

Livet på landet er langsomt og livsbekræftende

I Polen kan man smage på og opleve det langsomme liv. Stadig flere satser på et liv væk fra storbyens stress for at skabe en tilværelse med det, de brænder for. Rejseliv har besøgt nogle af dem.

Af **Hanne Würtz** rejseliv@berlingske.dk

Tilbagelænet i magelige strandstole med dæmpet klassisk musik i ørerne fylder vi lungerne med frisk saltluft. Øjnene vænner sig til mørket, væggene lyser i glødende rødt og orange, og stalaktitterne hænger ned lige over os. Det er wellness, ren balsam for åndedrættet, og lukker man øjnene og bliver her de anbefalede 40 minutter i den saltholdige luft, kommer man mentalt helt ned i omdrejninger.

Illusionen om at sidde i en saltmine er næsten fuldkommen. I virkeligheden er vi i en gammel kartoffelkælder. Den saltholdige luft kommer fra otte tons salt bredt ud i bunden, loftet med stalaktitter er af hvid plastic, og de glødende vægge er af kampesten med lyseflekter bag.

Et liv med lavendler

Indretningen af kartoffelkælder til salt-wellness er blot et af ægteparret Barbara og Bartosz Idczaks mange tiltag, siden de for få år siden skipede livet i byen som henholdsvis kemiker og it-programmør for at realisere en drøm om 'slow life' på landet. De byggede et hus på et skrånende terræn med skov i baggrunden i Przywidz ca. 40 km sydvest for Gdansk. Her bor de med deres tre børn på fire, fem og seks år samt to hunde.

Så byggede de endnu et hus, og endnu et med værelser til to-fire personer, anlagde det nordlige Polens største lavendelmark og byggede sauna, udendørs spa samt overdækket swimmingpool og et observatorium. En lille butik er på vej.

Parret satser nu på økologisk agroturisme med lavendler som omdrejningspunkt og hører til den voksende gruppe, der satser på det gode liv uden stress, beskæftiger sig med det, de brænder for, og gør det til en levevej. Det er ildsjæle som dem, vi - en håndfuld skandinaviske journalister på tur i Pomorskie-regionen med 'slow life' som tema - besøger og fortæller om.

Vi overnatter i husene. Det koster 49 zloty (PLN) (ca. 86 kr.) pr. person. Og efter et rigtigt morgenbord med lokale produkter byder Barbara på workshop, hvor vi skal lave vores egen sæbe, naturligvis baseret på laven-

del. Det sker i en udendørs pavillon til akkompagnement af energisk frøkvækken i dammen ved siden af. Aftenen forinden demonstrerede parret fremstilling af lavendelolie. Det foregår i en blankpudset kobberkoger fra Portugal.

Hvis man forbinder 'slow life' med noget langsomt, gælder det kun for gæsterne, ikke for det energiske par. Al gang foregår i løb.

Det gode brød

Langsommere går det hos Karola Bober i Lipusz lidt længere vestpå i regionen. Her er tålmodighed en dyd, når man skal vente på, at surdejen til hendes brød hæver i 24 timer i et stort dejtrug, og derefter tilsættes salt, 12 kg mel - hvedemel plus lidt rug - krydderier samt vand i stedet for mælk af hensyn til allergikere.

Og så smøger vi ærmerne op og ælter på skift. Efter hendes mening kan en røremaskine give afsmag. Vi fordejer dejen i en snes jernforme, næsten 100 år gamle, helst foret med friske peberrodsblade, ellers penslet med olie. Dejen hæver igen, inden brødene bæres ud i udhuset og bages en times tid i den store ovn. Den er et par timer om at få den rette tempe-

denskrig er med ingredienser som erstatning for dem, der ikke kunne fås under krigen.

Hun fortæller og viser frem, mens vi venter, for hun har mange ting i sin lille butik, bl.a. porcelæn, forklæder, duge m.v. med kasjubisk motiv.

Kasjubisk broderi er regional folkekunst med syv farver med hver deres betydning. Tre nuancer af blå repræsenterer himmel, sø og hav; grøn står for enge og skove, gul for solen, rød for kærlighed til fædrelandet og sort for slidsomt arbejde.

Det passer meget godt på Karola Bober, som efter at være blevet arbejdsløs for nogle år siden fandt denne niche.

Krydderier og grøntsager - økologiske naturligvis - er fra egen have, og de øvrige råvarer er lokale.

Med duftende nybagte brød i bilen kører vi lidt østpå gennem det tyndt befolkede polske landskab med enorme marker, skove, søer og landsbyer. Vi er på vej til Osada Burego Misias Settlement i Nowy Klincz, et beskyttet samfund med ca. 40 udviklingshæmmede beboere, som har deres egne boliger og deltager i arbejdet i et stort set selvforsynende samfund med husdyr, køkken- og frugthave, osteproduktion, salg af produkter og agroturisme.

Et dobbeltværelse med køkkenfaciliteter koster 25 PLN (ca. 44 kr.) pr. nat med mulighed for at tilkøbe måltider. Der er mange aktivitetstilbud både på stedet og i omegnen, og gæster må også gerne være med til fodring, malkning og indsamling af æg samt deltage i workshops i ostemejeriet.

Bier er en livsstil

Honning er populær i Polen - ikke bare til at smøre på brød, søde te med eller til bagværk. Den indgår også i likør- og vodka fremstilling, og foruden at smage godt hævdes den at rumme antibakterielle egenskaber, fremme blodomløbet og virke befordrende på fordøjelsen.

I regionen Pomorskie, hvor vi kører rundt, kommer honningen ofte af nektar fra raps- og lindeblomster. Den må vi smage. Vi sætter kursen yderligere østpå til Szierzog, hvor Ewa og Bogdan Toporkiewicz har 400 bistader med 5.000 bier i hver plus nogle flytbare bistader, som de stiller op rundt omkring, alt efter hvilke blomster der er i området. Det er f.eks. blåkløkke, boghvede, akacie og blandede blomster.

Bierne summer om ørerne på os, endnu før vi har krydset vejen til marken, hvor farvestrålende bistader står på række, så Bogdan Toporkiewicz får travlt med at få os i sikkerhed tilbage i huset, hvor produktionen foregår, og hvor besøgende kan smage på de søde sager: otte varianter af fast honning og fire slags honninglikør, der indeholder 16 pct. alkohol. Likørerne vinder priser hvert år.

Alle produkter er økologiske, forsikrer Ewa Toporkiewicz, der er vokset op med bier, idet



Barbara og Bartosz Idczak foran en del af deres unge lavendelmark og med gæstehuse i baggrunden.

ratur. Hun laver normalt to af den slags workshops om dagen - ofte med skoleklasser - og bager ellers med henblik på salg til private og butikker i lokalområdet.

Det er ikke tilfældigt, at Karola Bober bruger gamle forme - også til andre slags bagværk. Hun samler på alverdens gammelt husgeråd, som hun opstøver rundt omkring. Hun har omtrent 600 gamle opskriftbøger. Den ældste er fra 1894. Nogle opskrifter fra Første Ver-



Lawendowa Osada ligger midt i naturen.



Rejseinfo

Transport: Direkte fly til Gdansk med SAS fra Kastrup, med Wizz Air fra Billund og med Ryanair fra Aarhus. Begrænset offentlig trafik på landet. Billeje anbefales. Pakketilbud fra Polferries med bus/bil København-Ystad og færge Ystad-Swinoujdsce. Derfra videre i bil – egen eller lejet – 365 km. Bil fra grænsen ved Padborg til Gdansk 874 km. Pomorskie-regionen omfatter det nordlige Polen med Gdansk som hovedby.

Ophold: Prisniveauet er væsentligt under det danske, og på landet og i småbyerne kan man overnatte til under 100 kr. pr. person i mindre guest houses med ganske få værelser. Som regel er kaffe- og tefaciliteter på værelset inkluderet. Agroturisme vinder frem, ofte som pakker med hel- eller halvpension.

Valuta: Én zloty (PLN) svarer til ca. 1,75 kr. I stedet for at veksle hjemmefra er det en fordel at medbringe kontanter – euro eller danske kroner. Gå ikke i banken for at veksle. Find i stedet et vekselkontor – et såkaldt 'Kantor'. Der er god kurs og intet vekselgebyr.

Aftenen er ved at sænke sig, da vi ankommer til Lawendowa Osada. Fotos: Hanne Würtz



Barbara og Bartosz Idczak gør klar til fremstilling af lavendelolie og -vand.



Det færdige brød.

hendes far var biavler og stiftede den lokale biavlerforening. Bier undgår pr. instinkt planter med rester af pesticider og sprøjtemidler.

Parret fremstiller også raffineret pollen og propolis, som de sælger som helseprodukter i den tilknyttede butik sammen med honningbaserede produkter og tilbehør. For dem er det en livsstil og en levevej.

54 heste

For Kasia og Jakub Gossa handler det gode liv om heste. De har for øjeblikket 54. Men det kan hurtigt blive til flere, for de sælger ingen og beholder selv alle følg, fortæller Jakub Gossa på en rundvisning, mens et par fra vores gruppe forsøger sig på hesteryg under Kasia Gossas kyndige vejledning.

Vi er 60 km syd for Gdansk i Sztumskie Pole, hvor det hele begyndte i 1999, da familien med syv børn med Jakub som den yngste forlod storbylivet og flyttede til landsbyen. De anskaffede sig en hest, og da den kedede sig, syntes faderen, det var synd, og anskaffede sig én mere. Og sådan udviklede det sig og blev til Iskra Stajnia (stalde) med hesteopdræt, rideskole, lejrskole, konkurrencer, værelsesudlejning, restaurant og fester – ofte bryllupper. Og nye tiltag er på vej.

Rejseliv var inviteret af den polske stats turistorganisation og Pomorskie Tourist Board.