

nr 1 marzec 2015

egzemplarz bezpłatny

PRZEZ

# PRYZMAT

miesięcznik społeczno-kulturalny

Wiedźma

Bez świateł

Kolory emocji

Gwiazda

Silne amazonki

Dobrze powiedziane



**P**onad dwa lata temu przyjechałem do Białej Podlaskiej. Od dobrych znajomych usłyszałem, że ludzie w tym mieście mają otwarte serca i umysły. Sprawdziłem to. I zaproponowałem utworzenie tu miesięcznika społeczno-kulturalnego. Przegadałem pomysły z ówczesnymi władzami. Z mieszkańcami Białej Podlaskiej stworzyliśmy zespół. Po kilku wydaniach zaczęli dołączać do niego nowi ludzie. Pisali do nas, że chcą w tym projekcie brać udział, że pismo jest potrzebne, że na nie czekają. Zespół się rozrastał, przybywało pasjonatów. „Pryzmat” został zauważony w Polsce – jury ogólnopolskiego konkursu przyznało nam tytuł najlepszej gazety samorządowej w kraju.

Jesienią ubiegłego roku zmieniły się priorytety, ale nie nasze. Zostali ludzie – nasz zespół i nasi czytelnicy. Powstało stowarzyszenie, które za jeden z głównych celów obrało kontynuację wydawania miesięcznika. Trafia dziś właśnie do Was, drodzy białczanie, pismo „Przez Pryzmat”. To ci sami ludzie je tworzą. Ludzie z pasją, ludzie, którzy chcą dla miasta zrobić coś dobrego i wartościowego. Idealiści, którzy się nie poddają, społecznicy z misją. Docenicie ich. Wspierajcie, nie tylko dobrym słowem, ale środkami na druk gazety, bo tylko dzięki sponsorom miesięcznik będzie się ukazywać. I czekajcie co miesiąc na nowy numer. Bo warto.

Moja przygoda z pismem się kończy. Rozpoczynam nowy projekt w Lublinie. Za ekipę „Przez Pryzmat” będę trzymał kciuki, będę doradzał, będę wspierał. Przez dwa lata współpracy udało nam się stworzyć grupę nietuzinkowych dziennikarzy. Dziękuję Wam za wszystko. Patrząc na Was, wiem, że dacie radę i będziecie kontynuować misję, którą zapoczątkowaliśmy.

A teraz prywatnie. Dziękując wszystkim, chcę wyróżnić te osoby, które były ze mną od samego początku.

Katarzyna – na pierwszym spotkaniu nie wierzyła, że pismo z takimi założeniami może w nich trwać dłużej niż to spotkanie. Szybko stała się jednak jednym z filarów tej idei. Jej opieprzanizm często stawiał mnie na baczność. Ostre pióro, spostrzegawczość i upierdliwość to Twoje cechy szczególne. Bezcenne. Szlifuj talent, bo dobrych dziennikarzy nigdy nie za dużo. Renata – pierwsza uwierzyła w „Pryzmat” i dzieliła się z nami swoimi talentami. Znosiła nasze fanaberie, prostowała drogi i otwierała drzwi. Bez jej miłości do miasta i mieszkańców „Pryzmat” nigdy by nie powstał. Prezydent – to jego wizja i wiara w Wasze miasto dały „Pryzmatowi” zielone światło.

Chciałbym tu też podziękować każdemu z naszego zespołu, bo to ich talenty, ciekawość i praca nakreśliły ostateczny kształt „Pryzmatu”. Jestem dumny, że chcieliście ze mną współpracować. Życzę nowemu magazynowi takiego zaangażowania i poświęcenia, bo bez Was nie byłoby „Pryzmatu”. I to Was potrzebuje Biała Podlaska i jej mieszkańcy. <

Andrzej Koziara

## FELIETON

Coś innego, czyli to samo  
- Gabriela Kuc-Stefaniuk 4

Bo spodnie trzeba umieć nosić  
- Katarzyna Fronc 5

## LUDZIE

Wiedźma 6

## ROZMOWA

Kolory emocji - wywiad  
z Lillą Wielgan-Michałuk 8

## SZTUKA

Bez świateł 10

## SPOŁECZEŃSTWO

Silne amazonki 12

## OD KUCHNI

Smaczna fabryka  
- Małgorzata Tymoszek 14

## PSYCHOLOG

O dojrzewaniu do miłości  
- Karolina Laszuk 15

## WYRYSOWANE

Spyw kajakowy - Piotr Drejer 16

## FELIETON

Tylko bez wymówek  
- Edyta Tyszkiewicz 17

## HISTORIA

Gwiazda Lidia Próchnicka 18

## INTEGRACJA

Dobrze powiedziane 20

## DZIEJE SIĘ 22

## DZIAŁO SIĘ 23

PRZEZ PRYZMAT



## Konkurs na dobry początek

Jakim kultowym filmem inspirowane jest zdjęcie z okładki?

Odpowiedzi umieszczajcie  
na naszym profilu facebookowym.

Nagroda? Niespodzianka :)

Rozstrzygnięcie na naszym fanpage'u.



Redaktor naczelny: **Andrzej Koziara**

tel. red. 535 962 562, 668 151 967.

[www.facebook.com/przez.pryzmat.2015](http://www.facebook.com/przez.pryzmat.2015), e-mail: [przez-pryzmat@o2.pl](mailto:przez-pryzmat@o2.pl)

Redakcja: Renata Szwed, Katarzyna Fronc, Edyta Tyszkiewicz, Małgorzata Tymoszek, Karolina Laszuk, Joanna Olecka, Małgorzata Brodowska, Gabriela Kuc-Stefaniuk.

Fot.: Natalia Wołosowicz, Grzegorz Doroszek.

Druk: Top-Druk, 18-402 Łomża, ul. Nowogrodzka 151A

Wydawca: OPENPRESS s.c. M. Krekora, W. Szawarniak [www.openpress.pl](http://www.openpress.pl)

Treści zawarte w czasopiśmie „Przez Pryzmat” chronione są prawem autorskim. Wszelkie przedruki całości lub fragmentów artykułów możliwe są wyłącznie za zgodą wydawcy. Odpowiedzialność za treści reklam ponosi wyłącznie reklamodawca. Redakcja zastrzega sobie prawo do dokonywania skrótów tekstów, nadawania śródtytułów i zmiany tytułów. Nie odsyłamy i nie przechowujemy materiałów niezamówionych. Wydawnictwo ma prawo odmówić zamieszczenia ogłoszenia i reklamy, jeśli ich treść lub forma są sprzeczne z linią programową bądź charakterem pisma (art. 36 pkt. 4 prawa prasowego).

Nakład: 3000 egz.

# Nowe stowarzyszenie w naszej Białej

Założyciele stowarzyszeń opierają się często na wzniosłych i patetycznych hasłach. W końcu stowarzyszenie to nie przelewki – żeby powstało, trzeba załatwić trochę formalności, musi być urzędowo i zgodnie z prawem. Podobno to czasem odstrasza aktywistów... Nie taki jednak diabeł straszny. Intencję założycieli stowarzyszenia Bialski Pryzmat (czyli nas – towarzystwa z „Przez Pryzmat”) streszcza jakże wzniosła i głęboka myśl: „Człowiek musi, bo się udusi.” Stowarzyszenie powstało, bo czujemy, że możemy razem robić fajne rzeczy, bo mamy jakąś spójną wizję tego, co chcielibyśmy robić w Białej. Jedna z naszych koleżanek, zapytana przez media, odpowiedziała, że udało nam się stworzyć zgrany zespół i chcemy grać dalej.

Jak wszyscy wiedzą, miesięcznik „Pryzmat” to dziecko bialskiego Urzędu Miasta i przez niego był wydawany. W styczniu zapadła decyzja o tym, że UM z „Pryzmatu” rezygnuje i chcielibyśmy uciąć wszelkie spekulacje związane z tym, że się przez to nie lubimy lub mamy żal. Nie było afery, skandalu ani nieprzyjemności, my jesteśmy grupą humanistów, do polityki i finansów się nie wtrącamy i nie komentujemy ich. Cechą humanistów jest jednak także głębokie przywiązanie do raz obranego celu i wiara, że małe rzeczy budują większe. Dlatego postanowiliśmy rozwinąć skrzydła. Już nie w ramach współpracy z magistratem, lecz samodzielnie chcemy coś zrobić dla bialskiej kultury, może też edukacji, dla budowania obywatelskiego społeczeń-

stwa i umacniania więzi. Naprawdę lubimy to miasto, a do tego mamy trochę pomysłów, które chcielibyśmy tu realizować. Nikomu to nie zaszkodzi, a – taką mamy nadzieję – może pomoże. Chcemy, dzięki pomocy sponsorów i prowadząc działalność reklamową, wydawać pismo „Przez Pryzmat”, lecz nie koncentrować się już tylko na nim, ale też na innych obszarach działalności obywatelskiej.

Jak mówi przyjęty statut, nasza działalność w znacznej mierze będzie się opierać na pracy społecznej członków. Podobno słowo „społecznik” w młodzieżowym slangu ma już pejoratywne znaczenie i nazwanie kogoś „społecznikiem” jest odbierane jako inwektywa. Jeśli tak jest – chcielibyśmy przywrócić właściwie rozumienie tego określenia. Jeśli komuś się to kojarzy z pozytywnymi hasłami, to dobry trop, bo bardzo chcemy być użyteczni.

Przyjęliśmy w statucie następujące cele: inspirowanie i wspieranie wszelkich działań propagujących kulturę, ekologię, zdrowy styl życia i edukację w naszym mieście; popularyzowanie wiedzy o historii i kulturze Białej Podlaskiej; integrację pokoleniową; promowanie bialskiej przedsiębiorczości i talentów; promowanie Białej jako miasta otwartego, rozwijającego się i idącego śmiało do przodu – czasem wbrew przeciwnościom.

Oto statut w wielkim skrócie. Styczeń upłynął nam pod znakiem małej reorganizacji, spotkań i burzy mózgów. Mamy nadzieję, że uda się nam zrobić dla białczan coś pożytecznego. Trzymajcie za nas kciuki! ◀

Osoby i firmy pragnące dołączyć do grona naszych mecenasów i sponsorów lub chcących zamieścić reklamę na łamach „Przez Pryzmat”, prosimy o kontakt mailowy - [przez-pryzmat@o2.pl](mailto:przez-pryzmat@o2.pl) lub pod nr tel. 535 962 562, 668 151 967



# Coś innego, czyli to samo

Gabriela Kuc-Stefaniuk



**S**pecyfikę krajów, regionów, miast, miasteczek czy wsi tworzą ich mieszkańcy. Tradycje i zwyczaje same nie powstają, pochodzą od ludzi i przez nich są (lub nie) kontynuowane. Najczęściej jest tak, że oni, zapytani o charakterystyczne cechy swojego środowiska, rzadko wskazują te, które dostrzegają osoby z zewnątrz.

Taki jest przywilej (prawo?) patrzenia z dystansem. Co ciekawe, ludzie przebywający dłużej poza swoim miejscem urodzenia zaczynają po pewnym czasie zauważać dokładnie to samo, co może w opiniach tych „z zewnątrz” wcześniej budziło ich opór, a czasem nawet złość. Do żelaznego zestawu pytań zadawanych przybyszom przez Nowozelandczyków należą: „Jak wam się u nas podoba?” oraz „Co o nas myślicie?”. Proste pytania, najprostsze z możliwych, a odpowiedzieć na nie najtrudniej. No bo Nowozelandczyka zdawkowym „ładnie, fajnie, podoba się” raczej nie zwiedziemy. On chce wiedzieć, co myślimy NAPRAWDĘ, na co zwróciliśmy uwagę, co nas zaskoczyło, a jeśli się podoba, to dlaczego. Przez pierwsze pytanie jeszcze da się jakoś przebrnąć, ale zaraz potem czyha na biednego odpytywanego drugie. Z tym już trudniej: co powiedzieć, żeby nie obrazić? Przecież jest oczywiste, że nie wszystko w zachowaniu ludzi z drugiego końca świata rozumiemy. Ale przyznać się, że nie rozumiemy, czy znowu opędzić temat banałami? Tylko jaka to wymiana myśli? Nie ma nic cenniejszego od rozmowy. Każdy psycholog, terapeuta, ksiądz i wróżbiarka to przyzna. Rozmowa opiera się jednak na zadawaniu pytań – bo kiedy czegoś się nie rozumie, trzeba właśnie zapytać. Po to, między innymi, wymyślono magiczny znak „?”. Ale jest jeszcze coś innego ważnego w rozmowie – otwartość na opinie, których nie rozumiemy, ponieważ często jak nie rozumiemy, to się z nimi nie zgadzamy, a stąd już prosta droga do konfliktu. Istotą tego zjawiska może dokładniej zanalizuje kiedyś nasza psycholożka Karolina.

Od żelaznego zestawu pytań białskich trochę ciekawszy jest żelazny zestaw wyrażeń. Pewna socjolożka badająca białskie środowisko (badania polegały na obserwacji w terenie, takim trochę pod słuchiwaniu ludzi w sklepach, na ulicach) zwróciła uwagę, że bardzo często chcemy

„czegoś innego”. Panie w sklepach, wybierając ubrania, tłumaczą ekspedientkom, że szukają „czegoś innego”, w kwaciarniach też „coś innego” króluje niepodzielnie. O „czymś innym” marzymy, ustalając menu na imprezy weselne i wszelkie inne. „Coś innego” chcemy robić podczas urlopów. „Super” – pomyślała socjolożka – „Zagłębie oryginalności. Ludzie dążący do zmian, świadomie, z pasją i codziennie. Raj dla socjologa.” Tylko że po tym huraoptyzmie przyszedł czas na wnioski. Okazało się, że szukające nowości w sklepach z odzieżą panie wychodzą zazwyczaj dokładnie z tym samym, co nosi pół ulicy (i wcale nie dlatego, że „nic nie ma”), na kolejnych weselach musimy obowiązkowo dostać sałatkę z fetą i krem z dyni, jak jest moda na storczyki, to mają je wszyscy, a oryginalne urlopy kończą się grillem w ogrodzie, w Mikołajkach albo w Egipcie. „Ale przecież każdy powinien mieć i robić to, na co ma ochotę” – niepewnie odpowiedziałam socjolożce. „Tak” – przyznała. – „Bezdiskusyjnie. Mnie fascynuje jednak, dlaczego ludziom robiącym to, co wszyscy, wydaje się, że robią właśnie coś innego.” Hm... I co by zrobił Nowozelandczyk? Obraziłby się, czy może zastanowił? Pohamowałam w sobie kielkującą złość na socjolożkę, a raczej na socjologię, statystykę i inne takie, spróbowałam popatrzeć przez chwilę na otaczających mnie ludzi w ten sam sposób. I z radością przyniosłam socjolożce własne wnioski: oryginalnych ludzi w Białej nie brakuje! Tylko oni nie czują się oryginałami, robią to, co im w duszy gra, nie oglądają się na nikogo, są kreatywni i niezależni. Nie muszą podbijać sobie bębenka, ogłaszając wszem i wobec, że „lubią inaczej”! Już w oświeceniu mówił poeta, że dzwon głośny, bo pusty. Od czasu wymiany myśli z socjolożką faktycznie, gdy słyszę, że ktoś za mocno się afiszuje z pragnieniem robienia „czegoś innego”, blisko mi do pewności, że będzie dokładnie „tak samo”. ◀

# Bo spodnie trzeba umieć nosić

Katarzyna Fronc

FELIETON

**O**statnio, robiąc zakupy w jednym z bialskich marketów, między półką z przetworami a chemią domową zawiesiłam się nad stosem książek. Trochę mnie serce bolało, że takie wymiętolone, ale market – nie biblioteka, a marchewka – nie zając. Nie ucieknie. Tym sposobem ze spożywczaka wyszłam z Dominguez'em (nie miałam dotąd na wyłączność), Virginia Woolf (jak wyżej), przewodnikiem po Chinach (bo kiedyś na pewno pojedę) i płytą CD z piosenkami Przybory (w końcu lubię przecież). Marchewka została w sklepie, ale ja wyszłam z przeświadczeniem, że czytelnictwo ma się dzięki mnie coraz lepiej.

Kilka dni później widziałam całkiem sporo ludzi w naszej bialskiej bibliotece. Zapewniam – tak było. Do tego – nie tylko przed monitorami komputerowymi w czytelni, ale też nad książkami. Poza tym – już poważniej – chyba o kondycji czytelnictwa świadczy, także na południowym Podlasiu, ilość drukowanej prasy (w tym nowi my), kolejne spotkania autorskie w bibliotekach, klu-

by literatów i stowarzyszenia dziennikarzy. I dobrze, bo czytanie rozwija. Mnie jednak nachodzi refleksja nad zjawiskiem czytelnictwa wśród mężczyzn. Bo że oni czytają, nie mam wątpliwości. A mam też dowody niezbitę w postaci zeznań świadków i obserwacji własnych.

Najpierw rys charakterologiczny: Tomasz (dajmy na to), lat około czterdziestu. Świątowiec i modniś. Nie powiem, że przystojny (kwestia gustu), ale – niech będzie – dobrze wyglądający (też kwestia gustu). Nienaganie ubrany. Lubi sport. Ba! Czynnie go uprawia! Zimą szusuje na alpejskich stokach, latem żegluje na Mazurach. Kocha dzieci i psy. Dbą o środowisko. Segreguje śmieci. Przyznaje się do systematycznych wizyt u fryzjera i w salonie kosmetycznym. Wklepuje kremy przeciwzmarszczkowe, nawilża usta, dba o dłonie i paznokcie. Ale, ale! Do tego wszystkiego elokwentny i czytany (nie tylko w lokalnej prasie, ale o tym później). Wrażliwy. W bibliotece ma „Cierpienia młodego Wertera” i „Fircyka w zalotach”. Przeczytane. Ma ambicje muzyczne (zazwyczaj, gdy siedzi przy ognisku z gitarą) i literackie – marzy, by wydać tomik poezji. Na razie pisuje do szuflady, a jedyną recenzentką wierszy romantycznych (jak mniemam), lecz głębokich, metafizycznych, z niezliczonymi pokładami sensów, jest pani Tomaszowa. Sam Tomasz brzydzi się ironią i groteską, więc limeryki odrzucił od razu. Zawodowo – że tak powiem – wykonuje pracę u podstaw. To jego misja. Wobec kobiet – szarmancki. Otwiera im drzwi i przytrzymuje parasolkę. No i co? Ideal? Śmiem wątpić i już wyjaśniam, dlaczego. Otóż, drodzy Państwo, Tomasz (choć zapewniam, że to człowiek z krwi i kości) to produkt uboczny męskiej prasy kolorowej. Nie wierzyłam, dopóki w jakiejś poczekalni nie wpadł mi w ręce jeden z numerów „Men's Health”. O czym tam nie było! I o podróży egzotycznych (na które koniecznie zabrać trzeba krem z filtrem oraz bokserki z najnowszej kolekcji Calvina Kleina), i o diecie, która zapewni wigor na długie lata. I o obowiązkowym zestawie ćwiczeń, który wyeksponuje seksowny sześcioopak (jak piszą znawcy tego tematu – każdy mężczyzna takowy posiada, tylko ukryty),



i o niezawodnych sposobach przyspieszania metabolizmu. Było i o dress codzie na „luźny” piątek (mogą być dżinsy, granatowe, ale wyłącznie zestawione z marynarką w kolorach ziemi i brązowymi butami!), i o wzbudzeniu zainteresowania u kobiet. Było i o manierach (ale mało, a szkoda), za to sporo o wakacyjnym kursie uwodzenia (żałamka!). Pisali też, jak bicipsem wypchać T-shirt i jak nosić kurtkę pilotkę. Dziwnym trafem nie napisali tylko, że prawdziwy facet powinien mieć... wiadomo co. Reasumując... Nie powinno się oceniać książki po okładce, a faceta po opakowaniu. A prenumeratorki tego typu pism tylko pozornie poprawiają statystyki czytelnictwa. I obycia. I klasy. Żeby było jasne – mężczyzna w tytule nie czyni mężczyzny z czytelnika, jak i chłonięcie wzorców z prasy nie świadczy o czytaniu ze zrozumieniem. Panowie, nie idźcie tą drogą. Wystarczy, że będziecie nosili spodnie. Tego sobie i wszystkim Paniom życzę z okazji Dnia Kobiet. ◀

*PS Wszystkich urażonych, oburzonych czy rozgoryczonych, niestety, nie przepraszam. Rozbawionych – pozdrawiam. Aha, i nie obiecuję poprawy.*



**P**owrót do natury to alternatywa dla leków i kosmetyków chemicznych proponowana przez białczankę Katarzynę Kaczmarczyk. Jest zielarką z baby prababy. I nie obrusza się, gdy ktoś mówi o niej wiedźma. W końcu dawniej to określenie nie miało zabarwienia pejoratywnego. Przypisywane było kobietom, które posiadały wiedzę o przyrodzie, medycynie... O ziołolecznictwie.



# WIEDŹMA

**Joanna Olecka**  
Fot. archiwum



Współczesna wiedźma liczy sobie zaledwie dwadzieścia pięć lat, ale z zielarstwem jest za pan brat od najmłodszych lat życia, choć – jak sama przyznaje – jeszcze do niedawna jej zainteresowania bardzo odbiegały od tego tematu. – Długo nie doceniałam mocy ziół – mówi Katarzyna Kaczmarczyk, młoda białczanka, zdolna studentka Uniwersytetu Gdańskiego z wyjątkowym hobby i dużym dystansem do tego, co proponuje nam współczesny świat, a zwłaszcza medycyna.

Jej pasja związana z zielarstwem przyszła wraz z bezradnością w obliczu choroby i niemocy służby zdrowia. – Mój stan zdrowia nieraz dawał mi się we znaki. Oczywiście najpierw szukałam pomocy u lekarzy i w syntetycznych środkach, ale nie zaznałam w nich ukojenia. Podobnie obserwując swoich znajomych, doszłam do wniosku, że często bezskutecznie szukają czegoś, co im pomoże – wspomina zielarka.

## Natura zamiast chemii

Irytacja związana z nagminnym przepisywaniem przez lekarzy antybiotyków, niepozostających bez negatywnego wpływu na organizm, a także osobiste doświadczenia

z przesyconą chemią branżą kosmetyczną sprawiły, że Katarzyna z zainteresowaniem zaczęła przyglądać się właściwościom ziół. Znalezienie odpowiedniego kremu, który nie wywoła reakcji alergicznej graniczyło z cudem. – Weźmy pierwszy lepszy kosmetyk z półki sklepowej. Najprawdopodobniej znajdziemy tam Sodium Laureth Sulfate, który to od dawna jest stosowany w przemyśle do odtłuszczania i mycia urządzeń i pomieszczeń. Powoduje przesuszenie, podrażnienie i zapalenie skóry, zaburzenia wydzielania potu i łoju, upośledza czynności gruczołów apokrynowych, przenika ze skóry do krwi, uszkadzając układ odpornościowy i nerwowy, obniża stężenie estrogenów, może być zanieczyszczony rakotwórczymi związkami – wylicza jednym tchem Kaczmarczyk. – To tylko przykład szkodliwego działania zaledwie jednego składnika, a w takim kosmetyku jest ich dużo więcej – zauważa.

## Leki z domowej apteki

Katarzyna lecznicze właściwości ziół zna od dawna. Zamiłowanie do nich wyniosła z rodzinnego domu. – Pamiętam jak babcia, która mieszka w chatce na wsi,





przygotowywała mi z własnoręcznie zbieranych ziół mieszankę na ból brzucha – wspomina białczanka. Dopiero niedawno dowiedziała się, co wchodziło w jej skład – mięta, dziurawiec, pokrzywa i rumianek. – Z kolei w domu drugiej babci zawsze unosił się zapach nalewki z ziół, którą co wieczór wcierała w obolałe kości – opowiada Katarzyna i przyznaje, że jako dziecko nie do końca doceniała wartość babcińskich mieszanek, często niezbyt ładnie pachnących.

Zamiłowanie do natury i zielarstwa zaszcypili w niej także rodzice, dzięki którym – jak mówi – poznała zapach łąk, lasów, pól, smak świeżo parzonej mięty, zapach przypraw i właściwości własnoręcznie wykonanych przetworów, a zwłaszcza różnego rodzaju nalewek leczniczych. W końcu sama także zaczęła eksperymentować. Na pierwszy ogień poszły syropy z sosny, przetwory z pokrzywy, mniszka lekarskiego, mieszanki ziołowe, później coś dla ciała i duszy – czyli różnego rodzaju ziołowe kosmetyki – maści na zranienia, otarcia, ból, kremy do twarzy, pomadki, balsamy, pasty do zębów...

### Modne zioło

Ziołolecznictwo jest działem medycyny i farmakologii, a obecnie staje się coraz bardziej modne, co świadczy o jego skuteczności. – Mimo to mam wrażenie, – podkreśla Katarzyna – że zawsze zostanie jedynie „niekonwencjonalną dziedziną medycyny”. Kiedyś zielarzy skazywano na śmierć w obawie przed złymi urokami, a teraz przemysł farmaceutyczny w obawie przed bankructwem „pali” zapach zielarzy do niesienia pomocy innym, bo, jak wiadomo, drogich leków nie spotkasz, przechadzając się na łące lub w lesie – mówi zielarka. – Oprócz tego w sklepach zielarskich rzadko spotyka się zioła dobrej jakości, co znów przemawia

za podejrzeniem o utrudnianie rozwoju fitoterapii – uważa.

Wiadomości o zbawiennych właściwościach roślin czerpie z wielu źródeł, których w związku ze zwiększonym zainteresowaniem ziołolecznictwem wciąż przybywa. Katarzyna czerpie głównie z autorów takich jak ojciec Andrzej Czesław Klimuszko, Grzegorz Franciszek Sroka, Stefania Korżawska, Henryk Różański, aż w końcu nestor polskiego ziołolecznictwa, prof. Aleksander Ożarówski. Jeździ na konferencje zielarskie do różnych miast Polski. Jest też członkinią kilku grup zielarskich, w których doświadczone osoby udzielają rad, wymieniają się doświadczeniami, dyskutują i tym samym przyczyniają się do popularyzacji ziołolecznictwa.

### Nauka, nie gusta

W ubiegłym roku na Uniwersytecie Przyrodniczym w Lublinie pojawiła się propozycja utworzenia kierunku o nazwie Zielarstwo i terapii roślinne, który był marzeniem Katarzyny. Niestety z powodu małej ilości chętnych nie doszło do tego. Jednak – jak mówi zielarka – jeszcze nic straconego. – Specjalizację w tym kierunku na pewno uda mi się zrobić – wierzy białczanka. Już rozpoczęła w Warszawie kurs medycyny-zielarski z zakresu towaroznawstwa zielarskiego.

Kaczmarczyk jest zwolenniczką połączenia fitoterapii z medycyną konwencjonalną. Właśnie taką z powodzeniem uprawia dr Henryk Różański, który jest dla niej największym autorytetem. Doktor zielarz, który nieustannie prowadzi badania nad działaniem leczniczym roślin, na bieżąco je dokumentuje i wnioski wdraża w życie. Ma na swoim koncie wiele sukcesów związanych z fitoterapią.

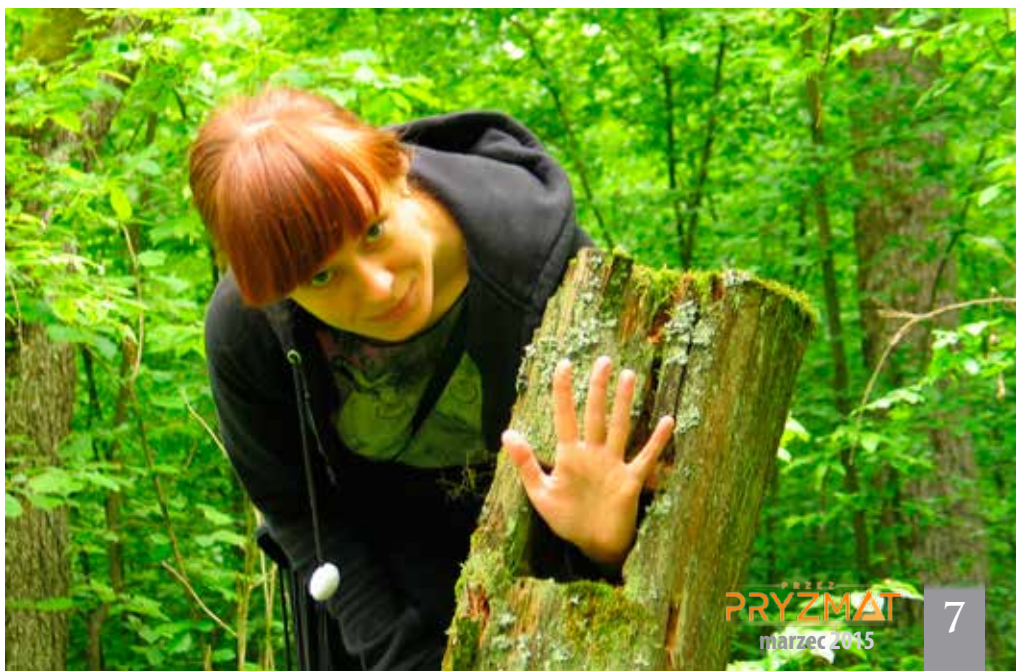
### Dla zdrowia i urody

Katarzyna nie faworyzuje żadnej z roślin.



Każdą docenia, ale pytana o ulubioną miksturę z pasją opowiada o niezwykłych właściwościach kozieradki, którą wykorzystuje osobiście dla poprawy stanu zdrowia, ale także do upiększania cery (ze względu na regenerujące i zmiękczające właściwości) oraz włosów (doskonale odżywia i wzmacnia). Liści kozieradki oraz zmieszanych jej nasion można używać do sałatek. Jak sama nazwa wskazuje, kozieradka raduje kozy, ale nie tylko – wędkarze wiedzą, które ryby „łapią się” na jej smak.

Niestety nie każdy jest przekonany do tego rodzaju lecznictwa. Białka zielarka nikt nie zmusza, ale zawsze ją cieszy, kiedy jakiś sceptyk na własnej skórze przekonuje się o zbawiennym wpływie fitoterapii. Nie jest też ortodoksyjna w tym temacie. Uważa, że zdrowy rozsądek i znalezienie złotego środka to najlepsze rozwiązanie w każdym rodzaju medycyny. – Lecznicza moc ziół zadziwia mnie każdego dnia – przyznaje Kaczmarczyk – a przecież nadal tak mało o nich wiemy... ◀





# KOLORY EMOCJI

**W**brew temu, co sądzą niektórzy, Biała Podlaska może poszczycić się wieloma znakomitymi artystami, ludźmi aktywnymi i chcącymi zmieniać nasze miasto na lepsze. Nie wszyscy są rdzennymi mieszkańcami Białej Podlaskiej. Wielu z nich, tak jak Lilla Wielgan-Michaluk, przyjechało tu z najodleglejszych zakątków Polski, zakochało się w naszym regionie i zostało tu, by żyć i pracować.

## z **Lillą Wielgan-Michaluk,** plastykiem grafikiem i instruktorem z bialskiego Multicentrum

rozmawia **Edyta Tyszkiewicz**  
fot. **Grzegorz Doroszuk**

*Choć nie jest pani rodowitą bialczanką, to pani działalność artystyczna wpisała się już w krajobraz miasta. Jak się to pani udało?*

– Mieszkam w Białej Podlaskiej od ponad dwudziestu lat i dobrze mi tu. Na Podlasie przyjechałam ze Śląska Opolskiego, dokładnie z miasteczka nad Odrą, z Krapkowic. Z mężem poznaliśmy się na studiach, mąż ukończył Wydział Jazzu na Akademii

Muzycznej w Katowicach. Po studiach pobraliśmy się. Do dziś jesteśmy szczęśliwą rodziną, mamy dwójkę wspaniałych dzieci, Olę i Maćka. Uważam, że Biała Podlaska i jej okolice mają przepiękne krajobrazy. Cieszę się, że mogę żyć w takim malowniczym miejscu.

*Prawie wszyscy w Białej słyszeli o pani mężu, muzyku i organizato-*



rze m.in. Podlasie Jazz Festival i Biała Blues Festival, Jarosławie Michaluku. Pani również aktywnie uczestniczy w organizacji tych festiwali.

– Projektuję materiały promocyjne w postaci bannerów, plakatów, zaproszeń, a także scenografii na Biała Blues Festival i Podlasie Jazz Festival. Staram się być też dobrą gospodynią, dbam o ciepłą i miłą atmosferę, aby zaproszeni artyści dobrze się u nas czuli.

**Efektom tej współpracy jest wystawa, którą można oglądać w holu budynku głównego Miejskiej Biblioteki Publicznej w Białej Podlaskiej.**

– Tak. Tytuł wystawy to „Muzyczne grafiki”. Na zestaw wystawowy składają się grafiki zaprojektowane na minione edycje Biała Blues Festival i Podlasie Jazz Festival. Dla mnie, jako żony muzyka, ta tematyka stała się oczywistym wyzwaniem. Uważam, że muzyka jest najbardziej nieuchwytną, ulotną ze sztuk. W swoich pracach w lekko zabawny i żartobliwy sposób przedstawiam portrety muzyków. Ich cechą charakterystyczną jest też prosta forma i różnorodność kolorów.

**Pani ulubioną techniką jest nowoczesna grafika komputerowa. Ma pani na tym polu sporo sukcesów. Jak to się zaczęło?**

– Z zamiłowania i wykształcenia jestem plastykiem. Przygodę ze sztuką zaczęłam w Państwowym Liceum Plastycznym w Opolu. Następnie była grafika na katowickim wydziale Akademii Sztuk Pięknych w Krakowie. Dyplom na ASP zrobiłam w Pracowni Druku Wklęsłego prof. Stanisława Kluski, w technikach graficznych z wielowiekową tradycją takich jak akwaforta i akwatinta. Później nastąpiła era komputerów i zaczęłam poznawać programy graficzne. Grafika komputerowa niesamowicie mnie wciągnęła. Do dziś tworzę przy pomocy aplikacji graficznych projekty plakatów, znaków graficznych, szeroko rozumianej grafiki użytkowej.

**Ma pani w tej dziedzinie sukcesy...**

– Świeżo po obronie dyplomu za zestaw prac graficznych w technice akwaforty przyznano mi w 1994 roku wyróżnienie na Triennale Grafiki Polskiej w Katowicach. Jestem autorką logo Białkopodlaskiego Stowarzyszenia Jazzowego, logo Podlaskiego Jarmarku Folkloru, a także, w drodze konkursu, logo Białskiego Centrum Kultury w Białej Podlaskiej. Jestem też dumna z sukcesów moich podopiecznych z Multicentrum.

**Porozmawiajmy w takim razie o tej**



**ważnej części pani życia, czyli pracy pedagoga. Co jej przyświeca?**

– Edukacja artystyczna dzieci, młodzieży i osób niepełnosprawnych to moja wielka pasja, ale i wyzwanie. Staram się zainteresować dzieci, znaleźć z nimi wspólny język. One koncentrują się zupełnie inaczej niż dorośli, więc to, co im się oferuje, nie może być nudne. Trzeba je czymś zaciekawić. Uważam, że dzieci trzeba traktować serio, poważnie i ambitnie. W Multicentrum naszą myślą przewodnią jest nauka poprzez zabawę. Dzięki temu powstają ciekawe, wręcz niesamowite prace naszych podopiecznych. Dla mnie ważne jest, by dzieci zrozumiały, że komputer nie służy tylko do gier, ale można go wykorzystać jako narzędzie do tworzenia.

**Czyli komputer dla artysty grafika może być tym, czym jest pędzel dla malarza czy instrument dla muzyka...**

– Dokładnie tak. Dziś technologicznie mamy nieograniczone możliwości pracy w różnorodnych programach graficznych, co rusz na rynku pojawiają się nowe aplikacje. W pracowni graficznej Multicentrum korzystamy z profesjonalnego oprogramowania, ale też znajdujemy poprzez internet fantastyczne programy. Jest to dla mnie swego rodzaju wyzwanie, bo codziennie muszę podnosić kwalifikacje, aby zaciekawić tych najmłodszych. Na zajęciach doskonalimy warsztat pracy i dowiadujemy się, że niebo może być zielone, żółte, a kot większy od człowieka. Podczas tworzenia możemy odważnie używać kolorów oraz uzewnętrzniać swoje emocje. Tutaj wszystko jest możliwe. W taki oto sposób próbuję podopiecznym pokazać, że tworzenie jest fantastyczną rzeczą i może dać wiele przyjemności i odprężenia.

**Doskonale potrafi pani przekazać swoją pasję wychowankom, a z tego, co wiemy, owocuje to zdobywanymi przez nich nagrodami.**

– To prawda. Rok 2014 był dla nas bardzo dobrym rokiem. Jako prowadząca pracownię grafiki komputerowej mogę pochwalić się sporą liczbą nagród i wyróżnień, a także kwalifikacji do wystaw pokonkursowych. Pracownia przystąpiła do udziału w wielu ogólnopolskich konkursach plastycznych, m.in. „Anim@kcja” w Białymstoku, „Świat Dinozaurów” we Wrocławiu i w najważniejszym dla nas, organizowanym w Toruniu Międzynarodowym Biennale Grafiki dla Dzieci i Młodzieży. Na ten konkurs, promujący grafikę dziecięcą, wpłynęło ponad 10 tysięcy prac z czterdziestu trzech krajów. Wśród tysięcy najlepszych znalazły się dwie prace z białskiego Multicentrum. To wielka radość i satysfakcja mieć tak zdolną grupę wychowanków. Cieszę się, że dołożyłam swoją cegiełkę do promowania Multicentrum jako prężnie działającej placówki edukacji artystycznej.

**Życzę, żeby ten rok był równie udany. Czy wie już pani, jakie wyzwania stoją przed panią i pani wychowankami z Multicentrum?**

– Z doświadczenia wiem, że układanie planów na daleką przyszłość nie ma zbytnio sensu, bo im dokładniejsze plany, tym większe prawdopodobieństwo, że się posypią. Działam krótkoterminowo. Obecnie powoli przygotowuję się do projektu plakatu Biała Blues Festival, bo to już niebawem. 19 kwietnia ósma odsłona tego festiwalu. Jeśli chodzi o pracownię graficzną Multicentrum, to na pewno weźmiemy udział w nowych konkursach. Przygotowujemy się do XVIII Międzynarodowego Konkursu Twórczości Plastycznej Dzieci i Młodzieży „Zawsze zielono, Zawsze niebiesko” organizowanego przez Galerię i Ośrodek Plastycznej Twórczości Dziecka w Toruniu. Poza tym czekamy na rozstrzygnięcia paru ogólnopolskich konkursów plastycznych. A tak naprawdę najważniejsze, to lubić to, co się robi, a mnie, dzięki Bogu, to się udaje. ◀

# BEZ ŚWIATA

Edyta Tyszkiewicz  
Fot. Jakub Szymański



**K**iedy nocą słucha się płyty „Existend”, wyobraźnia snuje się wolno po mrocznych zakamarkach dużych miast, przemyka między latarniami wyludnionych ulic, przesiaduje w zadymionych barach, gdzie ostatni goście, słuchając zmęczonego saksofonisty, dopijają swoje drinki. Po dodaniu do tego zdjęć, którymi został zilustrowany każdy utwór, wszystko staje się bardziej realne, namacalne. Ten niepowtarzalny klimat stworzyli dwaj białczanie – Dominik Masalski i Jakub Szymański.

Projekt muzyczno-fotograficzny „Life without lights” powstał jakiś czas temu. Tworzenie całości było jednak procesem złożonym. Oczywiście pierwsza była muzyka. Cztery lata temu stworzył ją Dominik Masalski, jeden z liderów zespołu Tubas Składowski. Pomysł zobrazowania muzyki pojawił się już na etapie komponowania. Dominik od razu pomyślał o swoim przyjacielu Jakubie Szymańskim, obecnie znanym fotografie od dawna związanym z branżą modową i wystawiającym swoje prace na wielu wernisażach. – Początkowe założenie było takie, by Kuba metodą poklatkową zrobił teledyski do kilku utworów – wspomina Masalski. – To okazało się jednak zbyt pracochłonne. Dlatego obaj doszliśmy do wniosku, że Kuba robi zdjęcia, z których wybierzemy po jednym do każdego utworu jako ilustrację.

W efekcie zdjęcia powstały dopiero w 2014 r. podczas podróży Szymańskiego do Stanów Zjednoczonych. – Kuba chodził po ulicach Nowego Jorku, słuchając mojej płyty, i fotografował miejsca i sytuacje, które oddawały klimat muzyki – wyjaśnia Masalski.

## Fascynacja ciemną stroną miasta

Na to, jak Dominik i Jakub postrzegają życie w wielkich miastach, wpływa podobna wrażliwość. W pewien sposób fascynują ich i inspirują te same brudne ulice, tłamsząca strona miasta, samotność człowieka w społeczeństwie i właśnie tego dotyka ich wspólna praca. Masalski wie, że to jest ponura płyta, ale takie wtedy nosił w sobie emocje. Zapewne też dlatego płyta przeleżała w szufladzie kilka lat. – Kiedy ją tworzyłem, byłem na zupełnie innym etapie życia niż teraz. Kiedy ono się zmieniło, straciłem chęć, by dalej coś z nią robić – przyznaje. Mimo że jest już innym człowiekiem, postanowił nie zmieniać pierwotnej koncepcji projektu. Dominik przyznaje, że płyta jest odniesieniem do jego przeszłości.



# TEL



Początki „Existend” to był czas, kiedy muzyk studiował w Warszawie, chodził ulicami i wsłuchiwał się w dźwięki stolicy. Wszystko miało swój charakterystyczny rytm: zatrzymywał się i nagrywał go. Jadące samochody, pociąg sunący po szynach, dźwięki maszyn na budowie... – Kiedyś na warszawskiej Pradze wszedłem między gołębie karmione przez jakiegoś starszego człowieka i usłyszałem w tym ciekawy, powtarzający się rytm – wspomina muzyk. Nagrane dźwięki połączył w muzykę. Nie wszystko jednak było na tyle dobrej jakości, by można to było wykorzystać. Identycznych dźwięków wyszukiwał więc w filmach. – Dlatego to nie jest płyta czysta technicznie, ale jest żywciowa – mówi Masalski.

## Trafiony powrót po latach

Jakiś czas po nagraniu płyty Dominik „wrzucił” kilka utworów do Internetu, nie przypuszczając nawet, jakie znaczenie będzie to miało w przyszłości. – To przypadek sprawił, że postanowiłem wrócić do tej płyty – wspomina. – Pod koniec 2014 r. byłem w Krakowie na domówce u znajomych. Siedziałem tam i w pewnej chwili usłyszałem znajomy utwór, ale przez jakiś czas nie mogłem skojarzyć, czyj jest. Wreszcie dotarło do mnie, że to z mojej płyty „Existend”. Zapytałem właścicieli mieszkania, skąd to mają. Okazało się, że ściągnęli z Internetu. Że to popularny projekt wśród ich znajomych. Powiedziałem, że to moje, ale na początku nie wierzyli – śmieje się Masalski.

To zdarzenie uświadomiło muzykowi, że warto wrócić do projektu. Udało mu się to i w ciągu trzech tygodni płyta była gotowa. Wyprodukował ją też fizycznie. – Chociaż płytę nagrywałem w domu na swoim sprzęcie, to wiele zawdzięczam mojemu koledze Łukaszowi „Qćkowi” Kuczyńskiemu, który do lat jest producentem polskich zespołów hip-hopowych. To on obrobił mi płytę i sprawił, że nieźle brzmi – uważa Dominik.

## Muzyka na ponure dni

Płyta zawiera 13 utworów z dołączonymi do nich czarno-białymi zdjęciami. Są mroczne, bije z nich samotność i walka człowieka z życiem. – Tworząc tę płytę, dałem ujście swoim negatywnym emocjom – mówi Dominik. – Myślę, że to trochę muzyka lęku. Zdjęcia zrobione przez Kubę naprawdę świetnie oddają emocję, które wtedy we mnie były, chociaż to oczywiście jest jego spojrzenie na te utwory.

„Existend” to płyta z mieszaną muzyką. Można na niej znaleźć rytmiczne dźwięki miasta, elementy jazzu, hip-hopu, muzyki etnicznej i elektroniki. Są też żywe instrumenty. W nagraniu płyty Masalskiego wsparł grający na saksofonie Tomek Rogalski i Qdłaty Qdini.

W całości płyta pojawiła się w Internecie w połowie grudnia ubiegłego roku. Można jej było też posłuchać w studenckim radio we Wrocławiu oraz w Radio Lublin w audycji „Halo kultura”. Pomimo że album „Existend” powstał cztery lata temu, nie stracił na aktualności i zbiera bardzo pozytywne recenzje na muzycznych portalach internetowych. Zainteresowani mogą posłuchać jej na You Tube oraz ściągnąć wraz ze zdjęciami, logując się na profilu „Life without lights” na facebooku lub kupić w bialskim Pubie Jazzanova przy ul. Artyleryjskiej 14. ◀

Małgorzata Brodowska  
Fot. Grzegorz Doroszuk, Natalia Wołosowicz

# SILNE

**K**ażda z ich historii jest inna, przeżywana w odmienny sposób. To, co je łączy, to choroba – rak piersi. Bialskie amazonki, na wzór mitologicznych, to kobiety dzielne, aktywne. Walczą nie tylko z chorobą, z własnymi słabościami fizycznymi i psychicznymi, ale także o jakość życia dla siebie i innych.

Na początku każda z nich czuła strach i niepewność, zadawała sobie pytanie: „Co dalej?”. Z diagnozą przychodził obezwładniający lęk o przyszłość własną i bliskich. Dziś wiedzą, że rak to nie wyrok. Można z nim walczyć, można go pokonać i żyć dalej, ciesząc się każdym dniem. – Przychodzi taki moment, kiedy zaczynamy się uśmiechać, a nawet żartować ze swojej choroby, gdy spotykamy się w naszym klubie, by się wspierać – mówi Anna Bedlińska z Białkopodlaskiego Stowarzyszenia Amazonek.

## Urodziła zdrową córkę

Ona sama dowiedziała się o nowotworze 17 lat temu, trochę przez przypadek. Gdy na jednej z bialskich ulic stał mammobus, weszła i zrobiła badanie piersi. Potem była operacja w Centrum Zdrowia Matki Polki w Łodzi. I znów strach w czasie oczekiwania na wyniki histopatologiczne. Okazały się pomyślne, bo choć nowotwór był złośliwy, to jednak nieinwazyjny. Niepotrzebna była chemioterapia i naświetlania. Do domu wróciła bez piersi, ale zdrowa. Zaakceptowała nową siebie. Nigdy nie czuła w sobie żadnego braku, żadnego kalectwa. Uważa, że brak piersi to nie powód, by nie czuć się pełnowartościową kobietą. Kilka miesięcy później Anna dowiedziała się, że jest w ciąży. Czuła zdziwienie pomieszane z radością i lękiem. Bała się przede wszystkim o zdrowie dziecka, ale pomyślała, że skoro tak się zdarzyło, jeśli tak chce Bóg, to wszystko w Jego rękach. Dziewięć miesięcy później urodziła zdrową córkę. Dziękuje za nią Bogu każdego roku, podczas pielgrzymki na Jasną Górę.

## Rozśmieszała innych po operacji

Barbara Żuk sama wyczuła guzek w piersi. Był grudzień 2004 r. Od razu zgłosiła się na badania, bo wiedziała, że w tej chorobie liczy się czas. Otrzymała skierowanie do Centrum Onkologii w Lublinie. Lekarz po badaniu USG stwierdził, że guzek ma aż dwa i pół centymetra. – Nie wiem, jak doszłam na dworzec, jak wróciłam do domu. Świadomość, że mam raka była straszna. Oczekiwanie na wyniki badań i operację był trudnym okresem w moim życiu – wspomina. Ale już po operacji coś w niej pękło. Przełamała się do tego stopnia, że rozśmieszała inne pacjentki leżące z nią w szpitalnej sali. Po raz drugi szok przeżyła podczas chemioterapii, gdy pewnego dnia w czasie kąpieli dosłownie „zdjęła” włosy z głowy. – To są takie przełomowe momenty choroby,





# AMAZONKI

gdy człowiek bliski jest załamania. Później przychodzi zwyczajne życie i trzeba się z nim zmierzyć. Oczywiście są badania kontrolne i jeśli wynik wskazuje na brak komórek nowotworowych, to jest dobrze – dodaje Barbara.

## W grupie łatwiej

Bialskie Amazonki połączyły się w grupę wsparcia 18 lat temu. Najpierw powstał Klub Kobiet po Mastektomii Amazonki. W 2009 r. przekształcił się w stowarzyszenie. Zrzesza kobiety po mastektomii z Białej Podlaskiej i powiatu bialskiego. Obecnie należy do niego dwadzieścia sześć pań.

– Nikt inny nie zrozumie nas tak, jak inna amazonka. Cotygodniowe spotkania to chwile tylko dla nas. Duchowe wsparcie, które sobie wzajemnie dajemy, działa jak terapia. Wymieniamy się doświadczeniami i wiemy, na co zwracać uwagę w przyszłości – zauważa Krystyna Łukaszuk. Operację raka piersi przeszła trzynaście lat temu i prawie natychmiast dołączyła do klubu amazonek. W tym czasie przeszła niełatwe leczenie. Miała wznowienia, kilka operacji, a przy okazji kolejnych badań ujawniały się inne schorzenia. Jednak nie poddała się. Dziś twierdzi, że to także dzięki stowarzyszeniu. Tu otrzymała ogromne wsparcie, które nie pozwoliło jej załamać się. Dzięki obecności w grupie poznała wielu wspianiałych ludzi, odwiedziła mnóstwo ciekawych miejsc. Brała udział w szkoleniach i konferencjach z lekarzami i innymi chorymi, gdzie poznała nowe metody leczenia i otrzymała wiele przydatnych informacji. – To bardzo ważne, że możemy uczestniczyć w takich wyjazdach, a potem zdobyte informacje możemy przekazać innym kobietom. Zwłaszcza na początku choroby pojawia się poczucie zagubienia. Dajemy im wsparcie psychiczne oraz wiele praktycznych wskazówek, jak na przykład gdzie kupić perukę – zaznacza Krystyna.

## Życie normalnie

Bialska grupa integruje się na różnych płaszczyznach: przy okazji corocznych pielgrzymek amazonek do Częstochowy, podczas zajęć z psychologiem czy na kursach rękodzielniczych. Na tych ostatnich powstają ciekawe przedmioty i przepiękne ozdoby świąteczne, które panie rozdają podczas różnych festynów i kiermaszów. – Żyjemy normalnie, ale w tle widzimy czerwone światło. Do końca życia musimy pamiętać o rehabilitacji. Nasza choroba to byt niepewny. Przerzuty, wznowienia mogą pojawić się

nawet po dziesięciu latach. Dlatego regularnie badamy się profilaktycznie, wtedy zawsze czujemy niepokój – przyznaje Danuta Ksiniewicz-Kozak. U niej chorobę stwierdzono w 2002 r. Początkowo lekarze twierdzili, że to nic groźnego. Ani mammografia, ani USG, a nawet biopsja nie wykazały nowotworu. Zmiany w piersi miały być tylko łagodnymi brodawczakami. Dopiero po ich wycięciu i badaniach histopatologicznych okazało się, że to rak. Czekając na operację, Danuta przemyślała wszystko i pogodziła się z amputacją piersi. – Najważniejsze jest zdrowie – podkreśla.

## Dodają sobie odwagi

Trudności w zdiagnozowaniu raka pojawiły się także u Reginy Chrynowicz. Na badania mammograficzne chodziła regularnie co 2 lata. W 2008 r. prześwietlenie wykazało niewielką zmianę. Zrobiono USG, następnie biopsję, ale nadal nie było pewności, co do rodzaju powstałego w piersi zgrubienia. Lekarz zdecydował, by je wyciągnąć. Podczas operacji stwierdzono guza złośliwego. Regina przeszła mastektomię w klinice onkologicznej na Śląsku, gdzie wówczas mieszkała. Od pięciu lat mieszka w Białej Podlaskiej i należy do stowarzyszenia amazonek. – Spotkania dodają odwagi. Możemy na siebie liczyć. Zaakceptowałam sytuację, w której się nieoczekiwanie znalazłam i powiedziałam sobie, że muszę przez to przejść jako zwyciężczyni. Teraz cieszę się każdym dniem, chłonę wszystko głębiej – opowiada Regina. Stowarzyszenie promuje profilaktykę, bo wcześniejsze wykrycie raka zwiększa szansę na wyleczenie. – Jesteśmy przykładami świadczącymi o tym, że po operacji usunięcia piersi można normalnie żyć, pracować zawodowo, udzielać się społecznie i realizować swoje marzenia – mówi Halina Kutnik.

## Najważniejsza profilaktyka

Jest jedną z osób najdłużej działających w miejscowej grupie amazonek. W kwietniu 1998 r. wyczuła guza w piersi. Po badaniach okazało się, że miał już dwa i pół centymetra. Konieczna była mastektomia. Później chemia i naświetlanie. Po kilku latach rak wrócił. W 2006 r. Halina przeszła operację usunięcia drugiej piersi. Jest też zagrożona przerzutami do kości i od tamtej pory bierze dożylnie wlewki leków.

Stowarzyszenie wspiera kobiety chore na nowotwór piersi, a także te, którym chorobę udało się pokonać. Bialska grupa spotyka się



raz w tygodniu na pogadankach i przeróżnych zajęciach. Panie są dla siebie wzajemnie wsparciem i podporą. – Najważniejsza jest kontrola stanu zdrowia i szybkie reagowanie na niepokojące objawy. Nasza obecność tutaj jest dowodem na to, że mimo choroby można normalnie żyć, funkcjonować w rodzinie, społeczeństwie oraz realizować swoje marzenia i pasje – podsumowuje Anna Bedlińska. Ona i jej koleżanki są tego przykładem. <



## BIALSKOPODLASKIE STOWARZYSZENIE AMAZONKI

ul. Okopowa 3, 21-500 Biała Podlaska,

tel. 730 908 997

e-mail: stowarzyszenie@amazonkibp.pl.

# Smaczna fabryka

Małgorzata Tymoszuk



**J**edzenie jest jedną z największych przyjemności. Znalazłam takie miejsce, gdzie w gronie rodziny mogę delektować się wspianiałymi, świeżymi i urozmaiconymi daniami.

Nie lubię jeść w samotności, ale jednocześnie potrzebuję pewnej przestrzeni i komfortu jedzenia. Wszystkie te rzeczy spełnia Fabryka Smaku przy placu Wolności. Czego chcieć więcej? Bogate i zróżnicowane menu, w którym nawet wegetarianin znajdzie coś dla siebie, ma jeszcze tę zaletę, że sami, w dowolny sposób, możemy skomponować sobie posiłek.

## Twój talerz – Twój wybór

Proste rozwiązania są najlepsze. Nakładamy na talerz to, co chcemy. Do wyboru mamy kilka rodzajów świeżych surówek i mięsnych potraw. Mnóstwo warzyw na ciepło, a moje ulubione to glazurowane minimarchewki. No i te udka kurczaka w genialnej panierce...

Wszystko, co znajdzie się na naszym talerzu, jest w ustalonej odgórnie cenie za 100 g – 2,19 zł. Końcowy rachunek wyliczany jest na podstawie wagi zawartości naszego talerza.

W ofercie Fabryki Smaków są codziennie dwa rodzaje zup. Podczas mojej wizyty był rosół wegetariański i kapuśniak (mała porcja 2,99 zł, duża 3,99 zł). Jest tzw. możliwość dolewki herbaty za 2 zł, jeżeli wartość naszego zamówienia przekroczy 10 zł.

Pulpit do przesuwania tac przypomina typową samoobsługową stołówkę w amerykańskim college'u.

## Mój typ

Według mnie genialne są sporych rozmiarów serowo-ziemniaczane kulki panierowane w bułce tartej i smażone w głębokim tłuszczu. Są aromatyczne, smaczne, puszyste w środku. Po ostatnim kęsie ma się ochotę na więcej.

Ta właśnie „fabryczna” potrawa zainspirowała mnie do przygotowania podobnej w swojej kuchni. Wykonane według zmodyfikowanego przepisu kulki odrobinę odbiegają smakiem od tych „fabrycznych”, ale są równie pyszne.

Serowo-ziemniaczane kulki:

- pół kilograma ziemniaków
- ok. 15 dag startego sera
- 2 płaskie łyżki mąki ziemniaczanej
- 1 cebulka drobno pokrojona
- 1 jajko
- tarta bułka wymieszana ze sporą garścią sezamu do panierki
- olej do smażenia.

Ziemniaki lubią wszystkie korzenne przyprawy – kurkumę, imbir czy kardamon. Aby nadać naszym kulkom lekko orientalny smak, proponuję dodać szczyptę gałki muszkatołowej, estragonu oraz odrobinę zmielonego kminku. Oczywiście nie zapominamy o przemyczeniu do farszu pokaznej garści zmielonego siemienia lnianego. Przygotowanie: ziemniaki gotujemy jak zwykle, studzimy i rozdrabniamy jak na

purée. Dodajemy podsmażoną cebulkę, ser i wybrane przyprawy. Całość mieszamy do uzyskania jednolitej masy, z której lepimy, turlając w dłoniach, kulki wielkości dwóch orzechów włoskich. Obtaczamy je w panierce i smażymy w dość głębokim oleju, a przed podaniem odsączamy nadmiar tłuszczu na ręczniku papierowym. Smakują świetnie i na ciepło, i na zimno.

## Ocena fabryki

Jedzenie w Fabryce Smaków jest naprawdę smaczne. Brakuje mi tu jedynie opisu przy potrawach. Stąd ciągłe pytania, co to za danie. Na szczęście jest przemiła obsługa. Według mnie zbyt mało jest w menu deserów, które uwieńczyłyby doskonały obiad.

W lokalu istnieje możliwość zapłaty kartą, choć terminal strasznie długo przetwarza dane i miałam w pewnej chwili dyskomfort przy dokonywaniu płatności. Ale szczerze polecam Fabrykę i oceniam na cztery z plusem w skali od jednego do pięciu. ◀



Fot. Grzegorz Doroszuk



# O dojrzewaniu do miłości

Karolina Laszuk

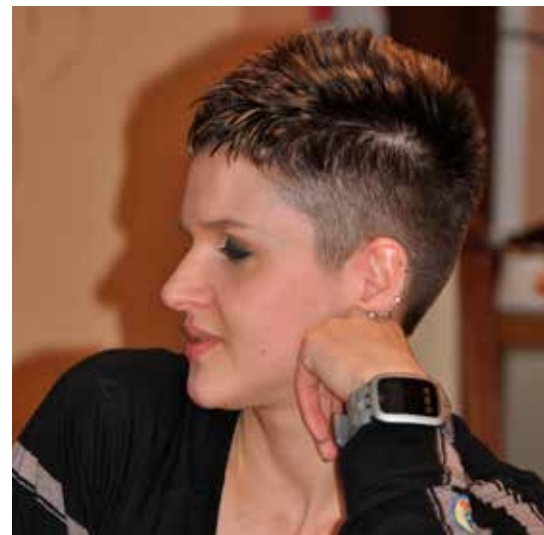
**W**iosna wzbudza u mnie rozważania o uczuciach. Refleksje nasuwają mi się jednak szersze niż tylko w kontekście relacji dwojga ludzi. Czym innym jest bowiem miłość do partnera, czym innym do dzieci. Inaczej też kochamy w młodości, odmiennie po 40 latach związku. Poza tym uważam, że człowiek potrafiący nienawidzić choćby jedną osobę, nie może być zdolny do kochania kogokolwiek poza sobą.

Prawdziwa miłość to dojrzałe uczucie, niezależnie od jego obiektu. Przez całe życie uczymy się i nabieramy zdolności dawania, a nie tylko brania. Dzieci kochają bezinteresownie, aczkolwiek są egocentryczne i pozbawione umiejętności dostrzegania perspektywy innej niż własna. Nie potrafią odraczać swoich potrzeb, chcą mieć wszystko natychmiast, tylko dla siebie i początkowo nie chcą się niczym dzielić z nikim. Prawdziwą sztuką jest zatem nauczyć siebie, a potem swoje potomstwo, dojrzałego kochania z szacunkiem dla innych. Nie wiem, czy każdy jest zdolny posiadać tę umiejętność. Mam nadzieję, że mi się uda. Odkąd pamiętam, miłość nadawała sens mojemu życiu. Najpierw najważniejsi byli rodzice. Bez nich mój świat był smutny i ponury. Potem, już w szkole podstawowej, pierwsze zauroczenia i sympatie sprawiały, że każdego dnia łatwiej było znosić trudy nauki. Liceum to już był pierwszy poważny związek. Okres studiów niestety pod tym względem wspominam dość kiepsko. Bo właśnie wte-

dy najbardziej odczułam brak bliskiej osoby w moim życiu. Szczęście uśmiechnęło się jednak do mnie, gdy na ostatnim roku spotkałam koleżkę z liceum i życie znowu nabrało sensu. Wtedy jeszcze nie wiedziałam, że to będzie ta moja dojrzała miłość.

Chociaż minęło już sporo lat, wciąż mam poczucie, że im dłużej jesteśmy razem, tym więcej przed nami nauki bycia ze sobą w różnorodnych, czasem trudnych, sytuacjach. Od prawie czterech lat staram się też uczyć okazywania miłości rodzicielskiej, innej niż do tej pory. Korzystając z wiedzy fachowej, ale i z moich własnych doświadczeń, mam nadzieję przekazać córkom to, czego nauczyłam się o miłości przez całe swoje życie. Jednocześnie wiem, że każdego dnia pojawiają się nowe wyzwania i wciąż będę musiała rewidować swoją teorię.

Wiem już na pewno, że miłość dojrzewa w nas z wiekiem i dzięki temu, co dają nam inni ludzie. Mój ideał prawdziwego uczucia zmieniał się przez te wszystkie lata. Poczynając od dzieciństwa, przez okres młodzieńczy, ewoluował, by w dorosłym życiu zetknąć się z brutalną rzeczywistością. Zrozumiałam, że nie znajduję tego, czego szukam, bo to nie istnieje. Trzeba po prostu cieszyć się tym, co jest najbliższe naszemu dążeniu do perfekcji, aby nie przeoczyć swojego szczęścia. Prawdziwa miłość to ta, w której potrafimy trwać mimo kłótni, żalu, zranionej dumy czy ostrych słów rzucanych w złości. To również umiejętność kontrolowania i doskonalenia siebie, by nie ranić najbliższych, dążąc do zaspokojenia własnych potrzeb. Najbardziej uniwersalne określenie na sedno tego uczucia to dawać, nie patrząc na to, co dostajemy w zamian. Im więcej bowiem koncentrujemy się na innych, tym bardziej oni czują się doceniani, wyjątkowi i godni miłości. Tym samym odwzajemniają to, co otrzymują od nas. Jeżeli wydaje nam się, że druga połówka – dziecko czy inna osoba, którą darzymy tym uczuciem – nie kocha nas w stopniu, w jakim byśmy oczekiwali, to zastanówmy się, co my możemy dla nich zrobić, aby poczuli się w tej relacji lepiej. Wiem, łatwiej powiedzieć niż zrobić, ale nikt nie mówił, że to bajka. Nie jest to łatwe. Trudno jest wyzybyć się ocen i oskarżeń pod adresem drugiej strony. Nie chodzi o to, żeby pozwolić sobą po-



miatać czy pozwalać dzieciom na wszystko i spełniać każdą ich zachciankę. Ale my też nigdy nie jesteśmy całkiem bez winy. Rzeczy naprawdę ważne niestety często wymagają wyrzeczeń i ciężkiej pracy. Nie bez powodu to temat opisywany i roztrząsany od stuleci. Błahostkami nikt by się nie zajmował. Jeśli chcemy osiągnąć w życiu coś wyjątkowego, to wymaga zaangażowania, bo nikt nie da nam tego za darmo. A są dążenia, na które pracuje się całe lata.

Ja, mimo wielu zwątpień, ciągle wierzę i nie przestaję walczyć o to, by osoby mi najbliższe darzyć takim właśnie dojrzałym, wyjątkowym uczuciem. Tylko wtedy dowiedzą się, jak chciałabym być kochana przez nie. Staram się nieustannie doskonalić w wielu dziedzinach, choć nie zawsze mi się udaje. Pracuję nieustannie nad wytrwałością, wyrozumiałością i cierpliwością, bez których naprawdę kochać się nie da. Nie należę do osób głęboko wierzących, ale pewne treści uważam za uniwersalne: „Miłość cierpliwa jest, łaskawa jest. Miłość nie zazdrości, nie szuka poklasku, nie unosi się pychą; nie jest bezwstydna, nie szuka swego, nie unosi się gniewem, nie pamięta złego; nie cieszy się z niesprawiedliwości, lecz współweseli się z prawdą. Wszystko znosi, wszystkiemu wierzy, we wszystkim pokłada nadzieję, wszystko przetrzyma. Miłość nigdy nie ustaje.” ◀

## SPŁYW KAJAKOWY 22 LUTEGO

rys. Piotr Drejer



ŁAMIGŁÓWKA DLA CZYTELNIKÓW:  
DOPASUJ KAJAK DO EKIPY.  
NAGRODA: MIEJSCE W KAJAKU  
W NASTĘPNEJ EDYCJI



I WSZYSCY ŻYLI DŁUGO I SZCZĘŚLIWIE, ZEBY  
NIE BYŁO, ŻE SIĘ KTOŚ UTOPIŁ.



# Tyko bez wymówek

Tegoroczna zima zaskoczyła nas wszystkich. Była bardzo łagodna. Drogowcy, kierowcy, piesi byli zadowoleni, ale dzieci na pewno nie cieszył taki stan rzeczy. Wiadomo – wszystkie, te młodsze, starsze i te najstarsze uwielbiają zabawy na śniegu i lodzie.

Kiedy byłem dzieckiem, zimy były tak mroźne, że co roku zamarzała Krzna i bagienko przy Alejach Tysiąclecia, a przy każdej szkole i prawie przed każdym blokiem wylwane były mniejsze lub większe lodowiska. Większość dzieciaków i wielu dorosłych spędzało czas, naśladując łyżwiarzy figurowych, ścigając się po lodzie, grając w berka czy hokeja. Ja pierwszy raz weszłam na lód, gdy miałam sześć lat i od tamtej pory jazdę na łyżwach uważam za jeden ze sportów, które dają największą dawkę pozytywnej energii, poczucie szczęścia, a nawet wolności.

Moje pierwsze łyżwy były czarne, mówili mi, że to „chłopskie”, ale mnie się podobało, że mogę się wyróżnić. Trzeba pamiętać, że trudno było kupić łyżwy, za to można je było wypożyczać np. w ówczesnych zakładach Biawena lub odwiedzić po ciotkach i wujkach. Zresztą, nieważne, jak się je zdobywało, byleby jeździć.

W latach 70. i 80. ubiegłego już wieku w Białej organizowano integracyjne zabawy na śniegu, w których uczestniczyły szkoły, zakłady pracy i jedyna w owym czasie bialska

uczelnia. Generalnie społeczeństwo chętnie wypoczywało na świeżym, nawet mroźnym, powietrzu.

Później niestety, zimy zelały i nastał czas „lodowiskowej” posuchy. Nikt nie wylewał już wody przed blokami, szkoły też w tym temacie jakby się opuściły i jedyne lodowisko bywało przy MOSIR-ze. Myślę sobie, że wtedy dzieci miały smutne ferie. Na szczęście te czasy minęły i choć zimy nie są wcale ostrzejsze, za to technologie poszły do przodu. Dzięki temu nawet przy dodatnich temperaturach możemy cieszyć się zabawą na łyżwach. Zimą, w naszym mieście działają dwa lodowiska i można na nich wspaniale spędzić czas. Wystarczy tylko chęci i odrobina odwagi.

My chodziliśmy rodzinnie – było naprawdę świetnie! Zresztą, ci, którzy za sportami zimowymi nie przepadają, mogli ruszać się inaczej. Przez większość czasu pogoda sprzyjała rowerzystom i biegaczom, których coraz więcej na naszych chodnikach. Powiem szczerze, że podziwiam biegaczy. Ja nie przepadam za tym sportem. Już bliższe jest mi chodzenie z kijkami. Cały rok można spotkać miłośników nordic walkingu przemierzających nasze chodniki (głównie późnymi wieczorami) w parach lub samotnie. Taki widok cieszy i naprawdę podziwiam ludzi, którym się chce, bo co tu ukrywać – w naszym mieście sporty



Edyta Tyszkiewicz

na świeżym powietrzu wciąż uprawiają tylko nieliczni. Nie wiem, z czego to wynika. Czy z lenistwa, czy ze wstydu, a może z takiej naszej bialskiej mentalności, która każe mówić – że tu jest nudno, że tu się nic nie uda, że tu nic się nie dzieje i nic nie można? Na lodowiskach głównie dzieci, na boiskach głównie dzieci, a przecież dorosłość nie oznacza nudy i braku ruchu. Możemy się wspólnie świetnie bawić. Wiosna zbliża się wielkimi krokami, więc, kochani bialczanie, nie będziecie mieć wymówki, że za zimno, że nieprzyjemnie i lepiej przed telewizorem posiedzieć. Wyjdźcie z domów, zróbcie pierwszy krok. Pozwólcie sobie na odrobinę pozytywnej energii i uśmiechu. ◀

## Blżej - dalej

Już dawno szukałam polskiej książki osadzonej w nurcie realizmu magicznego łączącej w sobie tak wiele elementów, które lubię, czyli tajemnicę i akcję wciągającą już od pierwszej strony i trzymającą do samego końca. „Blżej Dalej” Marty A. Trzeciak opowiada o podróży. Podróż w poszukiwaniu zaginionej siostry, podróży w głąb siebie, podróży w przeszłość i przyszłość.

A wszystko zaczyna się w chwili, kiedy pod domem Matyldy zjawia się przyrodna siostra, zwariowana, nadużywająca alkoholu perkusistka Rita, która przynosi wieść o śmierci ich ojca. Choć Matylda już dawno zerwała kontakt z rodziną, o której nie wspominała nawet swojej nastoletniej córce Ofelii, bez wahania pakuje siebie i córkę do zdezelowanego samochodu narzeczonego Rity i jedzie na pogrzeb. Bez wahania nie znaczący bez niepokoju. Nie tylko śmierć ojca jest dla niej trudnym przeżyciem. Czekają ją jeszcze spotkania z drugą przyrodnią siostrą – cierpiącą na bezsenność Stellą oraz z żoną ojca Adaleną, która przez lata była dla dziewczyn kimś

bardzo ważnym.

Wraz z wkroczeniem do dziwnego, pełnego kobiet domu Adaleny powoli zaczynamy dotykać magii (nie należy tego słowa mylić z czarami).

Adalena, kobieta pełna ciepła i mądrości, budzi wśród wielu kobiet skrajne uczucia. Jedne są jej dozgonnymi przyjaciółkami, inne mają za największego wroga. Wszystko przez to, że była jedyną prawowitą żoną mężczyzny, który kochał wszystkiego kobiety na świecie, a one kochały jego. Zapraszając na pogrzeb byłego kochanki swojego męża, Adalena igra z ogniem. Ale właśnie tak czyniła przez większość swojego życia – przyjmowała i pocieszała każdą, którą porzucił jej mąż. Latami była też podporą dla jego córek. Teraz musi im pomóc uporać się ze śmiercią ojca i przygotować na kolejne ciosy, które zsyła im los.

Kilka dni po pogrzebie Stella wyjeżdża z pewnym tajemniczym i niebezpiecznym mężczyzną. Matylda pogrążona w swoim



ból po stracie ojca nie zauważa niczego, nie interesuje jej tak naprawdę nawet to, co dzieje się z jej córką. Za to Rita, znając upodobania Stelli do związków z psychopatami, szaleje z niepokojem. Adalena przyjmuje fakt wyjazdu swojej córki ze względnych spokojem. Wie, że każde zdarzenie ma swój czas i to, co ma nadejść, na pewno nadejdzie. Kiedy ten czas nadchodzi, Rita i Matylda wyruszają na poszukiwanie siostry. By ją znaleźć, muszą zanurzyć się w świecie przestępczym, zmierzyć z własnymi słabościami i wspomnieniami.

Muszą poznać prawdziwą historię swojego ojca. Muszą też na nowo odkryć w sobie moc własnej intuicji, którą otrzymały w darze. Marta Trzeciak doskonale prowadzi akcję, która wciąga czytelnika od pierwszych stron. Bardzo dobrze też rysuje postaci trzech sióstr, z których każda jest inna. Zapewne nie wszystkim powieść przypadnie do gustu, ale ci, którzy szukają w życiu odrobiny magii, będą zadowoleni. ◀

# GWIAZDA

Katarzyna Fronc

Fot. archiwum



**D**ebiutowała na deskach krakowskiego Teatru im. Juliusza Słowackiego. Zablysła w Hollywood. Urodą i talentem podbiła Manhattan. Występowała u boku aktorskich sław Ameryki i przed kamerami wielkich reżyserów. Oczarowała krytyków w Chile, słuchaczy Radia Wolna Europa i Głosu Ameryki... Prestiżowy magazyn ilustrowany „Look” podczas jej występów na scenach Broadway’u nazwał ją „Modern Modrzejewska”. O kim mowa? O urodzonej w Białej Podlaskiej Lidii Próchnickiej.

Dziś Wojskowa Komenda Uzupełnień. W latach 20. ubiegłego wieku okazały dom rodzinny Próchnickich wybudowany według projektu zdolnego inżyniera Aleksandra Próchnickiego. To tu założył rodzinę ten miłośnik Podlasia. I to tu 3 maja 1920 roku urodziła się jedna z jego córek, Lidia, później okrzyknięta przez prasę „Gwiazdą obu Ameryk”.

## Prolog

Wielki talent i szlachetna uroda Lidii Próchnickiej to niewątpliwie zasługa jej rodziców – wspomnianego inżyniera Aleksandra Próchnickiego i jego żony Wandy Krassowskiej, pianistki pasjonującej się strzelectwem i łucznictwem. Próchnicy zaliczali się do elity Białej Podlaskiej. On – zdolny architekt i malarz. Ona – pianistka, czołowa polska łuczniczka i białska filantropka, organizująca w mieście koncerty charytatywne. Nic dziwnego, że córki, wychowywane przez tak wszechstronnych ludzi, też osiągnęły sukces. W domu rodzinnym, gdzie dyskutowano o sztuce, malarstwie i muzyce, Lidia i jej młodsza siostra Stella chłonęły atmosferę kultury wysokiej. Rodzice dawali im możliwości artystycznej ekspresji – na jednej ze ścian domu dziewczęta mogły rozwijać swoje zdolności plastyczne. Jak pisze Jadwiga Jagoda Srokowa, „Lidka często ustawiała rzędami krzesła w salonie, mówiła, że jest aktorką i recytowała wiersze, a jedynymi widzami była siostra i pani Karczewska [Gienia Karczewska prowadziła dom państwa Próchnickich – przyp. KF]”. To wkrótce miało się zmienić, a Lidię na największych scenach podziwiać oczarowane nią tłumy publiczności.

## Akt I – Kraków

Lidia zdała maturę już w Warszawie, w Żeńskim Gimnazjum i Liceum im. Juliusza Słowackiego w 1938 r., dokąd przenieśli się Próchnicy w związku z objęciem przez głowę rodziny nowej posady. W czasie okupacji w warszawskim mieszkaniu przy ul. Mochnackiego odbywały się nie tylko koncerty, ale również konspiracyjne spotkania młodzieży na wykładach Państwowego Instytutu Szkoły Teatralnej, podczas których wykłady prowadzili m.in. Zofia Małynicz, Stefan Jaracz, Bohdan Korzeniewski, Edmund Wierciński, Jerzy

Turowicz czy Stanisława Wysocka. Lidia korzystała z tych możliwości po tym, jak wybuch wojny przerwał jej ledwo zaczęte studia w Wyższej Szkole Dramatycznej w Warszawie.

Lidia, jak jej koledzy, nie żyła w oderwaniu od sytuacji politycznej. Była żołnierzem Armii Krajowej i brała udział w powstaniu warszawskim. Po jego upadku uciekła z obozu w Pruszkowie i dostała się do Krakowa. Tam właśnie zaczęła się jej kariera. Najpierw występowała w Teatrze Wojska Polskiego i różnych słuchowiskach krakowskiej rozgłośni radiowej. Spektakularny sukces odniosła, debiutując rolą panny Maliczewskiej w sztuce Gabrieli Zapolskiej wystawionej w 1945 r. na deskach Teatru im. J. Słowackiego w Krakowie. Zebrała świetne recenzje, podobnie zresztą jak za drugą, choć już nie pierwszoplanową rolę Marianny w „Świętoszku” Moliera. W sumie zagrała w sześciu premierach – oprócz wspomnianych jako Melanfo w „Penelopie” Morstina, Zuzanna w „Królu” Caillaveta i Flersa, Anna w „Zamachu” Berezy i Dygata i jako Krystyny Kowalska w sztuce Niewrowicza „Ich dwóch”. Publiczność oklaskiwała Próchnicką, a krytycy rozptyliwali się w zachwytach, pisząc o znakomitych kreacjach młodziutkiej aktorki.

## Akt II – Emigracja

Lidii nie dane było występować w stolicy. Jak pisze Jerzy Sroka, główną przeszkodą były intrzygi (obawiającej się ze strony Próchnickiej konkurencji) Niny Andycz – żony ówczesnego premiera, Józefa Cyrankiewicza. „Ta świetna przecież polska aktorka, ze względu na swą pozycję społeczną (prominencką, jak byśmy to dzisiaj nazwali), sprawowała nieformalne rządy nad polskimi teatrami”.

Próchnicka bezskutecznie próbowała wyjechać do Paryża, jednak ówczesne władze komunistyczne jej to uniemożliwiły. Powód? Narażenie się rolą w sztuce „Zamach” Berezy i Dygata poruszającej problem konspiracyjnego podziemia. Ostatecznie 18 czerwca 1946 r. razem z narzeczonym Alfredem Andreasem przez „zieloną granicę” przedostała się na Zachód. Przez Czechosłowację, Niemcy i Belgię trafiła do Paryża. Tam w październiku 1946 r. para wzięła ślub.

Po francusku Próchnicka grała w teatrze



i szlifowała swoje umiejętności, studiując sztukę mimu. Otrzymała też propozycję roli w filmie o Mozarcie, który jednak nie został zrealizowany z powodu fali strajków. 20 lutego 1949 r. wypłynęła statkiem do Chile, by tam kontynuować swoją karierę.

Próchnicka była nie tylko utalentowana i piękna, ale też pracowita. Szybko opłamała język hiszpański i rozpoczęła pochód do sławy. Wystąpiła m.in. w roli Ady w „Histoire de Rive” Salacrou i „Amfitrionie 38” Giraudoux. Jednak wielki sukces przyniosła jej rola Królowej w sztuce „Orzeł dwugłowy” Jeana Cocteau. Za nią w 1951 r. otrzymała państwową nagrodę teatralną. Było to bezprecedensowe wydarzenie, które wywołało protest miejscowych aktorów. Byli oburzeni przyznaniem tak prestiżowego wyróżnienia cudzoziemce.

### Akt III – W blasku fleszy

W 1954 r. Próchnicka przyjęła propozycję Leonidasa Dudarew-Ossetyńskiego i wyjechała do Hollywood. Tam związała się z wędrownym teatrem Modjeska Players (Aktorzy Modrzejewskiej). W granej po angielsku (po dwóch miesiącach nauki języka) „Karczmareczce” Goldoniego („Mirandolina”), której premiera odbyła się 25 maja 1955 r. w Los Angeles, odniosła wielki sukces. Po występie odebrała gratulacje od przebywającej wówczas w Hollywood aktorki Poli Negri.

Z trupą Ossetyńskiego wyruszyła w tournée po Stanach Zjednoczonych i Kanadzie, zachwycając publiczność. Z programem „Od Fredry do Powstania” przejechała 40 tysięcy mil.

👉 **W Chicago, New Yorku, Detroit, Buffalo, Ottawie, Toronto, Montrealu (...) Próchnicka i Ossetyński byli serdecznie witani i nagradzani burzliwymi oklaskami👉.**

W 1958 r. zagrała po polsku w komedii Romana Niewiarowicza „Mundur, miłość i



Paryż”. Trzy lata później Próchnicka znów święciła tryumfy, tym razem na Broadwayu. To tu osiadła po ślubie z amerykańskim adwokatem i to tu, na deskach Sheridan Square Playhouse, zagrała polską pilotkę-akrobatkę w sztuce Shawa „Mezaliani” – dwieście razy przy pełnej widowni. „Jak to się stało, – pisał popularny nowojorski krytyk teatralny Artur Gleb – że nie znaleźmy dotąd w Nowym Jorku Lidii Próchnickiej, tej wspaniałej aktorki o rozwianej czuprynie...”. Prasa była zachwycona. „New York Times”, pisząc o jej roli, wiele miejsca poświęcił zdaniu: „I am Pole”, które pada w tej sztuce, podkreślając, że Próchnicka wypowiedziała je z nieprawdopodobną dumą, i stwierdzając, że „koniecznie należy ją w tej roli zobaczyć”. Próchnicka zagrała też główną rolę w wystawianej na scenie „off Broadway” sztuce Kerra „Pieśń o Bernadecie” („The song of Bernadette”). To o tej kreacji z niekłamany entuzjazmem pisał znany nowojorski krytyk William Honon: „(...) oszalałem z zachwytu. Sprawiała to nowa gwiazda teatru wschodząca na Broadwayu. (...) Próchnicka (...) to wielkiej klasy aktorka. Wspaniała, smukła, niebieskooka dziewczyna o głosie jasnym, czystym, klarownym... Jej gra nie polega na aktorskich trickach, zagraniach. Aktorka ta, to wszystko co przeżywa na scenie – przeżywa naprawdę. (...) Jej kreacja (...) oprócz doskonałej lekcji i pokazu aktorskiego kunsztu (...) jest ponadto kojącym nektarem wiosny, stanowiąc również swojego rodzaju antidotum (...)”.

Próchnicka z powodzeniem występowała też w radiu i telewizji. Po sukcesach

teatralnych przyszedł czas na kino. Lidia zagrała w kilku amerykańskich filmach fabularnych u boku czołowych aktorów. Główną rolę w „The Group” powierzył jej Sydney Lumet. Główna rola przypadła jej także w kostiumowym filmie „Dante’s Inferno”, który był wyświetlany na Broadwayu przez kilka miesięcy. Dużym powodzeniem cieszył się obraz „Girl in a hurry” z udziałem polskiej aktorki, która pojawiła się też na szklanym ekranie, m.in. w filmach „The Lodge”, „The Mark”, „Revolution In Russia” czy „Connection”.

### Epilog

Próchnicka była gwiazdą. Niewątpliwie mogła być większą, ale mimo sugestii i namów amerykańskich producentów nie zmieniła trudno brzmiącego polskiego nazwiska. „Chcę – mówiła reporterom Próchnicka – aby właśnie polskie nazwisko było głośne w świecie, bo pragnę sławić imię Polski na świecie”. ◀

*Za pomoc w zebraniu informacji o Lidii Próchnickiej dziękuję paniom Annie Mieszkowskiej i Justynie Gorzkowicz oraz panu Marcinowi Filipowiczowi, który jest spowinowacony z bohaterką artykułu. Pisząc go, korzystałam m.in. z książek Jerzego Próchnickiego „O Próchnickich z Próchnika herbu Korczak”, Szczepana Kalinowskiego „Kolo Białczan. Historia stowarzyszenia w latach 1922-2012” oraz artykułów Jerzego Sroki, Jadwigi Jagody Srokowej i Łukasza Trzebińskiego.*

Katarzyna Fronc  
Fot. Grzegorz Doroszuk

# DOBRZE



**K**laudia ma zdiagnozowany obustronny niedosłuch zmysłowo-nerwowy głębokiego stopnia. Podobnie jej młodsza siostra Laura. Od jakiegoś czasu dzięki wszczepionym implantom słyszą także 3-letni Kacper oraz o rok starszy jego imiennik, a także dzięki aparatom Krystian i Roksana. Dziś wszyscy uczą się mówić, korzystając z zajęć terapeutycznych w Specjalistycznym Ośrodku Diagnostyki i Rehabilitacji Dzieci i Młodzieży z Wadą Słuchu Polskiego Związku Głuchych.

Język polski nie należy do prostych. Szczególnie, kiedy pojawiają się problemy z jego percepcją. A jak się okazuje dzieci, które mają kłopoty z przyswojeniem mowy jest coraz więcej. Pomocą służą im specjaliści zaburzeń mowy.

### Kompleksowa terapia

Logopedów, bo o nich mowa, jest co prawda coraz więcej, ale nadal niewystarczająco dużo. Zdarza się, że prowadzą zajęcia w szkołach czy przedszkolach publicznych, częściej otwierają prywatne gabinety. W tych ostatnich wizyty są jednak płatne. Co w przypadku, kiedy rodzica nie stać na ten niezbędny – w wielu przypadkach – wydatek? Z pomocą przychodzi działający od 20 lat Specjalistyczny Ośrodek Diagnostyki i Rehabilitacji Dzieci i Młodzieży z Wadą Słuch

chu PZG przy ul. Kąpielowej w Białej Podlaskiej. W placówce funkcjonuje również poradnia logopedyczna dla dzieci ze sprawnym słuchem fizycznym. – Wachlarz proponowanych przez nas usług jest bardzo szeroki i skierowany do dzieci z różnymi zaburzeniami – wyjaśnia Jowita Władczuk. Z terapii w kierowanej przez nią placówce korzystają dzieci z zaburzeniami w rozwoju, autystyczne, z zespołem Aspergera, zespołem nadpobudliwości psychoruchowej, z dyslalią, dysleksją, opóźnionym rozwojem mowy, jak również z zaburzeniami emocjonalnymi i problemami natury wychowawczej.

### Nauka przez zabawę

Takie zaburzenia wymagają zróżnicowanych metod i technik terapeutycznych, stąd w ośrodku świadczone są usługi logope-

dyczne, neurologopedyczne, surdologopedyczne, ale również psychologiczne i pedagogiczne. – Poza tym mamy zatrudnionego masażystę i fizjoterapeutę. Prowadzimy zajęcia z integracji sensorycznej, terapię ręki i muzykoterapię – wylicza Władczuk.

Biała placówka przy Kąpielowej obala stereotyp gabinetu logopedycznego. Lustro jest, owszem, bo niezbędne, ale oprócz niego pełno zabawek – oczywiście edukacyjnych, pomocy wprawdzie dydaktycznych, ale atrakcyjnych dla dzieci. – Mowy uczymy przez zabawę, w przyjaznym dzieciom otoczeniu po to, by chciały się uczyć i nie zniechęcały się do cotygodniowych wizyt – wyjaśnia pedagog specjalny Marta Tokarska-Danieluk.

### Rehabilitacja dzieci, wsparcie rodziców

O tym, że rehabilitacja słuchu i mowy jest



# POWIEDZIANE

bardzo potrzebna, świadczy ilość zgłaszających się do bialskiego ośrodka rodziców. Pochodzą nie tylko z Białej Podlaskiej. Wiele osób przywozi swoje pociechy do bialskiego ośrodka z miejscowości oddalonych nawet o kilkadziesiąt kilometrów. – Zajęcia prowadzimy nieodpłatnie, a dla wielu osób to naprawdę duże odciążenie finansowe. Mamy podpisany kontrakt z Narodowym Funduszem Zdrowia na prowadzenie rehabilitacji osób z dysfunkcją narządu słuchu i mowy. Ponadto realizujemy projekt finansowany z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych „Poznawczo-emocjonalno-społeczny rozwój dzieci i młodzieży z różnymi typami niepełnosprawności”, a dodatkowo świadczymy specjalistyczne usługi dla dzieci z zaburzeniami psychicznymi we współpracy ze Stowarzyszeniem Synergia na rzecz Gminy Biała Podlaska – wyjaśnia Władyczuk. I dodaje: – Dbając o jakość prowadzonych w ośrodku terapii, kadra stale podnosi swoje kwalifikacje.

## Ważna diagnoza

Jeszcze kilka lat temu nie było tak wielu wad wymowy. – Dzieci szybciej zaczynały mówić i sprawniej im szła nauka. Teraz siedzą przed komputerami, mało bawią się klockami, puzzlami. Rodzice mało z nimi rozmawiają, a to wszystko ma wielki wpływ na rozwój mowy – podkreśla Władyczuk, dodając, że wielu rodziców nie widzi problemów związanych z rozwojem mowy u swoich dzieci. – Czasem wypierają problem, uważając, że albo go nie ma, albo trudności same miną. A tak w większości przypadków niestety nie jest i trzeba wdrożyć terapię – mówi. Dlatego ci, którzy przyprowadzają swoje pociechy do ośrodka przy Kąpielowej, zobowiązują się do pracy z dziećmi w domu. – Nawet wizyty co tydzień nie są wystarczające, stąd nasze wytyczne dla rodziców – wyjaśnia pani kierownik, wskazując na ważną kwestię, gwarantującą sukces, jaką jest częstotliwość spotkań z logopedą.

Warto podkreślić, że w przypadku wszystkich zaburzeń rozwojowych czy niepełnosprawności – w tym niedosłuchów – podstawą skutecznych oddziaływań terapeutycznych jest rzetelna diagnoza wielospecjalistyczna. – Na jej podstawie możemy konstruować indywidualne programy terapeutyczne, uwzględniające ograniczenia, a bazujące na możliwościach każdego z naszych podopiecznych – mówi logopeda

Magdalena Szlaska. Z kolei Tokarska-Danieluk wskazuje na jeszcze jedną ważną kwestię. – Za diagnozą idzie możliwość uzyskania orzeczenia o niepełnosprawności, jak również opinii o potrzebie wczesnego wspomagania. Oddziaływania dostosowane do możliwości i potrzeb dziecka oraz systematyczność terapii warunkują wspieranie prawidłowego rozwoju naszych podopiecznych – tłumaczy.

## Radość ze słów

Terapeuci podkreślają, jak bardzo wzruszające są chwile, kiedy dziecko odnosi każdy najmniejszy sukces. – W przypadku dwuipółletniej Laury było to pierwsze słowo: „koło”. Bardzo się z niego cieszyliśmy – przyznaje Marta Tokarska-Danieluk. – Ja byłam niezmiernie wzruszona, kiedy usłyszałam od Kacpra pierwsze słowo, którym było „mama” – wspomina Szlaska. – Byłam nie mniej dumna niż jego własna mama. W przypadku dzieci ze zdiagnozowanym niedosłuchem priorytetem jest jak najwcześniejsze przewyciężenie izolacji słuchowej. – Pierwsze półrocze życia jest najważniejszym okresem dla rozwoju funkcji słuchowych, dlatego uświadamiamy rodzicom, jak istotne jest szybkie zainstalowanie czy wszczęcie implantu ślimakowego oraz wychowanie słuchowe. Jeżeli w tym czasie dziecko otrzyma właściwą pomoc, ma szansę na rozwój słuchu i mowy podobny do prawidłowo funkcjonujących rówieśników – zapewnia Szlaska. Celem wszelkich działań terapeutycznych jest zwiększenie szansy na samodzielne i sprawne funkcjonowanie tych dzieci w świecie osób słyszących.



## Im wcześniej, tym lepiej

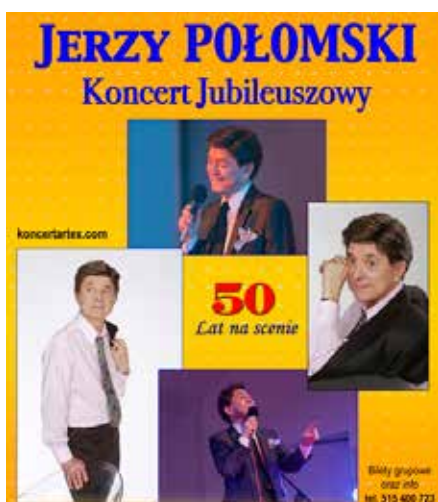
Chociaż ciągle jeszcze dominuje przekonanie, że logopedzi zajmują się wyłącznie z dziećmi sepleniącymi czy jękającymi się, to świadomość rodziców w kwestii zaburzeń mowy jest coraz większa. Wiedzą, że logopedzi pracują już z maleńkimi dziećmi, np. z noworodkami z obciążonym wywiadem okołoporodowym, uszkodzeniami neurologicznymi czy wadami genetycznymi, ale też niepotrafiącymi prawidłowo jeść czy niemówiącymi. Jak przyznaje logopeda Magdalena Szlaska, rodzice coraz wcześniej przyprowadzają swoje dzieci do jej gabinetu. – Trafia do nas dużo dzieci w pierwszym półroczu życia – mówi Szlaska, dodając, że najlepiej zadbać o rozwój mowy dziecka jeszcze zanim wypowie pierwsze słowa. Trzeba kontrolować jego odruchy – ważne jest prawidłowe ssanie, polykanie, oddychanie. W przypadku tak małych dzieci, wskazujemy rodzicom, w jaki sposób powinni się nimi zajmować – wyjaśnia terapeutka. – Ważne, żeby nie tracić czasu, najważniejszego czasu na rozwój mowy. ◀



- ▶ 5 marca o godz. 18.00 Galeria Podlaska (przy ul. Warszawskiej 12) zaprasza na wernisaż Ewy Borowskiej. Wystawę obrazów pt. „Podróż bez końca” będzie można oglądać do 8 kwietnia w godzinach otwarcia galerii (pon.-pt. 8.00-16.00, niedz. 10.00-16.00, sob. – nieczynne).



- ▶ 6 marca o godz. 18:00 w Galerii Podlaskiej przy ul. Warszawskiej 12 wernisaż wystawy z kolekcji lubelskiej Galerii Labirynt, która, realizując cel Lubelskiego Biura Wystaw Artystycznych, przybliża, interpretuje i promuje sztukę współczesną. Wystawę będzie można oglądać do 8 kwietnia. Artyści zapraszają do galerii przez cały tydzień, z wyjątkiem sobót, w godzinach od 8.00 do 16.00, zaś w niedzielę od 10.00 do 16.00.
- ▶ 13 marca o godz. 18.00 w Muzeum Południowego Podlasia wernisaż otworzy wystawę fotografii autorstwa utalentowanego białczanina Adama Pańczuka. Za cykl „Karczeby” zdobył w 2014 r. zdobył prestiżową nagrodę w konkursie na najlepszą książkę roku Pictures of the Year International. Warto zobaczyć! Ekspozycja potrwa do 3 maja.



- ▶ 14 marca o godz. 17.00 w sali widowiskowej przy ul. Brzeskiej 41 odbędzie się koncert jubileuszowy Jerzego Połomskiego. Wielbiciele piosenki pt. „Cała sala śpiewa z nami” mogą kupić bilety w Białskim Centrum Kultury, Klubach Kultury Eureka i Piast oraz na stronie internetowej [www.koncertomania.pl](http://www.koncertomania.pl).
- ▶ 25 marca nie lada gratka dla fanów Lao Che. Zespół z koncertem promującym najnowszą płytę „Dzieciom” wystąpi o 20.00 w Kinie Merkury. Bilety można kupić w białskim sklepie Tulimy przy ul. Warszawskiej 6 (w godz. 10.00-17.00) oraz na stronie internetowej: [www.koncertomania.pl](http://www.koncertomania.pl).



25.03.2015 Biała Podlaska  
Kino Merkury

- ▶ Z okazji Międzynarodowego Dnia Teatru 26 marca o godz. 19.00 Białskie Centrum Kultury zaprasza gorąco do sali widowiskowo-konferencyjnej przy ul. Brzeskiej 41 na spektakl pt. „Randka w ciemno na dwie pary”. W komedii pełnej nieoczekiwanych zwrotów akcji, wystawianej na deskach Teatru Palladium, grają m. in.: Tomasz Stockinger, Krzysztof Ibisz, Jacek Kawalec, Ewa Ku-

lińska i Olga Borys. Bilety (70 zł) można rezerwować, dzwoniąc pod numery tel.: 81-341-67-18 lub 887-300-555.

- ▶ 29 marca w sali widowiskowo-konferencyjnej przy ul. Brzeskiej 41 o godz. 15.00 i 19.00 będzie można zobaczyć spektakl „Kot w butach” w reżyserii Artura Dziurmana. Na scenie wystąpią aktorzy krakowskiego Teatru Itan. Bilety (35 zł) można kupić w siedzibie firmy Norencio przy ul. Sidorskiej 102 oraz w Fabryce Ciąła przy ul. Janowskiej 58. Rezerwacja telefoniczna pod nr. tel. 509-225-970.



- ▶ 31 marca w sali widowiskowej przy ul. Brzeskiej 41 będzie też można obejrzeć muzyczną opowieść o przyjaźni misia i pieszka pt. „Tymoteusz i Psiuńcio”. Autorem jest Jan Wilkowski. Spektakl jest przeznaczony dla dzieci od lat 3, a bilety można kupić w Klubie Kultury Scena przy ul. Zygmunta Augusta 6 (tel. 83-341-64-18) i w Impresariacie BCK przy ul. Warszawskiej 11 (pokój nr 6, tel. 83-341-67-18).







11 marca 1923 r.

„Kradzież bielizny. Z 4 na 5 b.m. ze strychu Edelmana Krengla, zam. przy ul. Janowskiej Nr. 6 skradziono bieliznę. Poszkodowany oblicza straty na pół miliona mk.” [pisownia oryginalna]. Bielizna za miliony – dziś taką, np. z Victoria’s Secret, trzymalibyśmy (-łybyśmy) raczej w sejfie...

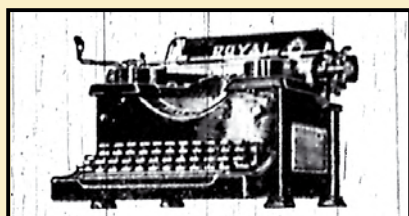
15 marca 1931 r.

„Przed 19 marca. W związku z imieniami marszałka Piłsudskiego w dniu 19 marca zawiązał się specjalny komitet, którego zadaniem będzie opracować program obchodu. Jak w innych miastach tak i w Białej sprzedaje się kartki pocztowe adresowane na Maderę. Ponadto na rynku mają być wyświetlane obrazy z życia Marszałka (...).” Dzisiaj nieważne – Madera, Majorka, Minorka – lalkowalibyśmy Marszałka w Internecie.

„Zima. Marzec przyniósł z sobą grubą warstwę śniegu, który w następnych dniach pod wpływem promieni słonecznych zaczął tajać, tworząc tak dobrze znane w Białej uliczne stawki, w których utopić się trudno, ale obłoczyć to można po same uszy.” A to brzmi nawet dość współcześnie.

22 marca 1931 r.

„Co grają w kinach: Kino Dom Żołnierza 34 p.p. – „Żywy Trup”, Miraż „Pieśń Żywiołów”, Słońce „Lokomotywa N 2329”. Jeszcze jedno kino i dorównamy przodkom.



marzec 1956 r.

„Biała Podlaska prowadzi walkę z pijaństwem: Stosownie do żądań społeczeństwa prezydium PRN (Powiatowej Rady Narodowej) w Białej Podlaskiej powzięło uchwałę, mającą na celu przeciwdziałanie pladze pijaństwa”. Uchwała prezydium PRN zabraniała sprzedawać alkohol osobom nietrzeźwym, młodzieży szkolnej. Uchwała przypominała też ustawowe rygory „dotyczące sprzedaży napojów alkoholowych w dniach wypłat, w soboty i w porze obiadowej”. Podkreślała też, iż „Niedopuszczalne jest przebywanie w zakładach gastronomicznych osób podpiętych. Osoby przynoszące do zakładów zbiorowego żywienia własne napoje alkoholowe w celu spożycia ich w godzinach dozwolonych, obciąża się dodatkową marżą zarobkową. W stosunku do tych, którzy zostaną przyłapani na spożywaniu napojów alkoholowych w godzinach niedozwolonych, stosuje się te same sankcje, a ponadto muszą tacy goście niezależnie opuścić lokal.” Też całkiem aktualne.

#### Migawki z życia naszego miasta:

Prezydium Miejskiej Rady Narodowej w Białej Podlaskiej nie dba o należyte oświetlenie ulic. Np. mieszkańcy ul. 1 Maja i ulic przy „Zofii Lesie” skarżą się że panują tam „egipskie ciemności” a ludzie śpieszący do pracy potykają się i wywracają. Popieramy prośbę mieszkańców ulic przy „Zofii Lesie” i prosimy o światło.”

„Dużym powodzeniem cieszą się „wieczory bajek” organizowane przez Państwowy Dom Harcerza. Największa frekwencja dopisuje, kiedy w programie „wieczorku” są bajki znanych i popularnych autorów jak: Brzechwa, Tuwim, Andersen, bajki narodów radzieckich.”

„Koło Plastyczne Domu Harcerza w Białej Podlaskiej istniejące od 1953 r. zostało wyróżnione w ogólnopolskiej wystawie plastyków we Wrocławiu. Młodzi twórcy otrzymali między innymi I nagrodę oraz wyróżnienia. Wyróżnieni zostali Irena Potkanowicz, Jan Prorok i P. Mikołajczyk.



1-15 marca 1977 r.

„Powodzenie imprezy dedykowanej ludziom rzetelnej pracy”. W latach 70. XX w. bialskiego społeczeństwa nie pochłaniała jedynie praca, a władze dbały także o kulturalny rozwój ludu pracującego. Najciekawsza impreza odbyła się na początku marca. Czytelnicy „Trybuny Zakładowej” spotkali się na imprezie filmowej zorganizowanej przez Wojewódzką Radę Związków Zawodowych w Białej Podlaskiej i Okręgowe Przedsiębiorstwo Rozpowszechniania Filmów w Lublinie. „Impreza była formą nagrody dla tych pracowników z naszych patronackich zakładów, którzy wyróżniają się w swojej działalności zawodowej i społecznej. Łącznie na widowni kina Merkury (w czasie dwóch programów) zasiadło ponad 600 osób.” Widzowie mogli obejrzeć najnowszy szwedzko-polski film „Dagny”. Podobno po imprezie wszyscy wychodzili szczęśliwi i zadowoleni. Dekadencja dla ludzi pracy. Przybyszewski nie wpadłby na lepszy pomysł...

marzec 1978 r.

„Drzazga na Dzień Kobiet”. Przy Bialskiej Fabryce Mebli powstał zespół słowno-muzyczny o wdzięcznej nazwie „Drzazga”. Drodzy Panowie! Gdybyście chcieli tym wdzięcznym epitetem obdarzyć bliskie sobie panie, uprzedźcie je jednak na wszelki wypadek, że to komplement.

„Impreza godna naśladowania”. Z inicjatywy Pracowni Rekreacji Filii AWF w Białej Podlaskiej zorganizowano zimową spartakiadę. „Głównymi organizatorami byli studenci IV roku. Nadmienić należy, że wytyczyli sobie cel wielokierunkowy.” Jednym z nich było pogłębienie więzi filii ze społeczeństwem naszego miasta. Organizatorzy zaproponowali mieszkańcom szereg konkurencji na śniegu i lodzie, m.in.: wyścig w miednicach, wyścig zaprzęgów saneczkowych, jazda figurowa na lodzie. Pokazano też skiring, czyli jazdę na nartach holowanych przez jeźdźca na koniu. „Inicjatorem tego pokazu był założyciel klubu jeździeckiego Maciej Falkiewicz.” I tak dowiedzieliśmy się, że w czasach komunistycznych Biała już miała swój Art Of Fun Festival. Tylko trochę inaczej nazwany.



# CENTRUM DRUKU I REKLAMY

projekty

gadżety  
reklamowe

puchary

DYPLOMY

książki

grawerowanie

**BANERY**

kasetony

wizytówki

**ulotki**

roll-up

**PLAKATY**

pieczętki

**BILLBOARDY**

*open  
press*



foldery katalogi

# REKLAMA DRUKARNIA

Biała Podlaska  
ul. Warszawska 13

[www.openpress.pl](http://www.openpress.pl)

*od projektu  
do efektu*