

ECHO

Konopnicy

0-6.2023

GMINA



Wiosenne odrodzenie

Rozmowa z Justyną Pargielą, zielarzem-fitoterapeutą

Droga Krzyżowa w Motyczu | Konrad i Goria

Gminny Dzień Kobiet | Kuchnia na Wielkanoc

Jarmark Wielkanocny na targowisku w Konopnicy

*Gdy nadejdą święta niech nadzieja i radość zastukają
do Waszych domów, a Wielkanoc przyniesie pomyślność,
szczęście i uśmiech każdego dnia.*

*Z okazji świąt pragniemy życzyć mieszkańcom naszej
gminy, aby radość Zmartwychwstania i nadzieja zostały
z Wami na cały rok.*

*Aby miłość płynąca ze świąt Zmartwychwstania
Pańskiego była dla Was źródłem wiary, siły i nadziei.
Alleluja, Alleluja*

Mirosław Żydek

Anna Olszak

Wójt Gminy Konopnica

Ewa Żydek

Zastępca Wójta
Gminy Konopnica

Przewodnicząca Rady
Gminy Konopnica





zdjęcie na okładkę:
Małgorzata Sulisz

Echo Konopnicy
Informator gminny

adres redakcji:
Kozubszczyzna 127 a
21-030 Motycz
tel. 81 503 10 81, 81 503 10 19
fax 81 503 10 82

e-mail:
sekretariat@konopnica.eu
promocja@konopnica.eu
usc@konopnica.eu

redaktor prowadzący:
Małgorzata Sulisz
echo.konopnicy2@gmail.com
tel. 81 503 19 65, 669 80 40 10

skład i łamanie, druk
Profis, Lipniak 8j
tel. 81 4444 333
www.profis-drukarnia.pl

Redakcja nie zwraca materiałów
nie zamawianych oraz zastrzega
sobie prawo do skracania
artykułów i zmiany ich tytułów.



fot. Anna Niedziałek (3)

Droga Krzyżowa w Motyczu

Od wielu lat przed Świątami Wielkanocnymi w parafii Motycz jest organizowana Droga Krzyżowa, która prowadzi po terenie naszej parafii - co roku w innej miejscowości. W tym roku Droga Krzyżowa wiodła po Motyczu i Kolonii i zgromadziła wielu parafian. Drogę Krzyżową prowadził ksiądz proboszcz Stanisław Szatkowski.

Idziemy powoli, szosą wśród pól i nowoczesnych posesji. Każdy niesie swoje sprawy, zaniedbania, czasem palący wstyd, że powiedziało się o jedno słowo za dużo lub nie zdążyło się komuś powiedzieć jednego, najważniejszego słowa.

Kiedyś Chrystus szedł kamienistą drogą, dźwigał krzyż, upadał i szedł dalej mimo, że wiedział co Go czeka u kresu tej wędrówki. My też idziemy, wokoło skupione twarze. Ta Droga Krzyżowa służy do przemyśleń, przebaczeń, innego postrzegania codziennych wydarzeń. Na co dzień świat pędzi do przodu. Często żyjemy powierzchownie i przytłacza nas ciągły brak czasu. A tu dzisiaj nigdzie nie trzeba się spieszyć, nie trzeba tłumaczyć się ze swoich zmartwień i trosk. Wystarczy tu być i iść za krzyżem z głęboką wiarą. Tylko Jezus, krzyż i Ty.

Może idąc za krzyżem usuniemy z serca urazy do bliźnich, staniami się lepsi, dojrzałsi duchowo...

Jest piękna pogoda. Chłodny wiatr przynosi zapach ziemi i oddech wiosny.

Taka jest nasza motycka Droga Krzyżowa 2023 r.

Anna Niedziałek



fot. Krzysztof Tomasiak



Wiosenne odrodzenie

Rozmowa z Justyną Pargiełą, zielarzem-fitoterapeutą, promotorką zdrowego stylu życia

Okazuje się, że spacer po lesie poprawia odporność, normuje ciśnienie, obniża stres. Pod warunkiem, że idziemy do tego lasu bez telefonu komórkowego, nastawiamy się na to, że uruchamiamy zmysł słuchu i słuchamy odgłosów lasu. A naszym celem jest spacer, tylko to, że idę.

Waldemar Sulisz
echo.konopnicy2@gmail.com

Skąd te zielarskie pasje?

Zacząłem się w dzieciństwie. Jestem córką leśnika, wychowałam się w leśniczówce, zioła i rośliny jadalne były na wyciągnięcie ręki. Pamiętam, jak chodziłam z babcią zbierać dziurawiec, jak miałam 8 lat, moja starsza siostra studiująca farmację robiła zielnik, chodziliśmy razem po lesie zbierać zioła na zielnik. Jak wyrzywałam z grządki kłącza perzu, to było mi żal je wyrzucać, więc je suszyłam. W domu było zawsze dużo książek, zaczytywałam się w książkach Ireny Gumowskiej, jej „Kuchnię i medycynę” napisaną wspólnie z Julianem Aleksandrowiczem polecam każdemu.

Co dalej?

Otworzyłam sklep zielarski, ponieważ zawsze interesowałam się ziołami. Od 18 roku życia jestem wegetarianką, nie jem mięsa, więc rzeczy związane z roślinami były mi bardzo bliskie. Gdy 10 lat temu spro-

wadziłam się w jedno miejsce, znalazłam tam roślinę, której jeszcze nie znałam.

To był znak, żeby w życiu zawodowo pójść w kierunku ziół.

Jaka to była roślina?

Tą rośliną był podagrycznik?

Ten chwast, zawzięcie tępiony w ogródkach?

Tak, ten chwast. Na moim rodzinnym podwórku nie rósł. Jak go odkryłam, zaczęłam o nim czytać, okazało się, że młode listki świetnie smakują w sałatce, można go zrobić jak szpinak, a w dodatku zawiera drogocenne substancje wspierające zdrowie stawów, a swoją nazwę zawdzięcza temu, że dawniej był stosowany w leczeniu podagry czyli dny moczanowej. Jak otworzyłam sklep z ziołami, to poszłam na podyplomowe studia zielarskie i to była decyzja dojrzała.

Wśród wielu historycznych postaci związanych z ziołolecznictwem jest święta Hildegarda z Bingen, której filozofia i medycyna szczególnie pani się interesuje?

To bardzo ciekawa postać, święta Hildegarda twierdziła, że informacje na temat ziół dostawała w przekazach.

W tym skrótowym stwierdzeniu kryją się także duchowe tajemnice. Dla mnie ważne było to, że mniszka działała „zielarsko” na terenie Niemiec, gdzie panują podobne do Polski warunki geograficzne i botaniczne.

Wiele roślin, o których pisze Hildegarda naturalnie u nas występują. Była doktorem Kościoła, miała specyficzne podejście do roślin, na przykład zakazywała jeść truskawek, które nam nie służą. Podobnie nie zalecała jeść porów, ale polecała gruszki.

Jej słynnym lekarstwem jest miód gruszkowy z wszeźłogą górską, pisała o nim tak: „Są to najlepsze powidła, cenniejsze niż złoto i pożyteczniejsze

niż najczystsze złoto, bowiem usuwają migrenę, zmniejszają duszności (...) oraz eliminują ową chorobę i wszystkie złe soki, które są w człowieku, w ten sposób go oczyszczając (...)".

Tak, wszewłoga rośnie w górach, jej korzeń można kupić w sklepie zielarskim. Ten gruszkowy miód świetnie wpływa na jelita, od których przecież zależy nasze zdrowie i nasza odporność. Zresztą „przepisy” według Hildegardy są w sieci, ale zawsze warto je skonsultować ze specjalistą. A co do gruszek, to w ołtarzu bazyliki Dominikanów w Lublinie znajduje się tajemniczy obraz Madonny z gruszką. Na stole leżą także inne owoce, ale to gruszka był symbolem boskiej miłości i słodyczy.

Coś jest na rzeczy. Co jest w księgach, które zostały po Hildegardzie?

No właśnie, nawiązując do przepisów według Hildegardy - w księgach są przede wszystkim ogólne zalecenia i porady. Jeśli podaje receptury, to są pisane językiem średniowiecznym i trzeba specjalistycznej wiedzy, by je „przetłumaczyć” na współczesny język. W dodatku nie ma tam proporcji, nie ma dokładnych ilości poszczególnych składników receptury. Ale też muszę powiedzieć, że święta Hildegarda zalecała używanie orkiszu, pierwotnej odmiany pszenicy, która ma zupełnie inne wartości odżywcze niż współczesna pszenica. Warto zatem pamiętać o orkiszu ale na przykład także o fiołkach, święta Hildegarda wiele pisała o fiołkach i ich używaniu.

No to wyjdźmy na spacer przed wielkanocnym śniadaniem. Na co zwrócić uwagę, a może zerwać i dodać do wielkanocnego jajka?

Jak najbardziej wspomniany już podagrycznik, jak najbardziej młode listki pokrzywy, nad brzegami lokalnych strumyków można zbierać ziarnopłon i wrzucić do żurku, ma ciekawy smak i zawiera dużo

witamin. A co do jajek. Najlepiej zrobić jajka faszerowane, posiekać żółtko z młodym podagrycznikiem, dodać odrobinę majonezu i gotowe.

Do żółtka można dodać pokrzywę, można dodać listki mniszka lekarskiego, można dodać pyszny czosnaczek, który już spotkałam w lesie zemborzyckim, a i w lasach Konopnicy rośnie. Można sobie taki czosnaczek wykopać z korzeniami i zasiedlić w ogrodzie. Czosnaczek nada się do jajka, do żurku, do sałatek, do wiosennego twarożku, na chleb z masłem.

Pani Justyno, dlaczego warto w tym dzisiejszym, niepewnym czasie ruszyć się do lasu na spacer?

To jest temat rzeka, temat na topie, mówi się o medycynie leśnej. Temat przyszedł do nas z Japonii, shinrin yoku po japońsku oznacza leśną kąpiel. Okazuje się, że spacer po lesie poprawia odporność, normuje ciśnienie, obniża stres. Pod warunkiem, że idziemy do tego lasu bez telefonu komórkowego, nastawiamy się na to, że uruchamiamy zmysł słuchu i słuchamy odgłosów lasu. A naszym celem jest spacer, tylko to, że idę. Po zmyśle słuchu otwieramy zmysł węchu, czujemy zapach świeżej ziemi czy zapach młodych pędów sosny.

No to kolejny temat. Jak nam słodkich pączków nie wolno, to w lesie czekają młode pączki sosny?

Czyli wysokiej jakości witaminy i suplementy diety. I nie mówimy tylko o pączkach sosny, ale także o pączkach lipy, które nam regenerują błony śluzowe układu pokarmowego.

Możemy jeść świeże pączki, możemy je ususzyć i robić później maceraty. Na noc zalać łyżeczkę suszonych pączków zimną wodą, rano wypić szklanekę takiego maceratu. Na spacerach zielarskich, które prowadzę wiosną obgryzamy z uczestniczkami pączki. Są bardzo zdziwione, że pączki mają tak różny smak. Na przykład ostatni znalazłyśmy dzikie

czereśnie, zwane trześniami, smak ich pączków jest mocno migdałowy. Zresztą podczas świąt Wielkiej Nocy jadło się baze, które służą do dekoracji koszyczka. Zachęcam też do zbierania pączków topoli z gałęzi zrzuconych przez wiatr. Są silnym antybiotykiem, można zrobić z nich leczniczą nalewkę.

Kto ma alergię na produkty pszczele i nie może jeść propolisu, może zastąpić propolis pączkami topoli.

Zmartwychwstanie ma wymiar religijny, ale ma także wymiar ludzki, że warto zmartwychwstać do nowego, zdrowszego życia?

Temu zmartwychwstaniu dobrze służy post. Nawet po jego zakończeniu warto na przykład odpuścić sobie jedzenie pewnych produktów, co daje nam więcej uważności w doborze jedzenia, daje nam większy kontakt ze sobą i taki też był sens czasu Wielkiego Postu. Po poście wstajemy od stołu jako inne osoby, więc warto zrobić sobie kolejne ograniczenia po to, żeby pomóc swojemu ciału.

Jak już jesteśmy przy świątecznym stole. Pościmy, a potem przez dwa dni jemy na potęgę. Co na ratunek?

Jak najszybciej iść do sklepu zielarskiego i poprosić o gorzkie zioła. Jest nawet mieszaneczka która tak się nazywa „Gorzkie zioła”. A we wtorek po świętach ugotować sobie tylko lekki bulion warzywny i cały dzień na nim funkcjonować. Po prostu pić, nie jeść. Odpuścić sobie na kilka dni internet, po świętach, po tych spotkaniach rodzinnych, po nadmiarze jedzenia i picia odpuścić sobie bodźcowanie głowy internetem. I pójść do lasu bez telefonu komórkowego.

Czego będzie pani życzyć najbliższemu, a czego czytelnikom Echa Konopnicy?

Dobrego kontaktu ze sobą. I umiejętności odpuszczania sobie i innym.

Bądźcie zdrowi. ■



fol. Małgorzata Sulisz (2)



Hanna Szymańska - prezentacja



fot. arch. SP w Radawcu Dużym

Podobno o człowieku świadczy jego czyny, a nie słowa. Chociażby z tego powodu nie warto rozpisywać się o moim wykształceniu i kwalifikacjach, bo na stanowisku dyrektora Szkoły Podstawowej im. Ziemi Lubelskiej w Radawcu Dużym rozpoczynam już III kadencję i wszyscy już mieli okazję mnie poznać. Warto jednak wspomnieć o tym, co zyskała zarządzana przeze mnie placówka w ciągu ostatnich 10 lat.

Pełniąc funkcję dyrektora szkoły, dobrze poznałam środowisko szkolne i lokalne, jego

możliwości i potrzeby. Jedną z pierwszych moich decyzji po objęciu stanowiska była zmiana sposobu żywienia w szkole. Udało się wyremontować kuchnię i jadalnię oraz wyposażić ją w profesjonalny sprzęt do gotowania i zakupić piec konwekcyjny. Dzięki temu uczniowie spożywają zdrowe i smaczne posiłki.

Duży wpływ na efektywność podejmowanych przeze mnie działań miała przychylność Wójta Gminy Konopnica, Rady Gminy, Rad Sołeckich i rodziców. Udało nam się znacząco

zmienić teren wokół szkoły, który został wyrównany i ogrodzony. Dzięki projektowi unijnemu powstał piękny teren zielony z altanami, miejscem na ognisko i z barwną roślinnością.

Wykorzystując fundusze unijne, dostosowaliśmy szkołę do potrzeb najmłodszych dzieci: przystosowaliśmy łazienki, kompleksowo wyposażyliśmy oddziały przedszkolne w nowoczesny sprzęt, meble, zabawki i pomoce dydaktyczne, zakupiliśmy meble ogrodowe oraz dostosowaliśmy plac zabaw. Kolejnym istotnym przedsięwzięciem był projekt unijny „Rozwijamy skrzydła”, w ramach którego kompleksowo wyposażono pracownię komputerową w nowy sprzęt, zakupiono laptopy do nauki języka angielskiego, zestawy klocków LEGO WeDo i Mindstorms wraz z tabletami, wyposażono pracownię: chemiczną, geograficzną i fizyczną. Pozyskałam także fundusze na ekrany interaktywne i pomoce dydaktyczne dla szkół, w których kształcą się uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi.

Przez kolejne lata udało mi się wygospodarować fundusze na zakup szafek na ubrania dla wszystkich uczniów zabezpieczone indywidualnym kodem. Do pomieszczenia po szatni został przeniesiony gabinet dyrektora i sekretariat. Dzięki temu znalazł się tuż przy

wejściu, w miejscu bardziej dogodnym dla rodziców. Dotychczasowy gabinet został przekształcony na salę przedmiotową dla starszych uczniów. Obecnie wszystkie sale lekcyjne posiadają dostęp do Internetu, wyposażone są w tablice interaktywne oraz laptopy lub komputery stacjonarne, w czterech salach znajdują się ekrany interaktywne.

Niezwykle ważnym elementem mojej pracy jest dla mnie współpraca ze środowiskiem lokalnym i umiejętne wykorzystanie jego zasobów do podniesienia jakości pracy szkoły i budowania pozytywnego jej wizerunku. Wszystkie nasze działania można na bieżąco oglądać na stronie internetowej www.radawiec.pl.

Funkcję dyrektora pełnię już od 10 lat, ale wciąż mam nowe pomysły na działania i zadania, których realizacja przyczyniłaby się do poprawy jakości pracy, funkcjonowania i rozwoju szkoły. Chciałbym, aby zarządzana przeze mnie placówka była bezpieczna, przyjazna, innowacyjna i otwarta na potrzeby społeczeństwa lokalnego. To, jak funkcjonuje Szkoła Podstawowa im. Ziemi Lubelskiej w Radawcu Dużym, dowodzi, że ten cel w znacznej mierze udało się już zrealizować.

*Hanna Szymańska, dyrektor SP
w Radawcu Dużym*

*Niech Święta Wielkanocne przyniosą Wam radość oraz wzajemną życzliwość,
niech staną się źródłem wzmacnienia. Niech Zmartwychwstanie, które niesie
odrodzenie, napętni Was pokojem i wiarą, niech da siłę w pokonywaniu
trudności i pozwoli z ufnością patrzeć w przyszłość.*

*Konrad Banach
Wiceprzewodniczący Rady Powiatu Lublin*

Szkoła Podstawowa w Radawcu Dużym - spotkanie tradycji z nowoczesnością



Często mówi się o szkole, że to dla dzieci drugi dom. Wprawdzie brzmi to banalnie, ale w przypadku Szkoły Podstawowej im. Ziemi Lubelskiej w Radawcu Dużym to określenie sprawdza się w 100%. Oferuje się tu dzieciom optymalne warunki do nabywania wiedzy, a istotą wspólnej pracy wychowawczej całej społeczności szkolnej jest dążenie do tego, by uczniowie odnaleźli w szkole swój drugi dom.

Szkoła podstawowa w Radawcu Dużym to placówka edukacyjna z ponad stuletnią historią. Uczęszcza tu obecnie 57 uczniów w oddziałach przedszkolnych oraz 118 w klasach I - VIII. Rodzice chętnie wybierają naszą szkołę dla swoich dzieci, bo to miejsce bezpieczne i sprawdzone, oferujące pracę w małych oddziałach z wykwalifikowaną kadrą. W procesie kształcenia uczniów duży nacisk stawia się na wykorzystywanie TIK. Zatrudnieni w placówce nauczyciele to nie tylko wykwalifikowani specjaliści, ale przede wszystkim ludzie, którym na sercu leży dobro ich wychowanków. Organizują liczne wyjścia, imprezy plenerowe i dyskoteki. Niewątpliwym atutem szkoły jest również oferta zajęć dodatkowych - uczniowie

mogą liczyć na zajęcia dydaktyczno-wyrównawcze z wiodących przedmiotów, ale również zajęcia rozwijające. Szczególną opieką objęte są dzieci posiadające opinię Poradni PP - otrzymują pomoc w postaci konsultacji, zajęć korekcyjno-kompensacyjnych i ZDW.

Uczniowie klasy ósmej w ramach przygotowań do egzaminu uczęszczają na dodatkowe zajęcia z wszystkich przedmiotów egzaminacyjnych. Mogą liczyć na wsparcie doświadczonych nauczycieli posiadających wieloletnie doświadczenie egzaminatora OKE.

O skuteczności podejmowanych działań świadczą wysokie wyniki naszych uczniów na egzaminie ósmoklasisty w kolejnych latach. Zarówno uczniowie, jak i rodzice mogą liczyć na fachową pomoc psychologa. Wspiera on uczniów w trakcie sytuacji konfliktowych, kryzysowych, a rodzicom pomaga rozwiązywać problemy wychowawcze z dziećmi. Placówka dysponuje zapleczem, jakiego mogłaby jej pozazdrościć niejedna miejska szkoła. Została wyposażona w najnowocześniejsze pomoce dydaktyczne, tablice interaktywne, syntezy, rzutniki, sprzęt komputerowy, tablety, klocki LEGO

WeDo i Mindstorms. Dzięki dziennikowi elektronicznemu rodzice uzyskali stały kontakt z nauczycielami i możliwość monitorowania postępów swoich dzieci. Dużym wsparciem jest dla nich również świetlica i plac zabaw, gdzie uczniowie i przedszkolaki spędzają czas pozalekcyjny. Szkoła stwarza również optymalne warunki dla rozwoju fizycznego dzieci - uczniowie chętnie uczestniczą w zajęciach SKS oraz z sukcesami biorą udział w gminnych i powiatowych zawodach sportowych. Coraz większym zainteresowaniem cieszy się organizowany co roku turniej szachowy. Kolejnym atutem naszej szkoły są konkursy, akcje i uroczystości, które od lat tworzą jej niepowtarzalny klimat. Szczególnie Jasełka oraz Dzień Babci i Dziadka gromadzące w szkole rodziców i dziadków naszych uczniów tworzą rodzinną atmosferę i zacieśniają relacje. Placówka współpracuje z instytucjami na terenie gminy Konopnica. W ostatnim czasie uczniowie i nauczyciele aktywnie współdziałają z Dziennym Domem Pobytu dla Osób Starszych i Niepełnosprawnych w Maryninie. Ważnym miejscem współpracy jest także parafia pw. M.B. Nieustającej Po-



fot. arch. SP w Radawcu Dużym (2)

mocy w Radawcu Dużym. Szkoła Podstawowa im. Ziemi Lubelskiej w Radawcu Dużym to wyjątkowe, kameralne miejsce. Każde dziecko jest tu najważniejszą indywidualnością, która zawsze może oczekiwać pomocy i akceptacji ze strony nauczycieli i rówieśników.

*Nauczyciele Szkoły Podstawowej
w Radawcu Dużym*



foto. Małgorzata Sulisz (2)

Konrad i Goria

Kocha gitarę, gra także na ukulele. Wiedzę o muzyce studiował na KUL i UMCS. W swoim domu w Konopnicy zbudował i wyposażył studio muzyczne, następnie założył szkołę pod zagadkową nazwą Goria. Wieść o niezwykłym nauczycielu szybko poszła świat. Dziś Konrad ma uczniów stacjonarnych, dzięki zajęciom w sieci szkoła ma już zasięg ogólnopolski. Brawo.

Waldemar Sulisz
echo.konopnicy2@gmail.com

Spotykamy się w „Domu Kultury” w Motyczu. Na potrzeby sesji foto Konrad Prusiewicz przywiózł gitarę i piękne ukulele w czerwonym kolorze. - Proszę zobaczyć, jak pięknie zbudowany jest ten instrument, warto mieć w domu - mówi z uśmiechem. Rocznik 1996, dwadzieścia sześć lat. Młody, całe życie przed nim.

Dwóch chłopaków i sześć dziewczyn

Pochodzi z Konopnicy, z dziada pradziada z naszej gminy. Szkoła podstawowa w Konopnicy. - To była najmniejsza klasa w historii szkoły, było nas 8 osób, z czego dwóch chłopaków i sześć dziewczyn. Poszedłem do Gimnazjum nr 7 w Lublinie, i tam miałem pierwszy kontakt z instrumentem. W szkole odbywał się konkurs talentów, kolega z klasy zagrał na gitarze tak, że wszyscy patrzyli na niego jak zaczarowani.

Pomyślałem: o to chodzi, to mi się podoba.

Poprosił rodziców o gitarę. Byli przeciwni, bo Konrad chwilę pogra i odstawi instrument w kąt. Przekonał rodziców, dostał gitarę akustyczną. Próbował uczyć się grać, samemu nie szło, postanowił zapisać się na lekcje. Dwa lata nauki w ognisku muzycznym pod kierunkiem Michała Lewartowicza zrobiły swoje. Skończył 9 Liceum Ogólnokształcące w Lublinie. - To szkoła z historią, z zasadami, z wywindowanym poziomem - mówi Konrad.

Studia

Zdecydował się pójść na muzykologię na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim, kierunek: krytyka i dziennikarstwo muzyczne. - Ciekawe studia,

poznałem świat muzyki, od muzyki starogreckiej do współczesności z wielkim nastawieniem na muzykę klasyczną, miałem zajęcia z nagrywania dźwięku w studio, praktyki w radiu - mówi Konrad. Będąc na muzykologii dołożył sobie kurs pedagogiczny. Już wtedy ciągnęło go na nauczania.

Po licencjacie na KUL przeniósł się na UMCS, kierunek: edukacja muzyczna w zakresie sztuki muzycznej. Wybrał specjalność: prowadzenie zespołów. - Czyli kwartetów smyczkowych, ogólnie zespołów instrumentalnych i zespołów chóralskich - mówi Konrad.

Tematem pracy magisterskiej było napisanie indywidualnego planu nauczania muzyki na przykładzie muzyki rozrywkowej. Zamyśla się i dodaje: Gdy wybierałem kierunek studiów, rodzice mówili: wybierz rozsądną drogę. W sumie mieli rację.

Droga do szkoły

W trakcie studiów grał w wielu zespołach muzycznych. Lubił pisać teksty, pasjonowało go komponowanie muzyki, grupa w której grał nie do końca się rozumiała, w zespole już nie gra, ale zainteresowanie pisanie zostało. O czym były moje teksty? - Chyba o wszystkich negatywnych emocjach jakie mnie spotkały w życiu. To jest dobre ćwiczenie duchowe, bo jeśli przelejemy swoje emocje na papier, to możemy spojrzeć na nie z innej perspektywy, wtedy zmienia się ogłód problemu, z którym się spotykamy - tłumaczy Konrad.

I ma w tym dużo racji. Blisko stał do następującego fragmentu książki Thich Nhat Hanha „Cud Uwagi”: „Puść wszystko. Wyobraź sobie, że je-



steś kamykiem wrzuconym do rzeki. Kamień bez wysiłku przenika wodę, przez nic nie zatrzymywany, przebywszy możliwie najkrótszą drogę, opada na dno. Jesteś jak ten kamyk, który pozwolił sobie na to, by wszystko porzucić i wpaść do wody. W centrum twego istnienia jest oddech. Nie obchodzi cię, ile czasu kamyk będzie potrzebował, by dotrzeć do piaszczystego dna rzeki. Gdy poczujesz się jak kamyk, który osiadł na dnie, to zaczniesz odkrywać całkowity spokój. Już cię nic nie popycha i nie ciągnie”.

Po odejściu z zespołu przyszła szara rzeczywistość. - Chciało by się grać muzykę, a tu nie ma za co żyć. Nie można stać w miejscu, więc podjąłem decyzję o wyjeździe do Niemiec do pracy. Pracowałem na budowie, ale uznałem, że to kompletnie nie dla mnie. Wszystko co zarobiłem, postanowiłem przeznaczyć na otwarcie tej szkoły, po to, by połączyć pasję z pracą i mieć z czego zapłacić rachunki - mówi Konrad. Jeszcze na studiach uczył w szkole muzycznej, wiedział czym to się je. Wiedział jedno, że nie można uczyć po łebkach, trzeba być uważnym i każdemu poświęcić czas.

Goria

Zarejestrował działalność. - Wypełniając kwity pomyliłem się w nazwie. Gorria to po baskijsku czerwony. Jestem „uczulony” na kolor czerwony, kocham kolor czerwony całym sercem. Gorria pisze się przez dwa „r,” napisałem przez jedno „r” i tak już zostało. W sumie wyszło na dobre, nawet lepiej to wygląda. Do przyszłych uczniów docierał

przez plakaty, banery, objeżdżał szkoły, zostawiał informacje, rozmawiał z dyrektorem każdej szkoły. Pierwsi uczniowie trafili się ze szkoły podstawowej w Konopnicy. Jestem bardzo dumny z Weroniki, pierwszej mojej uczennicy po otwarciu szkoły, dziewczyna ma duże predyspozycje, od razu chciała zacząć od gitary elektrycznej.

Pokój w swoim domu zamienił w studio, wyposażył w instrumenty, sprzęt do nagrywania i do streamingu. - Wszystko mam tak zorganizowane, że kiedy coś tworzę, to łatwo utrzymać flow (przepływ), łatwo szybko to nagrać. Stoi pianino, perkusja, gitara, bas. Do studia wejdzie 4-5 osób i zagra. Czasem jest głośno. Co na to rodzice? Oni się już przyzwyczaili.

To co ważne

Mówi się, że w życiu ważna jest praca, pieniądze, pasja, zdrowie, rodzina, miłość, religia, Bóg. Co jest ważne? - Zacznijmy od tego, co nie jest ważne. Na pewno nie są ważne pieniądze, bo czy miałem dużo pieniędzy, czy nie miałem wcale, nic to w moim życiu nie zmieniło. Mówi się, że pieniądze szczęścia nie dają i to jest święta prawda. One tylko ułatwiają pewne rzeczy. Czy ważne jest szczęście. Trudno powiedzieć. Bywa chwilowe. - U mnie jest wynikiem osiągnięcia czegoś. Trwa 10 sekund. Szukam następnej rzeczy, którą mogę osiągnąć. Bo chcę się cały czas rozwijać. Staram się być perfekcjonistą, choć częściej widzę wady w tym co robię. Myślę, że rodzina jest bardzo ważna i zdrowie jest bardzo ważne, bo gdy jest się cho-

rym to ma się tylko jedno życie, żeby być zdrowym. Dla mnie osobiście bardzo ważne jest spełnienie w tym co robię, a jeśli daje to coś dobrego społeczeństwu, rozwiązuje jakiś problem i coś zmienia, to tym bardziej warto to robić. Jakiej zasady się trzymam w życiu? - Każdego dnia bądź lepszy niż byłeś poprzedniego. Co to jest miłość? - Chyba jeszcze jestem za głupi, by to wiedzieć. Nie będę zmyślał.

Wydaje mi się, że jedyną bezwarunkową miłością jest miłość rodziców do dzieci.

Żeby się mniej martwić

W planach ma rozwój szkoły. Chciałbym ją przenieść całkiem do internetu. Prowadzić zajęcia online, zaprosić do tego wybitnych muzyków, którzy chcieliby udzielić lekcji, nagrać materiał, który następnie byłby dostępny w sieci.

Marzenia? Ciężko mi mówić o marzeniach, bo zupełnie inaczej wyobrażałem sobie to, co będę robił w życiu. Byłem sportowcem, ze sportem wiązałem swoją przyszłość, ale kontuzja przekreśliła plany i marzenia. Ciężko mi mówić o marzeniu, bo nie wiem, co będzie.

Za moment święta, będziemy dzielić się jajkiem. I słowem. Czego chciałbym życzyć bliskim i Czytelnikom „Echa Konopnicy”? Muszę chwilę się zastanowić, bo też nie chciałbym powiedzieć czegoś co jest nieprawdą. Nie lubię przeżywania na pokaz, wolę jak to dzieje się w sercu. Życzę, żeby się mniej martwić... ■

Pamiętaj człowiecze na Jezusa

Pamiętaj człowiecze na Jezusa
Jak drogo kupiona twoja dusza,

Ref: Ach Jezu mój, ach Jezu mój,
gdy będę w ciężkościach sam przy mnie stój
Przez Twe rany i boleści,
racz zostać z Maryją przy mej śmierci.
2. Pamiętaj człowiecze gdy w Ogroju,
Modlił się za ciebie Memu Ojcu.

3. Pamiętaj człowiecze, gdy w łańcuchy,
Związali Me Ciało jak złe duchy.

4. Kiedy Mnie z Ogrójca prowadzili,
Jak szaleni w rzekę Mnie wrzucili

5. Wiedli Mnie do sądu aż do miasta,
Szarpała i tłukła Mnie hałstra.

6. Kiedy Mi już na śmierć dekret dali,
Wtrącili w piwnicę, bić kazali.

7. Gdybyś ty człowiecze o tym wiedział
Ilem Ja za ciebie biczów zebrał.

8. Pamiętaj człowiecze na Me rany,
Jak straszniem za ciebie katowany.

9. Pamiętaj człowiecze na koronę,
Ilem Ja ucierpiał w każdą stronę.

10. Pamiętaj człowiecze gdy krzyż nosił,
Ilem Ja za tobą Ojca prosił.

11. Kiedy Mnie już na krzyż przybijali,
Żółcią Mnie poili, obrażali.

12. Pamiętaj człowiecze, gdy już wisił,
W okrutnych boleściach ducha oddał.

13. Gdy będziemy konać, mój Jezusie,
Przybądź wraz z Maryją po mą duszę.



fol. Małgorzata Sulisz (10)

Gminny Dz

Tradycyjnie 8 marca 2023 roku w remizie OSP w Zemborzycach Wojciechowskich hucznie świętowaliśmy obchody Gminnego Dnia Kobiet. Zaproszeni goście dopisali – po dwuletniej przerwie spowodowanej pandemią oraz niepokojami związanymi z wybuchem wojny na Ukrainie wszyscy potrzebowaliśmy odrobiny spędzonego wspólnie pośród radości, zabawy i beztroski czasu. Czasu, by uczcić tę szczególną okazję – okazać szacunek kobietom: matkom, żonom, babciom – tym wszystkim istotom, które na co dzień swoim trudem, staraniem, pracą sprawiają, że życie toczy się dalej i jest bardziej kolorowe i radosne. Przedstawicielkom słabej – lecz równocześnie jak silnej płci potrafiącym łączyć wiele funkcji społecznych i zawodowych i sprostać tym wszystkim obowiązkom w sposób płynny, harmonijny, niezakłócony. Niepojętym istotom będącym inspiracją dla poetów, malarzy, artystów szukających natchnienia w kontakcie z nimi, a jednocześnie tak twardo stąpającym po ziemi i stawiającym czoła najbardziej skomplikowanym wyzwaniom życiowym. „Naprawdę jaka jesteś nie wie

nikt, lecz tego nie wiesz nawet sama Ty...” Takie są te kobiety... W wydarzeniu uczestniczyło około stu sześćdziesięciu mieszkanek gminy Konopnica – w osobach przedstawicielek KGW działających na terenie gminy, przedstawicielek Urzędu Gminy w Konopnicy: zastępczyni wójta pani Anny Olszak, skarbnika gminy - pani Marty Skulimowskiej, głównej księgowej - pani Marty Głębockiej, również osób piastujących szczególnie ważne funkcje i działających na rzecz lokalnej społeczności oraz pań niezrzeszonych w organizacjach pożytku publicznego, ale od lat aktywnie wspierających organizację wydarzeń gminnych i działających społecznie z własnej inicjatywy. Tradycyjnie otwarcia dokonał Wójt Gminy pan Mirosław Żydek w serdeczny i humorystyczny sposób witając zaproszonych gości i wprowadzając atmosferę dobrej zabawy. Po wręczeniu zaproszonym paniom symbolicznych róż przez przedstawicieli męskiej części władz gminy: wójta Mirosława Żydkę, sekretarza - Konrada Banacha oraz radnego i prezesa OSP w Zemborzycach Wojciechowskich Ireneusza Wróbla, kolejnym



ień Kobiet

punktem programu był występ dzieci ze Szkoły Podstawowej w Konopnicy, które pod kierunkiem i baczna opieką swoich nauczycieli przygotowały spektakl ukazujący w zabawnie przerysowany sposób biblijną opowieść o pierwszych ludzi Adamie i Ewie i ich wspólnym życiu w Raju. Znakomite wycucie stylu, humor, odwołania do współczesnego rozumienia słów i symboliki XXI wieku w zestawieniu z perfekcyjną grą młodziutkich adeptów sztuki aktorskiej sprawiły, że przedstawieniu towarzyszyły salwy śmiechu publiczności. Na uwagę zasługują również niezwykle oryginalne stroje, oraz przygotowane przez kadrę pedagogiczną szkoły w Konopnicy dekoracje, które w magiczny sposób wyczarowały dla zebranych obraz rajskiego ogrodu. Kolejną atrakcją tego dnia był występ Stacji Teatr działającej w naszej gminie od wielu lat pod czujnym kierownictwem pani Małgorzaty Sulisz. Jak zawsze aktorzy pokazali najwyższą klasę prezentując „Scenki miłosne na prowincji”. Nie zawiodła nas również i tym razem Kapela Konopnicka prezentując brawurowo piosenki biesiadne. Występ kapeli stanowił świetne preludium dla zaplanowanego po

nim koncertu karaoke pod hasłem” Śpiewać każdy może...”, nawiązującym do piosenki w wykonaniu Jerzego Stuhra i autorstwa Jonasza Kofty – klasyki polskiej muzyki rozrywkowej z lat 70-tych minionego wieku. Po początkowym delikatnym onieśmieleniu „hamulce” puściły i nikogo nie trzeba było namawiać do śpiewania. Kolejni uczestnicy występowali w grupach kilkuosobowych prezentując oprócz niezaprzeczalnych talentów wokalnych bardzo interesujące układy choreograficzne. Nie zabrakło drobnych nagród będących jednocześnie uroklivymi pamiątkami z tego wydarzenia. Zgodnie z wieloletnią gminną tradycją członkinie KGW przyniosły na spotkanie upieczone przez siebie ciasta same pyszne wypieki świadczące o niebywałym kunszcie kulinarnym. Uroczystość z właściwym sobie wdziękiem i profesjonalizmem poprowadziła pani Sylwia Lenard. Z uśmiechem na twarzy będziemy długo wspominać tę imprezę, a płatki róż zasuszemy...

Agnieszka Rogińska



Jarmark Wielkanocny



fot. Małgorzat Sulisz (4)

Niedziela, 26 marca 2023 r.,
Konopnica.

Jak to przed świętami bywa, poza sferą duchową trzeba zadbać o oprawę materialną, więc musi być jarmark!

Tradycja czwartkowych jarmarków (w miejscowym określeniu) w Konopnicy sięga kilkudziesięciu już lat.

Rewitalizacja tego miejsca w 2020 r. stworzyła nowoczesną przestrzeń dla handlujących. Dlatego naturalnym stał się pomysł, aby na kanwie tradycji tego miejsca zorganizować jarmark wielkanocny.

W tym celu, pod koniec lutego, spotkały się przedstawicielki kół gospodyń wiejskich działających w gminie, aby ustalić wspólny plan działania.

Najważniejszą sprawą, oprócz oferty, była droga dotarcia z informacją o wydarzeniu do najliczniejszej grupy. Po raz kolejny, przekonaliśmy się, że wspólne działanie i porozumienie prowadzi do realizacji wspaniałych projektów, gdzie możemy pokazać swój potencjał, nasze talenty i możliwości. Szczęśliwym zrzędzeniem losu, Kasia Kubecka z Zemborzyc, poznała redaktor Kingę Szymanek z Radia Lublin i tak wspólnie z Magdą Stepaniuk wzięłyśmy udział w audycji Etnosfera, gdzie mogłyśmy zareklamować nasz jarmark.

Na nasze zaproszenie zgłosili się liczni wystawcy. Wszystkie stanowiska pod dachem zostały zarezerwowane. Oprócz miejscowych wytwórców ze wspaniałymi produktami, przybył także z Leżajska producent syropów i dżemów z dzikiej róży. Już o godzinie 10. na placu targowym pojawili się pierwsi sprzedawcy.

Ogromnym zainteresowaniem cieszyło się stoisko z serami z Uniszowic, jabłka z Motyczka. Miłośnicy kwiatów nie mogli

oprzeć się kolorom prymu – od pani Moniki z Radawca Dużego. Były miody, oleje, octy i soki. Wielkanoc kojarzy się z jajami, palmami, mazurkami, pasztetami, żurkiem, białą kielbasą....

I to wszystko było na naszym targowisku.

Stoiska kół gospodyń zachwyciły kolorami, dekoracjami oraz pomysłowością zaproponowanych artykułów świątecznych, ozdób oraz nieodczynnych atrybutów palm i pisanek. Atmosfera jarmarku została stworzona! Gwar rozmów, zachwytu, nawoływania sprzedających po swój towar – nastrój udzielał się wszystkim. Pogoda wbrew prognozą także nam sprzyjała.

Kto nie był niech żałuje !

Myszę, że sukces i frekwencja zaskoczyła wiele osób, ponieważ na wielu stoiskach towar skończył się szybko, a chętnych wciąż było wielu.

Przyglądałam się z satysfakcją na panujący tłok przy straganach. Stojąc z boku, napawałam się atmosferą panującą tego dnia na targowisku. Podziwiając kunszt twórców palm i pisanek, rozmawiałam ze sprzedawcami oraz z kupującymi. Było bardzo wielu gości spoza gminy, z Lublina, którzy o jarmarku dowiedzieli się z Radia Lublin.

Dziękuję wójtowi gminy oraz wszystkim koleżankom z KGW za zaufanie, jakim mnie obdarzyły powierzając rolę realizatora tego fantastycznego wydarzenia. Także za współpracę i wsparcie.

A gdyby tak majówka handlowa? Święto pieczonego ziemniaka?

*Z życzeniami Wesółych Świąt,
Agnieszka Skowronek-Skałeczka
KGW w Maryninie*



Eliminacje gminne turnieju wiedzy pożarniczej



fot. arch. GK

W dniu 13 marca 2023 r. odbyły się na sali konferencyjnej urzędu gminy, eliminacje gminne Ogólnopolskiego Turnieju Wiedzy Pożarniczej „Młodzież Zapobiega Pożarom” dla uczniów z siedmiu szkół podstawowych z terenu gminy Konopnica, w dwóch grupach wiekowych, klas I-IV oraz V-VIII.

Wzięło w nich udział 14 uczniów ze wszystkich szkół podstawowych z terenu gminy Konopnica (po dwóch z każdej szkoły, z poszczególnych grup wiekowych). Eliminacje przebiegały w bieżącym roku na bardzo wysokim poziomie, ponieważ konieczne były dodatkowe eliminacje w celu wyłonienia zwycięzców. Ciekawe pytania testowe z wyborem odpowiedzi obejmowały tematykę strażacką oraz umiejętność udzielania pierwszej pomocy, tak bardzo potrzebną dla ratowania życia. Ostatecznie uczniowie zdobyli następujące miejsca :

w I grupie wiekowej (klasy I – IV SP)

1. Gabriel Maciąg ze SP w Stasinie,
2. Jakub Wadowski ze SP w Radawcu Dużym,
3. Dominik Burzak ze SP w Konopnicy,
4. Aurelia Lech ze SP w Zembozyczach Tereszyńskich,
5. Jakub Szymczyk z DSP w Szerokiem,

6. Piotr Denis ze SP w Motyczu,
 7. Oliwia Łakota ze SP w Radawczyku Drugim,
- w II grupie wiekowej (klasy V-VIII SP)

1. Adrian Lech ze SP w Zembozyczach Tereszyńskich,
2. Paweł Łaszcz ze SP w Konopnicy,
3. Sławomir Kruszyński z DSP w Szerokiem,
4. Iga Chmiel ze SP w Stasinie,
5. Luiza Surtel ze SP w Radawczyku Drugim,
6. Anna Raczyńska ze SP w Motyczu,
7. Aleksander Bednarczyk ze SP w Radawcu Dużym.

Zwycięzcy eliminacji gminnych z poszczególnych grup wiekowych będą reprezentować Gminę Konopnica w eliminacjach powiatowych turnieju w Lublinie w dniu 31 marca 2023 r.. Życzymy im dalszych sukcesów. Wójt Gminy Mirosław Żydek ufundował atrakcyjne nagrody dla wszystkich uczestników turnieju (smartwatche, głośniki mobilne, słuchawki bluetooth, powerbank, zestawy do badmintonu, piłka nożna, siatkowa, do koszykówki), puchary za trzy pierwsze miejsca w poszczególnych grupach wiekowych oraz dyplomy pamiątkowe, w tym dyplomy uznania dla opiekunów szkół za wzorowe przygotowanie uczniów. Nagrody i wyróżnienia wręczali Wójt Gminy Konopnica Mirosław Żydek oraz

Komendant Gminny asp. Tomasz Wójcik. Po eliminacjach uczniowie zostali zaproszeni na przygotowany poczęstunek.

Sponsorem poczęstunku był Prezes GS Konopnica, Marcin Sieńko.

W skład Jury OTWP „Młodzież Zapobiega Pożarom” na szczelbu gminnym wchodziło 2 członków Zarządu Oddziału Gminnego ZOSP RP w Konopnicy, asp. Tomasz Wójcik - Komendant Gminny, Sekretarz - Druh Jerzy Wójtowicz a także Druhna Edyta Owczarska, pracownik urzędu gminy. Eliminacje przebiegały bardzo sprawnie, a dwa busy Ochotniczych Straży Pożarnych z kierowcami zapewniły dowóz dzieci i opiekunów szkół. Strażacy zorganizują również dowóz na eliminacje powiatowe.

Liczymy na to, że zdobyta przez młodzież szkolna wiedza zaprezentuje w przyszłości wzrostem bezpieczeństwa oraz działalnością w miejscowych strażach pożarnych, których jest już 12 na terenie gminy. W jednostkach OSP działają również Młodzieżowe Drużyny Pożarnicze, do których można się zapisać przed nabyciem pełnoletności. Czy warto interesować się szeroko rozumianą tematyką strażacką, najlepiej zapytać o to uczestników tegorocznych eliminacji!

Jerzy Wójtowicz



Ogłoszenie

Szanowni mieszkańcy, wychodząc naprzeciw oczekiwaniom informuję, że od 16 czerwca ubiegłego roku, autobus linii nr 85 rozpoczął kursowanie w soboty, niedziele oraz święta.

Poranne godziny kursowania w niedzielę oraz dni świąteczne zostały dostosowane, tak aby umożliwić dotarcie na mszę o godz. 9.15 w kościele parafialnym w Konopnicy, a także powrót po jej zakończeniu.

Zachęcamy wszystkich mieszkańców, także kierowców do korzystania z dostępnego połączenia komunikacyjnego. Szczegółowy rozkład jazdy znajduje się na stronie www.ztm.lublin.eu oraz przystankach.

Radny gminy Konopnica
Kamil Piwowarczyk



Pamiętajcie dobro
zawsze powraca



fot. arch. KGW Tereszyn

Jednym z działań naszego koła jest obdarowywanie dzieci z DPS w Matczynie tortami z okazji urodzin. Tym działaniem zajmujemy się już dwa lata. Pod swoją opieką mamy grupę dwunastu chłopców w różnym wieku. Gdy wypadają urodziny któregoś z chłopców razem z członkiniami KGW w Tereszynie spotykamy się w naszej świetlicy. Podczas takich spotkań kulinarnych realizujemy swoje pasje do dekorowania i pichcenia. Nasi podopieczni często zamawiają sobie dekoracje na tortach którym później musimy sprostać. Ich inwencja twórcza jest nieograniczona. Pamiętajcie dobro zawsze powraca!

Agnieszka Surtel

Uroczyście w Uniszowicach



fot. Małgorzata Sulisz (2)



Koło Gospodyń Wiejskich w Uniszowicach świętowało Dzień Kobiet i Dzień Seniora w dniu 4.03.2023 r. Na uroczystość zaprosiliśmy naszych seniorów, zaprzyjaźniony zespół „Rola” z Motycza, oraz

druhów strażaków. Zaproszonych gości powitała przewodnicząca KGW Danuta Mazur, po czym nasi strażacy wręczyli wszystkim paniom kwiaty i czekoladki. Wszyscy zasiedli do wspólnego biesiadowania.

Stoły uginały się od gorących potraw, sałatek, przekąsek i przystawek przygotowanych przez panie z KGW. Nie zabrakło również ciast i deserów. Wspólnie z seniorami wspominaliśmy dawne czasy, nie zabrakło wesołych anegdot i żartów. Podczas uroczystości tło artystyczne zapewniał zespół „Rola”, który zachęcał do wspólnego śpiewania. Całą uroczystość uwieczniła na zdjęciach p. Małgorzata Sulisz. To był dla wszystkich miło spędzony czas, który jeszcze długo będziemy wspominać. Imprezę sfinansowano z funduszu sołeckiego, dzięki ogromnemu zaangażowaniu pań z KGW, które podtrzymują tradycję i doceniają rolę seniorów i ich wkład w rozwój miejscowości.

Anna Kołodziejka

ZŁOTE GODY 2023



Zwracamy się do par młodeńskich obchodzących w 2023 roku 50-lecie zawarcia związku małżeńskiego (cywilnego), będących mieszkańcami gminy o zgłaszanie tego faktu do Urzędu Stanu Cywilnego w Konopnicy
tel.: (81) 47 87 326.

USC Konopnica wystąpi wtedy do Prezydenta RP o nadanie medali „Za długoletnie pożycie małżeńskie”, które zostaną wręczone na uroczystości w urzędzie gminy w terminie o którym poinformujemy zgłoszone pary.

Ustala się termin powyższych zgłoszeń do dnia 28 kwietnia 2023 roku.

Warsztaty na Dzień Kobiet w Zemborzycach Wojciechowskich



Nowa świetlica wiejska w Zemborzycach Wojciechowskich tętni życiem.

11 marca br. dziewczyny z KGW Zemborzyce Terezyńskie wspólnie z Biblioteką w Zemborzycach świętowały Dzień Kobiet. WIOSENNY OGRÓD INSPIRACJI kobiety - to było bardzo udane spotkanie.

Członkinie KGW poprowadzi-

ły 7 różnych warsztatów (fiorystyka i rękodzieło) dla pań z Zemborzyc i terenu gminy. Kokedama - kula z mchu, ogród w słoju, kompozycja wiosenna z hiacyntem, pleciony koszyczki - bocianie gniazdo, jajka zdobione dekupażem i kury w dwóch odsłonach: szyte z tkaniny i betonowe malowane „na wesoło”.

Podczas warsztatów wiosna wy-

buchła kolorami. Kreatywnie spędzony czas i efekty, które zasługują na piątkę z plusem. Stosownie do okazji pojawiły się też i życzenia i kwiaty od męskiej reprezentacji miejscowych radnych i sołtysów. Loteria z nagrodami, foto-budka i podwieczorek tylko dopełniły i tak udane popołudnie.

Katarzyna Kubecka



Dzień sołtysa w Zemborzycach

11 marca br. podczas imprezy z okazji Dnia Kobiet organizowanej przez KGW Zemborzyce Terezyńskie miała miejsce miła uroczystość. Obecne na sali panie sołtyski z terenu naszej gminy (oraz jeden sołtys) zostali zaskoczeni pięknym domowym tortem wykonanym przez Agnieszkę członkinię naszego koła gospodyń.

Oczywiście życzenia i „sto lat” uzupełniły tę niespodziankę. Zdrowia i sukcesów w pracy tego życzyli wszyscy naszym sołtysom.

(kk)

fot. arch KGW Zemborzyce (6)





fot. Ilona Szachtsznajder

Wiosenna herbata na odporność

W słoneczny dzień zbierz kwiaty forsycji. Wysusz je delikatnie, pamiętając żeby kwiaty nie leżały bezpośrednio na słońcu i zachowały swój kolor. Kiedy będą gotowe przełóż do słoika. Pij 3 razy dziennie zalewając łyżkę stołową kwiatów szklanką wrzątku i parząc 20 minut. Możesz dosłodzić łyżeczką miodu. Herbata jest też pyszna na zimno jako lemoniada. Możesz wtedy dodać plasterki cytryny.

Kwiaty forsycji zawierają cenną rutynę, podnoszącą odporność i sprzyjającą zdrowiu całego organizmu. Rutyna sprzyja również w zwalczaniu infekcji dzięki swoim właściwościom przeciwdziałającym.

Dzikie pesto

Podagrycznik – zmora każdego ogrodnika. Zielone listki tej rośliny wyrastają z ziemi już w marcu.

Roślina jest bardzo żywotna, wystarczy mały kawałek kłącza i już mamy ją w całym ogrodzie. Co począć z takim nieproszonym gościem? Proponuje go zjeść dla zdrowia.

Zbierz cztery szklanki młodych, jasnozielonych listków podagrycznika. Wypłucz i dodając szklankę oliwy zblenduj. Dopraw solą. Możesz dodać czosnek lub natkę pietruszki dla podbicia smaku. Pesto będzie idealnym dodatkiem do gotowanych ziemniaków. Możesz nim także polać białe ser lub doprawić wiosenną sałatkę.

Podagrycznik jest moczopędny, przeciwrzeumatyczny, odżywczy i ogrzewający. Pity także w postaci naparu z suszonych liści doskonale odtruwa organizm i wspomaga w zwalczaniu dna moczanowego.

(ik)

Wielkanocny przysmak dziadka Leona

To sentymentalno-tradycyjna pasta, którą mój dziadek Leon rozpoczynał wielkanocne niedzielne śniadanie. Robił jej dość sporą porcję na swoim talerzu, potem częstował wszystkich biesiadników, tak jak opłatkiem na Wigilię, i dopiero teraz można było zaczynać biesiadowanie.

Waldemar Sulisz

echo.konopnicy2@gmail.com

Zaczynamy wielkanocny odcinek naszej kuchni od sentymentalnego przepisu, którym podzieliła się z nami dr Krystyna Stepczyńska-Szymczak, botanik, ekolog, etnobotanik, specjalistka od dzikich roślin jadalnych.

Ten przepis koresponduje z wywiadem, który rozpoczyna świąteczne Echo Konopnicy.

Jak zrobić przysmak dziadka Leona?

Oddajmy zatem głos pani doktor: „dziadek Leon rozdrabniał widelcem gotowane jajka, dodawał oliwy, pieprzu, musztardy, chrzanu, coś zielonego (szczypior, rzeżucha) - to klasyk. Ja zmodyfikowałam przepis dodając trochę gałki muskatołowej, zieleniny sezonowej (listki tasznika, mniszka, kurdybanka i co tam znajdzie, koniecznie, mocno czosnkowy szczypior czosnku winnicowego, który teraz szaleje wszędzie dookoła. Tę pastę na grzanki, albo swojski chlebek lub zupełnie samodzielnie, nieomal do wszystkiego”. Za piękny przepis, wspomnienie i dzielenie się pastą z serca dziękujemy.

Coś na gorąco

Składniki: 8 jajek, 1 łyżka masła, natka pietruszki, koperek, sól, pieprz, bułka tarta.

Wykonanie: 1 jajko odłożyć, resztę ugotować na twardo. Przekroić ostrym nożem na pół. Jajka wybrać ze skorupki i drobno posiekać. W rondelku rozpuścić masło, dodać posiekane jajka, sól, natkę pietruszki i koperek. Do tego trochę pieprzu i bułki tartej. Wymieszać z surowym jajkiem. Podsmażyć. Napęlić farszem skorupki, posypać tartą bułką. Zapiec w piekarniku na złoty kolor. A teraz coś posilniejszego, autorem receptury jest znakomity szef kuchni Piotr

Huszcz.

Biała kielbasa pieczona z cebulą i majerankiem

Składniki: po 25 dag białej kielbasy na osobę, 3 cebule, 6 ząbków czosnku, odrobina majeranku, olej rzepakowy.

Wykonanie: kielbaski skropić olejem, posypać majerankiem, obłożyć plasterkami cebuli i upiec w piekarniku.

Pilnować czasu i temperatury, tak by kielbasa się dobrze zrumieniła. Jak się cebula mocniej podpiecze, podlać wodą. Im mocniej wypieczona kielbasa, tym lepiej smakuje. Podawać z dobrych chlebem i tarym chrzanem. Można jeść na okrągło. Smacznego.

Na świąteczny obiad żeberka według receptury Jeana Bosa

Składniki: 1 kg żeberka (chudych, z mięsem), 2 cebule, 2 czerwone papryki, 1 marchewka, kawałek selera, tymianek, rozmaryn, ziele angielskie, listek laurowy, sól, pieprz, koncentrat pomidorowy, 1 cytryna, 1 tacka cykorii, gałka muskatołowa, sól, cukier, masło, oliwa, 1 kg ziemniaków, koperek.

Wykonanie: Żeberka wyporcjować, ugotować z warzywami i przyprawami. Zredukować, żeby powstał sos, usunąć listki laurowe i ziele. Dodać koncentrat pomidorowy na smak, skropić sokiem z cytryny. Cy-

korie skropić cytryną, usmażyć na maśle, doprawić gałką muskatołową, solą, cukrem, który wydobędzie smak.

Ugotować ziemniaki, odcedzić, dodać masło i koperek. Na talerze nałożyć porcję żeberka w sosie, cykorię i ziemniaki. Smacznego.

Żurek musi być

Składniki: 3 szklanki ukiszzonego żuru, 20 dag białej kielbasy, 20 dag wiejskiej, 10 dag wędzonego boczek, 1 cebula, 4 ząbki czosnku, 3 suszone grzyby, 3 jajka ugotowane na twardo, 2/3 szklanki śmietany 18-procentowej, 2 łyżeczki majeranku, pół łyżeczki kminku, czarny pieprz, sól.

Wykonanie: grzyby umyć i moczyć w wodzie 20 min. Kielbasę kilkakrotnie nakłuć widelcem. Cebulę obrać i przekroić na cztery części. Czosnek obrać i zgnieść w prasce.

Cebulę, grzyby i czosnek zalać 3 szklankami wody, zagotować, włożyć kielbasę oraz boczek i gotować na małym ogniu około 40 minut. Kielbasę, boczek i grzyby wyjąć z wywaru. Kielbasę pokroić w plasterki, boczek w kostkę, a grzyby w paski. Do wywaru wlać żur, dodać majeranek, kminek, pieprz i sól raz kielbasę, boczek i grzyby. Żurek zagotować, a następnie zdjąć z ognia i połączyć ze śmietaną. Jajka pokroić na cząstki rozłożyć na talerze i zalać zupą. Dodać wiórki świeżo startego chrzanu. Smacznego i zdrowych, rodzinnych świąt.

Polacy nie wyobrażają sobie świąt bez jajek na twardo.



fot. Waldemar Sulisz