturalny „projekt”, do którego nie trzeba nic dodawać.

FOT. BARBARA SICZEK



Galeria Saska

Ożywia długi fragment Alei Racławickich. Pasuje do studenckiego sąsiedztwa KUL i spacerowego charakteru Ogrodu Saskiego. Daje bezpośredni (choć mimowolny) kontakt ze sztuką przechodniom i pasażerom aut i autobusów, którzy być może nigdy nie byli w żadnej prawdziwej galerii. Nienachalnie lecz permanentnie wywiera wpływ na człowieka – absorbuje, intryguje, irytuje, oburza, zniesmacza, zachęca, zatrzymuje w biegu.

FOT. MARCIN SKRZYPEK



Ogródek uliczny na Leszczyńskiego

Wyraz troski mieszkańców o jakość przestrzeni publicznej. Dość rzadki przypadek dbałości o dobro wspólne. Przykład, że może być ładnie w szarej miejskiej rzeczywistości, poza głównymi szlakami. Mijając go, ciepło myślimy o ludziach, którzy poświęcają czas i energię, by upiększyć swój kawałek ulicy.

FOT. KRZYSZTOF KOWALIK



Widok z Bronowic na Stare Miasto

Punkt widokowy między Bystrzycą a ulicami Bronowicką i Firlejowską. Jedyna historyczna panorama Lublina ukazująca go tak, jak był widoczny z wielu kierunków przed rozbudową – położone na wzgórzach skupisko budynków, dachów i wież. Ogromny potencjał rekreacyjny. Można leżeć nad rzeką miasta i podziwiać jego historyczny widok. Przypomina o tym, by budując nowe nie zasłaniać starego.

FOT. DAWID SOSZYŃSKI



Widok pod słońce z Bramy Grodzkiej

Artystyczny efekt przypisany do miejsca. Duże kontrasty, głęboki cień i oślepiające światło. Sylwetki przechodniów w świetlistych konturach, obrysy bramy, faktura bruku. Ten widok można znaleźć u wielu lubelskich fotografów. Trzeba mieć trochę szczęścia, żeby na niego natrafić. Wspaniale jest go fotografować, jeszcze lepiej przeżyć samemu. Połączenie historii z dziś.

FOT. MARCIN SKRZYPEK



Akcja „Posprzątajmy Lublin”

Poza samym sprzątnięciem, budowanie wspólnoty osób, która nie godzi się na zaśmiecanie przestrzeni wspólnych. Determinacja i wkład w budowanie społeczeństwa obywatelskiego, które interweniuje tam, gdzie system nie jest wydolny. Znaczenie ekologiczne, edukacyjne, integracyjne i budujące także dla osób, które w akcji nie uczestniczą. Dzieci uczą się od dorosłych, być może też śmiejąc się od sprzątających.

FOT. TOMASZ FUTYMA



Zabawy „Dzikich Dzieci”

Aktywność, w której ważne jest to, co dzieje się z dziećmi, gdy mogą bawić się swobodnie w zaaranżowanym otoczeniu Rezerwatu Dzikich Dzieci. Tak uczą się samodzielności, kreatywności, pewności siebie i współpracy. Oswajają przestrzeń publiczną, dzięki czemu jako dorośli będą umieć dostrzegać i oceniać swoje otoczenie. Nominacja „za target, czyli młode pokolenie” i „za to, że mogą spróbować pokazać swoim dzieciom jak wyglądało moje dzieciństwo”.

FOT. BARTŁOMIEJ NOWAKOWSKI /OPRAC. AM

Ssak drapieżny; łasza	Wino w piwnicy Madziara	But sportowy	Pięć tuzinów czegoś	Koronkowe nakrycie na łóżko	Uosobienie USA	Silnik w trabancie	Inaczej dychawica	Brat Romulusa	„... mała”, hit Lady Pank	Kilogram w skrócie	Kraj „azjatycki tygrys”	Dawny władca mongolski	Wysuszony miąższ kokosów	Leży nad nim Saragossa	Wranglery kupione w butik	Rzecz niepoważna, głupstwo	Wieszcz, poeta
Wyspa gr. na Morzu Jońskim				Łobuziak, aniołek z różkami			Szklivo (na ceramice)		B. wokalista Marillion			Nabrzeże pełne polewów				Sprężyste cukierki	
Miejsce, gdzie się poi było					„Operacja ...”, film	Kamień ozdobny	„Zysk” z krowy					Karczma, zajazd					
Zespół ludzi (np. naukowców)				Poczucie piękna, elegancji	Stanowisko na uczelni				Było stolicą RFN			Pracownik obsługujący prasę; tłoczarz					
R w skrótownicy RPP				Komunikator internetowy					Mundur polowy żołnierza	Najdłuższa rzeka Kanady	Grubianin	Koeman, b. piłkarz holenderski					
				Szeroka u kultury	Zawiera na przy zakupie auta												
Z dużym cybuchem	Poznański kartofel	Pochyła powierzchnia															
Przyjęcie załobników	Utrzymuje stałą prędkość pojazdu	Dziewczyna do wzięcia															
Muza poezji miłosnej (mit. gr.)																	
Metropolia Nikaragui																	
Wśród owoców morza																	
... Lisa (na obrazie w Luvrze)																	
Rasowy koń																	
Zastawka w budowl na rzece	Rzeka w Polsce i w Rosji																
Ślad po zagojonej ranie	Spec, co postawi piec	Złota ... (jabłko)															
Robert, aktor („Zawodowcy”) Gospodarcza, np. Benelux																	
Komórka z wypustkami	Film z S. Bullock																
... z kryształów lodu, to szron																	
Bociany – klekot, żaby – ?																	
Autor bajki „Lew i mysz”																	
Karta w talii (np. pikowa)																	
Kraj faraonów																	
Polityczny sprzeciw																	
Obozowisko pełne śledzi																	
Zapadnia w teatrze																	

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 43 utworzą rozwiązanie - aforyzm Lecha Konopińskiego.

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

Trudniejsze wyrazy: DORPAT, PRASER, TRAP

Jak zamieścić reklamę w Dzienniku Wschodnim?

Lublin, Krakowskie Przedmieście 54
tel. 81 46 26 820
fax. 81 46 26 801

Skontaktuj się z naszym przedstawicielem

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

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

Sylwia Karłowicz
sylwia.karlowicz@dziennikwschodni.pl
kom. 697 770 404

Biuro Ogłoszeń
eliza.jakuszevska@dziennikwschodni.pl
tel. 81 46 26 820
kom. 691 770 393

Wyślij e-mail

reklama@dziennikwschodni.pl

BIZNES

OKAZJA! Vision Consulting sp. z o.o. w likwidacji sprzedaje elementy wyposażenia biurowego m.in. szafy i regały, biurka, fotele, laptopy, samochód osobowy skoda octavia kombi 1,6 benzyna z 2012r. W/w sprzęty można oglądać w Lublinie, ul. Skromna 5 w godz 9-15. Tel. 506-370-546

HANDEL

RZEŻNIA kupi bydło pourazowe do uboju z konieczności. Tel. 511 075 866 ; 662 396 670.

MOTORYZACJA

masz firmę?



Dziennik Wschodni + portal
www.dziennikwschodni.pl

Tylko 100 zł*
netto za miesiąc

* o szczegóły pytaj
w Biurze Ogłoszeń
Dziennika Wschodniego,
tel. 81 46-26-800
reklama@dziennikwschodni.pl

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

KUPNO

SKUPUJEMY motocykle, antyki, starocie, pamiątki z PRL
698693846.

USŁUGI

DOCIEPLANIE BUDYNKÓW
SZYBKO TANIO SOLIDNIE 502
053 214

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

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

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.

TARCZA 4.00. Szybka pomoc dla firm i osób fizycznych: - restrukturyzacja przedsiębiorstw, - upadłość konsumencka. Masz kłopoty - zadzwoń. HPP Consulting Sp. z o.o. Tel. 691 300 688.

USŁUGI BUDOWLANE

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

ZDROWIE

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

APARATY SŁUCHOWE

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



zamów swoje ogłoszenie drobne

tel. 81 46 26 820



**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

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE
www.puk.lublin.pl
Całodobowo 81 744 50 31, 503 02 68 83
Budowa i sprzedaż grobów na Majdanku
Prosektorium i sala pożegnań • Oprawa muzyczna ceremonii • Kwiaty • Kremacje
Trumny, Urny • Ekshumacje, pogłębianie grobów • Namiot pogrzebowy

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



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

Nastaw się na rosół

Pożywne, jesienne zupy. Poza rosółem w odwodzie mamy kilka fantastycznych zup. Na przykład cytrynową. Oto przepisy z regionalnym rodowodem

Waldemar Sulisz

Jesienią nasz system odpornościowy słabnie. – Musi walczyć z większą ilością wirusów i dobrze byłoby go wzmocnić. Za prawidłową pracę naszego systemu odpornościowego w pierwszym rzędzie odpowiadają bakterie znajdujące się w przewodzie pokarmowym. Musimy zwracać uwagę na to, co jemy, ponieważ jedzeniem możemy wzmocnić system immunologiczny lub go osłabić. Na przykład wysoce przetworzonym jedzeniem – tłumaczy prof. Agnieszka Ludwiczuk, prodziekan Wydziału Farmaceutycznego Uniwersytetu Medycznego w Lublinie.

Przed wojną rosół nazywany był żydowska penicylina, a lekarze ordynowali go chorym pacjentom. Matki przekazywały przepis swoim córkom. Jak ugotować porządny rosół? – Trochę kaczkę, trochę kury, pręga wołowa, szponder, seler bulwiasty, korzeń pietruszki, por, marchew, nie za dużo opalona cebula, ząbek czosnku, 4 goździki, ziele angielskie, pieprz ziarnisty, kilka liści laurowych, na końcu sól. Mięso wrzucamy do zimnej wody, gotujemy, szumujemy, wrzucamy warzywa, przyprawy i czekamy. Można dodać trochę imbiru to nas bardziej rozgrzeje. Uwielbiam zapach rosółu w domu, bo przypomina mi zawsze cudne beztroskie czasy i niedzielne obiady z najbliższymi, których już nie ma – mówi Elżbieta Cwalina z restauracji Hades Szeroka. A inne zupy?

Bocznikowa

SKŁADNIKI: 30 dag boczniaków, 3 cebule, 1, 5 litra bulionu z kostki warzywnej, 2 ziemniaki, kawałek selera, 1 pietruszka, 1 szklanka śmietany, 1 łyżka mąki, masło, sól i pieprz.

WYKONANIE: do wrzątku wrzucić seler, pietruszkę, cebulę i ziemniaki. Boczniaki pokroić na kawałki, podsmażyć na maśle, dodać do warzyw, ugotować do miękkości. Dodać śmietanę, doprawić solą z pieprzem. Można posypać siekaną pietruszką.

CEBULOWA Z GORAJA

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

WYKONANIE: nastawić kości wieprzowe z ziołami i gotować wywar przez 3-4 godziny. Przecedzić przez gęste sito i odstawić na pół godziny, żeby przyprawy opadły



ostrego, żółtego sera, olej, sól, pieprz.

WYKONANIE: bekon pokroić w kostkę, przesmażyć na łyżce oleju. Wrzucić do bulionu warzywnego. Zagotować. Dodać drobno posiekane listki pokrzywy. Po 10 minutach wlać śmietanę, doprawić solą z pieprzem. Na talerzu posypać startym, żółtym serem.

Ułańska z Kraśnika

SKŁADNIKI: 1.5 l rosółu wołowego, 5 dag suszonych grzybów, 2 jaja ugotowane na twardo, 15 dag chleba razowego, 2 dag rodzynek, 8 dag cebuli, 2 łyżki masła, kieliszek czerwonego wina, natka pietruszki, sól i gałka muszkatołowa do smaku.

WYKONANIE: grzyby umyć, namoczyć i ugotować. Cebulę podsmażyć na maśle, dodać pokrajany w kostkę chleb, lekko zrumienić, zalać rosółem, dodać grzyby i opłukane rodzyunki, chwilę gotować. Dodać pokrojone w kostkę jajka na twardo, posiekaną natkę pietruszki, doprawić do smaku winem, solą i pieprzem.

Zupa krem z kurczaka

SKŁADNIKI: 2 szklanki drobno usiekanych zielonych listków lubczyku, 4 szklanki bulionu z kurczaka, 2 cebule, łyżka masła, sól, pieprz, pół szklanki śmietany, 2 surowe żółtka, łyżeczka soku z cytryny, 2 łyżki drobniotko usiekane szczypiorku, grzanki z bułki.

WYKONANIE: drobniotko usiekane cebule zeszklić na maśle, dodać usiekane listki, chwilę smażyć, wlać gorący bulion gotować ok. 10 minut, zmiksować, przetrzeć przez sito. Doprowadzić do wrzenia. Śmietanę dokładnie rozkłócić z żółtkami, sokiem z cytryny, solą i pieprzem, wlać do zupy i mieszać podgrzewać (nie gotować!). Podawać z grzankami z bułki, przed podaniem posypać szczypiorkiem.

ZUPA PIWNA Z XIX WIEKU

„Wstawić kwartę zwyczajnego dobrego piwa, wsypać dobrą garść chleba starego, utartego na tarce, trochę cynamonu, 2 goździki, rodzynek, włożyć kawałek świeżego masła, wcisnąć cytryny, zagotować razem i wylać w wazę. Inny sposób: zagotowawszy trzy kwarty piwa, rozbić kwartę kwaśnej śmietany z 4 jajkami, garstką mąki, kawałeczkiem masła, zabielić nią piwo, nakrajać w kostki chleba i sera, wsypać do wazy, nalać zagotowanym piwem i wydać”

Na stronie www.facebook.com/kuchniastaropolska prowadzonej przez prof. Jarosława Dumanowskiego znajdziecie kopalnię wiedzy o dawnej, tradycyjnej kuchni.

na dno. Odcedzić jeszcze raz. Cebulę podsmażyć na oleju rzepakowym. Kiedy nabierze ładnego koloru, wlać kieliszek śliwowicy, podpalić. Kiedy ogień zgaśnie, przełożyć do garnka i zalać bulionem. Można zmiksować. Podawać z cebularzem.

Cytrynowa

SKŁADNIKI: litr wody, 1 cebula, 3 lodygi selera naciowego, 1 marchewka, sok i skórka z 1 cytryny, 3 żółtka, 2 łyżki oliwy, sól, biały pieprz, pół łyżeczki mielonej kolendry, pieprzu i anyżku.

WYKONANIE: na oliwie zeszklić drobno pokrojoną cebulę, seler i marchew. Dodać kolendrę, pieprz i anyżek. Po 5 minutach wlać wodę. Całość doprowadzić do wrzenia, a później gotować 30 minut pod przykryciem. Przecedzić przez sito i wlać sok z cytryny. Ubić żółtka z sokiem i skórką z cytryny, rozcieńczyć dwiema łyżkami wywaru. Stopniowo wlewać do zupy i podgrzewać, stale mieszając, aż zupa zgęstnieje. Podawać z ryżem ugotowanym na sypko.

Chrzanowa z Roztocza

SKŁADNIKI: litr maślanek, 5 łyżek świeżo startego chrzanu, 15 dag wędzonego żeberka, 20 dag wiejskiej, 3 jajka na twardo, śmietana, łyżka mąki, 3 ząbki czosnku, sól, pieprz.

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

Czosnkowa

SKŁADNIKI: 2 główki czosnku, 1 żółtko, litr bulionu, 1 łyżka mąki, 1 łyżka oleju z pestek dyni.

WYKONANIE: z oleju i mąki sporządzić białą zasmażkę, rozprowadzić bulionem, zagotować i dodać roztarty czosnek. Podgotować, doprawić żółtkiem i pieprzem. Można dodać śmietany. Można podawać z grzankami oraz odrobiną startego parmezanu. Kto nie lubi zapachu czosnku, powinien podać do zupy po 2 kromki ciemnego chleba posmarowanego masłem i obficie posypanego posiekaną natką pietruszki.

Gryczanka gościeradowska

SKŁADNIKI: kasza gryczana, marchew, pietruszka, cebula, ziele angielskie, listek laurowy, suszone grzyby, sól, pieprz, woda według uznania.

WYKONANIE: na 4 szklanki wody wsypać 4 łyżki kaszy gryczanej. Dodać warzywa pokrojone w kostkę. Oraz przyprawy oraz grzyby.

Dodać podsmażoną cebulę. Gotować do rozklejenia kaszy. Doprawić do smaku. Podawać z naleśnikami zwinionymi w rulon i pokrojonymi w cienkie paski.

Kapuśniak konopnicki

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

WYKONANIE: namoczone na noc grzyby zalać szklanką przegotowanej wody, ugotować. Obrane warzywa zalać wodą, dodać żeberka, przyprawy, ugotować. Miękkie warzywa wyjąć z wywaru. Posiekaną kapustę włożyć do rondla, zalać przecedzonym wywarem. Gotować 40 minut. Dodać pokrojone w paski grzyby, wywar z grzybów, mięso z żeberka. Pogotować, dodać pokrojone warzywa, koncentrat, sól i cukier na smak.

Zaprawić zasmażką z masła i mąki. Najlepiej smakuje z kartoflami ze skwarkami podanymi na oddzielnym talerzu.

Paprykowa

SKŁADNIKI: 1 pomidor, 1 papryka, 30 dag ziemniaków, 2 łyżeczki oleju, 20 dag zacierki, pół małej cebuli, pół łyżeczki mielonej papryki, natka pietruszki.

WYKONANIE: obrane ze skórki pomidory, ziemniaki i paprykę pokroić w kostkę. Na oleju obsmażyć zacierki, aż się przyrumienią. W drugim naczyniu zeszklić na ogniu cebulę, odstawić ją z ognia, dodać mieloną paprykę i litr wody, po chwili pokrojone pomidory i paprykę, gotować przez kilka minut. Następnie dolożyć ziemniaki i zacierki z patelni.

Pokrzywowa nałęczowska

SKŁADNIKI: 50 dag młodych listków z pokrzywy, 1,5 litra bulionu warzywnego, 10 dag bekonu, 1 mały kubek kwaśnej śmietany, 10 dag



FOT. PIXABAY.COM