Vilnius, 2020 m. sausio 31 d.

**Gaminant maistą yra laiko ir mąstyti, ir kurti**

**Dainininkė Miss Sheep, reklamos kūrybos specialistė, aktyvi socialinių projektų iniciatorė Dovilė Filmanavičiūtė savo kūryboje ir visuomeninėje laikysenoje nestokoja humoro ir ironijos. Pakalbinta apie namus ir virtuvę garsi moteris atskleidžia, kad mėgsta egzotiškų šalių maistą, tačiau augindama sūnų ir kviesdama draugus vakarienės neapsieina ir be tradicinių kokybiškų produktų iš „Lidl“.**

**Gyvenime derinate motinystę, kiną ir reklamą. Ką Jums reiškia kiekviena šių gyvenimo sričių?**

Dar iš paskos vaikšto muzika ir literatūra… Būsiu atvira – kai tapau mama, pasaulis man nušvito ryškesnėmis spalvomis. Atrodo, kad temperamento, aistros gyvenimui niekada nestokojau. Tačiau, žvelgdama į save iš šiandieninės perspektyvos, drąsiai sakau – niekada nesijaučiau tokia laiminga ir prasminga. Mane supras visos mamos ir visi tėčiai. Kai į šeimą ateina nauja gyvybė, sunku suvokti, kaip gyvenai iki tol. Sūnus mums suteikė tikrai daug suvokimų. Kai pamačiau jį ant vyro rankų, įsimylėjau iš naujo. Tai svarbiausias mano gyvenimo projektas – šią nuostatą jau esu sakiusi ir nevengiu to pakartoti. Tuomet gal pačiai lengviau patikėti, kad sūnus Kristijonas – čia, su mumis.

Reklama, rinkodara – tai mano profesinio lauko spalvos. Reklamos industrijoje atsidūriau prieš gerus dvyliką metų. Tuomet palikau žurnalistės kėdę ir svajojau išbandyti jėgas kūrybinėje agentūroje. Labai džiaugiuosi, kad tąkart likimas man buvo dosnus. Labai mėgstu savo darbą, didžiuojuosi savo pasiekimais jame ir žinau, kiek daug jų manes dar laukia.

Na, o kinas, literatūra yra mano pabėgimai ir kelionės. Kartu su jais jaučiuosi išsipildžiusi kaip asmenybė. Muzikos lyg ir tyčia nepridedu šalia. Aš dar turiu nesudėtų taškų toje srityje. Ir aš nepasiduosiu.

**Šiuo metu auginate kūdikį. O kaip mamos pramogauja?**

Pirmiausiai noriu pasakyti, kad mamai pramogos ir poilsis yra privalomi (!) atributai. Mamas reikia tausoti, dovanoti joms laiko tik sau. Tai yra gyvybiškai svarbu gerai mamos savijautai – tiek fizinei, tiek sielos. Čia toks savotiškas priminimas mums visiems.

Aš pramogų stoka skųstis tikrai negaliu. Aurimas su sūnumi mane leidžia visur, kur tik man norisi. Aš ir kino teatre būnu iki soties, ir į koncertus ar teatrą išeinu, ir gerą restoraną aplankau. Kai norime išeiti kartu, labai noriai močiutės pareigų imasi mano mama.

Ko labai pasiilgau – tai kelionių. Tačiau irgi verkšlenti negaliu – kovą visi skrendame į Paryžių!

Apskritai negaliu skųstis laiko sau stoka. Sūnaus Kristijono ritmas labai patogus: jau žinome, kiek ir kada jis miega. Tad laiką planuoti galime tikrai patogiai.

**Maisto gaminimas Jums pramoga ar malonumas? Ką labiausiai mėgstate gaminti?**

Maisto gaminimas man – savotiška terapija. Kai mano rutinoje egzistavo biuras, įtempta dienotvarkė ir veiklos vakarais, pabuvimas su savimi virtuvėje man suteikdavo nepamainomos energijos. Gamindama aš ir pamąstau, ir kūrybos čia nemažai.

Dabar laiką virtuvėje reguliuoja sūnus. Tačiau pusfabrikačių tikrai kasdien nevalgome ir šaldyti maisto iš anksto taip pat nereikia.

Mėgstu meksikiečių virtuvę, o ir visi aplink mane ją labai vertina ir dėkoja už mano pastangas palepinti. Mėgstu produktus pirkti „Lidl“ – ten randu geros kokybės mėsos ir daržovių.

Mėgstu Azijos patiekalus – juos gaminti greita, lengva, o skoniai pribloškia. Vakarienės mūsų namuose būna tikrai gausios. Draugai juokauja, kad, prieš lankant mus, reikia keletos iškrovos dienų.

**Kas Jums svarbiausia apsiperkant prekybos centre?**

Turbūt nenustebinsiu, bet asortimentas. Man svarbu gausus, kokybiškas daržovių ir vaisių skyrius, taip pat – šviežios žuvies ir mėsos. Būtent už tai vertinu „Lidl“. Patinka rasti tai, ko kitur nėra: įdomesnių užkandžių, desertų. Kartu vertinu patogumą, aiškų prekių išdėstymą.

**Iš savo patirties patarkite, kaip apsipirkti taupiai?**

Klasikinis patarimas mums visiems – planuoti. Neiti į prekybos centrą alkaniems, kad nepirktume aklai ir to, ko galbūt mums visai nereikia. Pastebėjau, kad dabar labai madinga suplanuoti ne tik pirkinius, bet ir pilną šeimos savaitės meniu. Kai žinai ką valgysi, aišku ką reikia nusipirkti. Ar man tai pavyksta? Ne visada. Kartais į „Lidl” nueinu ledų, o grįžtu su puse saldumynų skyriaus…

**Be kokių produktų neįsivaizduojate savo virtuvės?**

Turbūt jau supratote, kad be ledų. „Lidl“ man jie skaniausi. Taip pat mano virtuvėje visuomet rasite bananų ir obuolių, medaus ir įvairių kruopų, kiaušinių ir majonezo, sūdytos lašišos ir pilno grūdo duonos, avokadų ir krienų bei garstyčių. Namie turi būti ir raugintų daržovių. Negaliu gyventi be geros mėsos: vytintos ir šviežios, žinoma.

**Kokiems produktams Jums labiausiai patinka kurti reklamas?**

Labiausiai mėgstu kurti apie tai, ką geriausiai jaučiu ir suprantu: maistas, knygos, kultūros renginiai ir kelionės.

**Daugiau informacijos:**

Greta Cibulskaitė

Korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamentas

UAB „Lidl Lietuva“

Tel. +370 5 250 3045, +370 662 02 236

greta.cibulskaite@lidl.lt