

Жыць цікава

ЦЕСТА ЛЮБІЦЬ РУКІ

Жанчына пасля 50 стала рамесніцай і спраўдзіла мару ўсяго жыцця

На майстар-клас да яе нядаўна прыежджала цэлая група хлебпёкаў-аматараў з Мікашэвіч і Лунінца. Святлана КАЛІНОЎСКАЯ з задавальненнем паказвала і расказвала, вучыла жанчын таму, што ўмее сама, чаму ў свой час навучылася ад мамы. Святлана Фёдарэўна не з тых майстроў, хто ўтойвае сакрэты і нізавошта не падзеліцца рэцэптам смачнага пірага, яна ўмее частаваць, умее і расказаць, а яшчэ цудоўна спявае, займаецца рукадзеллем і дорыць людзям свае вырабы. Такі вост чалавек-пазітыў, якіх цяпер не часта і сустрачаш.



Святлана КАЛІНОЎСКАЯ (злева) разам з сястрой Тамарай БРУХАН за работай.

РЭЦЭПТЫ — АД МАМЫ

Пачаткоўцам ад хлеба-пячэння яна паказвае звычайна свой любімы пірог з тварагом і хлеб з бульбай. Бульбачку папярэдне тушыць да паўгатоўнасці з цыбуляй на алеі, а потым перамяжоўвае тонкімі слямі цеста. Начынку, паводле яе слоў, раскладваюць па баках і ўсмярдзіваюць, зашчыпваюць, а затым усю «канструкцыю» выварочваюць, і атрымліваецца гэтакі хлеб-сонца, які доўга не чарсцее. Але ж галоўны сакрэт майстрыхі заключаецца ў любові да сваёй справы. Святлана часта ўжывала слова «любю» падчас нашай гутаркі, напрыклад, сказала так: «Мама дала нам столькі любові, што на ўсё жыццё хапае».

Нарадзілася і вырасла Святлана Каліноўская ў вёсцы Любань Лунінецкага раёна. Расказала, што ў бацькоў было пяцёра. Мама ў 27 гадоў засталася ўдавой, адна ўзнімала дзяцей. Ад цяжкай сельскай работы іншы раз здавалася, што вост-вост упадзе. Але ж тая ніколі не паказвала стомы і вельмі часта балавала дзятку дамашнімі пірагамі, пяхла хлеб, пячэнне, пернікі. Малако і масла былі свае, муку і цукар куплялі. У дзяцінстве ўсё выглядала натуральным, у тым ліку мацярынская моц, невы-

на лодцы. А па дарозе дадому цікаўныя аднавяскоўкі падзяліліся з ёй навіной: «Ці чула ты, Фядося, што на балоце баба нарадзіла?!» А тая ў адказ: «Не, не чула». Бо пасаромелася прызнацца, а немаўлятка, на шчасце, спала, прыкрытае ручніком, і маму не выдала.

— Дзед быў такі гаспадар, — працягвае Святлана, — што ў 1939-м годзе ледзь не запісалі ў кулакі, выратавала толькі тое, што ніколі не наймаў работнікаў для гаспадаркі, спраўляліся сваёй сям'ёй. А калі прыйшлі немцы, то яго хату як найлепшую ў вёсцы выбралі для размяшчэння афіцэра. Толькі вост «аддзякавалі» акупанты за пастой своеасабліва: пакідаючы вёску, хату спалілі.

ЗНАЙШЛА СВАЁ

І яшчэ, на што заўсёды звяртала ўвагу маці Святланы, кажучы пра сваё дзяцінства: яе бацькі гадалі так шмат дзяцей і ніколі паміж сабой не сварыліся. Дзеці не чулі лаянкі ў доме. А вост песні гучалі заўсёды. Усе мамыны сёстры п'явунні, і яна спявае. Калі пасля інсульту знікла маўленне, здольнасць напываць засталася. Цяпер маці Святланы, на жаль, не ўстае, не размаўляе, ёй патрэбны пастаянны догляд.

Апошняе і стала прычынай таго, што Святлана пакінула работу школьнага лабаранта. А потым зарэгістравалася ў якасці рамесніцы. Святлана Фёдарэўна цяпер займаецца любімай справай усяго жыцця: пячэ хлеб і духмяныя булкі.

У свой час яна працавала і цырульнікам, і, як ужо гаварылася, лабарантам, да любой справы падыходзіла з душой. Калі выйшла замуж, пераехала да мужа ў вёску Чарабасаву, потым жылі ў Рэдзігераве. А калі ўжо ў іх сям'і было трое дзяцей, урачы парайлі пераязджаць з мясцін, што пацярпелі ад чарнобыльскай аварыі. Тады яны перабраліся ў Высокае.

Але дзе б яна ні жыла і ні працавала, выпечка хлеба была для яе любімай справай. «За гэтай работай думкі нібы выстройваюцца ў адну лінію, прыходзіць у парадак душа. Кажуць, цяжка хлеб мясіць, бо цеста любіць рукі, — разважае Святлана, — але ж я цяжкасці не адчуваю, бо гэта маё».



Хлеб з печкі.

СУЦЯШЭННЕ ДЛЯ ЦЕШЧЫ

Дзеці, а іх у Святланы трое, вядома, падтрымліваюць захапленне маці, хоць і не прамінаюць пажартаваць. Сын, бывае, перад выхаднымі тэлефануе, што збіраецца прыехаць, цікавіцца, чым займаецца мама. Калі тая скажа, што будзе булкі пячы, ён парыруе: «Тады мы не паедзем». Бо гэта значыць, што яна будзе вельмі занятая цэлы дзень з ранку да вечара.

А мінскі зяць-святар гаворыць так: «Гэтая работа не рамяство, а суцяшэнне для маёй цешчы». «Няхай сабе і так», — пагаджаецца яна. Бо ў цяперашняй сітуацыі, калі з-за хваробы маці яна прывязаная да дому, рамяством фактычна не зарабляе, у найлепшым выпадку вяртае затрачаныя на выпечку сродкі. Але ж яе прадукцыю ўжо ацанілі многія наведвальнікі абласных і раённых «Дажынак», бывае, замаўляюць пірагі і караваі на вяселле, на юбілей, іншыя мерапрыемствы — і заўсёды потым дзякуюць за смакату, захапляюцца ўменнем і майстэрствам пекара. А гэта для яе галоўнае.

Рэцэпты выпечкі перайшлі Святлане Каліноўскай ад мамы, тая ў свой час майстэрству навучылася ад маці. Часам нашай гераіні на дапамогу прыходзіць сястра Тамара, якая таксама з задавальненнем становіцца да стала і пліты. Муж падарыў на юбілей яшчэ адну духоўку. Таму цяпер можна паставіць некалькі боханаў адначасова: напрыклад, зарэхамі, заўсянямі шматкамі, з кунжutom, з кменам, з часнаком. І дом напоўніцца непаўторным, непараўнальным пахам хлеба, без якога ў гэтай сям'і ўжо даўно не абыходзіцца ніводнае свята альбо агульная бясёда. І не толькі ў сям'і. Святлана з задавальненнем частуе сяброў і знаёмых. А яшчэ робіць сваімі рукамі многа розных сувеніраў, напрыклад шые шапкі-каўпакі на каструлі — каб доўга захоўвалася цяпло. Дарэчы, такую рэч можна выкарыстоўваць, калі прадукты трэба засцерагчы ад награвання, напрыклад пры перавозцы.

Творчую жылку яна перадала ў спадчыну дзецям. Дачка Святланы прафесійна займаецца роспісам ікон, сыны Вячаслаў і Сямён у свабодны ад работы час робяць гіпсавыя фігуркі для аздаблення ландшафту. А яна сама паспявае даглядаць хворую маці, падтрымліваць ва ўзорным парадку дом, у якім хоць бы раз на тыдзень абавязкова пахне свежым хлемам.

Святлана ЯСКЕВІЧ.

Будзьце здаровыя!

БУРШТЫНАВЫ ПАКОЙ І МЁРТВАЕ МОРА

Як пад Любанню ставяць на ногі перахварэлых на COVID-19

Санаторый «Світанак-Любань» працуе з 1984 года, уваходзіць у сістэму адкрытага акцыянернага таварыства «Белаграздраўніца». Размяшчаецца ўстанова ў сасновым лесе, дзе чысцютае паветра, маляўнічая прырода. А прырода, як вядома, у сукупнасці з рознымі працэдурамі, — найлепшы лекар. У гэтым упэўніліся не толькі беларусы, але і грамадзяне блізкага і далёкага замежжа: Польшчы, Германіі, Швейцарыі, Расіі, Ізраіля. Штогод у санаторыі адпачывае і папраўляе здароўе каля 6-7 тысяч чалавек.



«Фішка» здраўніцы — мінеральная вада, якая з'яўляецца аналагам трускавецкай. Якасць беларускай вады і яе лекавыя ўласцівасці пацверджаны айчыннымі вучонымі. Сёння гэтая вада запатрабаваная. І людзі, пабываўшы тут аднойчы, вяртаюцца яшчэ і яшчэ. Ёсць пастаянныя кліенты, якія тут лячыліся і адпачывалі па 10—15 разоў.

«Світанак-Любань» з'яўляецца вядучым санаторыем па лячэнні захворванняў нырака, мочакаменнай хваробы, мочавыдзяляльных шляхоў, органаў дыхання і стрававання. Здраўніца ўкамплектавана шырокім спектрам дыягнастычнага і лячэбнага абсталявання, кваліфікаванымі ўрачамі, сярэднім медыцынскім персаналам, якія пастаянна павышаюць прафесійны ўзровень.

У санаторыі пацыенты могуць пакупацца ў вадзе, якая не саступае вядомай вадзе Мёртвага мора. Такого эфекту ўдалося дасягнуць дзякуючы салігорскай солі, канцэнтрацыя якой дасягае тры з паловай кілаграмы на метр квадратны. Знаходжанне ў басейне разгладжвае скуру, нармалізуе работу крывяносных сасудаў, умацоўвае імунітэт, абменныя працэсы арганізма. Другі фактар — гэта азёрная сапрапелевая гразь, якая дае станоўчы эфект пры лячэнні апорна-рухальнага апарату.

— У здраўніцы створаны і спраўдны бурштынавы пакой. Гэты прыродны матэрыял прывезлі з Калінінграда. Яго не драбнілі, каб захаваць тую энергетыку, якой ён напоўнены. Камані маюць у саставе бурштынавую кіслату, якая прымае ў хворыя клеткі чалавека і дабратворна ўплывае на арганізм. Дадзеную метадку ўпершыню прымяніў знакаміты ўрач з Уфы Разіф Рапіеў. Менавіта дзякуючы бурштыну ён здолеў аднавіцца пасля анкалагічнага захворвання, — кажа намеснік дырэктара па медыцынскай рабоце і харчаванні Віктар СТРУНЕЎСКІ. — З'явілася і новая працэдура па ўзмацненні мужчынскай палавой функцыі. Усе замежныя госці едуць за гэтымі працэдурамі, улічваючы нашы невысокія цэны.

Рэспубліканскі цэнтр па аздраўленні і санаторна-курортным лячэнні насельніцтва распрацаваў праграму па рэабілітацыі грамадзян, якія перанеслі пнеўманію, асацыяваную з інфекцыяй COVID-19. У спіс увайшлі 75 арганізацый з профілем «хваробы органаў дыхання». У іх лік увайшоў і санаторый «Світанак-Любань», расказаў Віктар Струнеўскі. За пяць месяцаў у санаторыі аздаравілася каля 250 чалавек, якія перахварэлі на пнеўманію.

Рэабілітацыя дазваляе значна палепшыць як фізічны, так і эмацыянальны стан чалавека, бо захварэць на ковід — гэта заўсёды стрэс. Рэабілітацыйныя мерапрыемствы добра ўплываюць на дыхальную і нервовую сістэмы. Гэтак дапамагаюць лячэбная фізкультура, дыхальная гімнастыка, інгаляцыя, наведванне салянога пакоя, добрае харчаванне, ужыванне фітачаёў, свежавыціснутых сокаў.

Таццяна ЛАЗОЎСКАЯ.
Фота з сайта: rassvet-luban.by

