

# moja Lesznówola

miesięcznik mieszkańców gminy

ISSN 2451-2346 kwiecień 2019, nr 35





# Gmina w obiektywie

To będą piękne dębowe lasy. Za 120 lat osiągną dojrzałość, a potem będą rosły i rosły. Mamy nadzieję, że żadne rozrastające się osiedle ani stolica zbliżająca się do nas wielkimi krokami, nie wejdą na ich teren. Stowarzyszenie Dobra Wola, Urząd Gminy Lesznowola i Nadleśnictwo Chojnów zorganizowały w kwietniu kolejne sadzenie lasu. Potem przyszedł czas na ognisko i kielbaski serwowane przez Adama Gawrycha, sołtysa Wilczej Góry, której mieszkańcy od rana sprząkali okoliczne tereny.







22



20



28



34



36

## Spis treści

### 6 Od Redakcji

### 7 Czuję się niezniszczalna

...słama zaryczana i wściekła. Na mecie klęłam jak szewc

### 15 Radość i łzy

...mąż poszedł na siłownię, by trochę poćwiczyć.  
Już nie wrócił

### 20 Wirowały kolorowe suknie

...to było prawdziwe taneczne show z doskonałym tempem,  
świetnymi układami i dodatkowymi atrakcjami dla widzów

### 22 Wielka miłość

...dzieci, które trafiły do ośrodka adopcyjnego, nie były  
dziećmi z normalnych, szczęśliwych rodzin

### 28 I tak się zaczęło

...kobieta jest zawsze kobietą

### 34 Hulajnogowy jam

...było dużo zajawy i mocnych sztuczek

### 36 Biegaj z Anną Jakubczak

...zawsze marzyłam o tym, żeby stworzyć sportową grupę  
ludzi gdzieś tu blisko, u siebie

### 42 Mój przyjaciel brydż

...brydż leczy z samotności, integruje pokolenia, wyrabia  
odporność na stres

### 46 Wiosenna garażówka

...na pierwszej garażówce w Lesznowoli skarbów  
nie brakowało

### 48 Zdrowo i kolorowo

...komponujemy potrawy tak, jakbyśmy  
posługiwali się pędzlem



7



15



42





## Od Redakcji

Ponieważ obiecaliśmy, że będziemy w naszym miesięczniku unikać polityki jak ognia, nie zajmiemy się gorącym tematem strajku nauczycieli, choć gdybyśmy byli nauczycielami, byłibyśmy w kwietniu razem z nimi.

Mamy wiosnę. To widać, słycać i czuć także w naszym kwietniowym numerze.

Zaczynamy od wiosennego wyjścia na świeże powietrze, co widać na naszej okładce. O tym, kto i dlaczego biega w lasach Magdaleny, dowiedzą się Państwo z opowiadania naszej olimpijki, Anny Jakubczak.

Natomiast jak biegało się na pustyni Sahara podczas morderczego, pustynnego biegu Runmageddon Sahara 2019, opowiada ambasadorka naszej gminy, która spełniła swoje marzenie i w tym morderczym biegu w Maroku nie tylko wzięła udział, ale ten bieg wygrała. Co przeżyła, widziała i jak cieszyła się z sukcesu, przeczytacie w tekście „Czuję się niezniszczalna”.

Dwa inne teksty, choć w sumie są optymistyczne, opowiadają o tym, jakie niespodzianki potrafi zgotować nam los. Jak w trudnych sytuacjach radzą sobie ludzie, z którymi rozmawialiśmy. Warto się nad treścią tych opowieści głębiej zastanowić.

I na koniec proponuję teksty, mówiące o pasjach. Mieszkanka Łaz odkryła w sobie pasję malarską, a mieszkanka Magdaleny namawia do gry w brydża sportowego.

W numerze także fotorelacje z wielkiej tanecznej gali, z pierwszej w Lesznowoli garażówki i zawodów na hulajnogach i deskorolkach.

W kuchni – „Zdrowo i kolorowo”. Miłej lektury.

Redaktor naczelny  
**Andrzej Kwiatkowski**

## moja Lesznowola

Miesięcznik Mieszkańców Gminy

REDAKTOR NACZELNY Andrzej Kwiatkowski  
OPRACOWANIE GRAFICZNE, DTP Joanna Żuk  
ZDJĘCIA Katarzyna Kwiatkowska  
DRUK I OPRAWA MATRIX

WYDAWCA IMAGO, 05-506 Lesznowola, Władysławów, ul. Cicha 2  
KONTAKT [mojalesznowola@gmail.com](mailto:mojalesznowola@gmail.com), tel. 600 056 069



fot. z archiwum prywatnego J. Ilczyszyn



– Jeśli nie chcesz, powód znajdziesz. Jeśli chcesz, znajdziesz sposób – mówi Julita Ilczyszyn, o której pisaliśmy w listopadowym numerze *mojej Lesznowoli*, w tekście „To trzeba przeżyć”. Nim przekonamy Czytelników, że wie, co mówi, przypomnimy, kim jest.



„Jeśli wszystko ułoży się dobrze, a nie nie wskazuje na to, by mogło być inaczej, w marcu Julita Ilczyszyn, mama trzyletniej Julii i półtorarocznej Zuzanny, wystartuje w morderczym biegu przez bezludne tereny pustyni Sahara w południowym Maroku”. Tak pisaliśmy w listopadzie.

Wtedy też, na zakończenie spotkania Julita Ilczyszyn powiedziała nam, że przygotowuje się do przygody na Saharze.

„Zapisałam się do startu w tym morderczym Runmageddon Sahara 2019 Maroko i zaczęłam sobie uświadamiać, co zrobiłam. Często jest tak, że coś zrobię, a później pomyślę, choć na to akurat już za późno. Szlifuję cały czas formę i coraz lepiej mi to idzie. Chcę to zrobić. Chcę pokazać, że można”.

W drugiej połowie marca Julia i Zuzanna, starsze o pięć miesięcy, z tatą Krzysztofem witały mamę wracającą z Maroka.



### Szok

Żeby wziąć udział w takim biegu i zrealizować swoje marzenie, potrzeba nie tylko szlifować formę, ale poszukać życzliwych ludzi, którzy pomogą to marzenie spełnić. Którzy uznają, że warto się w takie przedsięwzięcie zaangażować, dostrzegą cel tego startu i pomogą, bo wyjazd do Maroka i udział w takiej imprezie to nie Runmageddon na błoniach w Mysiadle. Słowem, trzeba znaleźć sponsorów i pani Julita takich ludzi znalazła.

– Spotkałam się z panią wójt naszej gminy – wspomina pani Julita. – Powiem szczerze, że liczyłam na jakieś drobne dofinansowanie



w postaci na przykład butów sportowych, bo akurat odpowiednich do czekającego mnie trudu nie miałam. Idąc na spotkanie, pomyślałam, że fajnie by było, gdyby mi dołożyła do butów.

Spotkanie było przemile. Pierwszy raz miałam możliwość spotkania się z panią wójt, więc pogadałyśmy sobie tak po babsku. Pani wójt przyznała, że jeśli chodzi o sport, to uprawia sprzątanie w domu i spacer. Mówię: „Okej, to też jest jakaś aktywność ruchowa”.

Potem zaczęłam opowiadać, co robię, a oczy pani wójt stawały się coraz większe, więc pomyślałam: „Okej, Julita, już wystarczy”.

...często jest tak,  
że coś zrobię, a później  
pomyślę

wał, nikt nigdy nie pomógł mi w ten sposób, więc przeżyłam szok. W jednej chwili zdałam sobie sprawę, że w wieku trzydziestu sześciu lat będę mogła coś takiego zrobić. Będę mogła wystartować w wielkim międzynarodowym przedsięwzięciu.

Ta decyzja uruchomiła maszynę. Znalazł się kolejny sponsor, który mi udostępnił salę treningową do trenowania przeszkód. To było w Extreme Warrior Park w Piaseczynie. Oni zajmują się strictly biegami z przeszkodami i zaproponowali mi ambasadorstwo z tytułem reprezentowania ich również na Saharze. Dla mnie to była super propozycja, bo u nich głównie trenują nastolatki czy dwudziestolatki, a tu przychodzi kobieta z bagażem doświadczeń i oni chcą jej pomóc.

Przyznam, że dla mnie każde takie dobre słowo i wsparcie było sporym zaskoczeniem. Wszystko zaczęło się spinać. Dostałam dofinansowanie, więc mogłam wszystko opłacić. Miałam wsparcie w postaci darmowych treningów, znalazłam fizjoterapeutę, do którego przed takim „grubym” wyjazdem musiałam chodzić, by zapiekował się moim ciałem i pomógł przygotować je na trudy Sahary.

Założenie było proste. Mam wrócić cała do domu. Wobec tego musiałam się poddać fizjoterapii i pan Marcin Nestorowicz, specjalista od suchych igieł, doprowadził moje ciało do tego, żeby było gotowe na start. To wszystko działało się w okresie od grudnia do marca.

Trenowałam systematycznie, ale wiadomo, dzieci, rodzina i mąż – słowem, codzienne życie i fachowy,

systematyczny trening to są niestety różne bajki. W głowie coraz częściej rodził się stres. Nie byłam wciąż w takiej formie, w jakiej chciałam i powinnam być.

Im bardziej zbliżał się wyjazd, tym bardziej moja rodzina zaczęła chorować. Dziewczynki dopadały jakieś wirusy, biegunki, rotawirusy. Tak jak nigdy mój mąż i moje dzieci nie chorowały, tak wszyscy zaczęli chorować. Mnie też coś dopadło, choć jako kobieta, która morsuje, jestem dość odporna i zdrowa. Moja forma zaczęła spadać i zaczął się kłopot. Dopadł mnie ogromny stres. W dniu wyjazdu na Saharę miałam totalnie zawałone zatoki.

### Lecę do Marrakeszu

– „Jak ja przeżyję ten lot?”

– pytałam samą siebie przed startem samolotu w Krakowie, myśląc o zawałonych zatokach. O dziwo, przeżyłam. Gdy po czterech i pół godzinie lotu wylądowałam w Marrakeszu, nic mnie nie bolało. Stres minął jak ręką odjął.

Na lotnisku czekał na nas auto-kar, bo chętni do udziału w biegu na Saharze przyjeżdżali z różnych krajów. Z Polski leciało chyba z sześćdziesiąt osób. Byli to i uczestnicy, i organizatorzy całego wyścigu. Wsiadaliśmy do autokaru z nadzieją, że podróż do miejsca docelowego będzie trwała jakieś dwie, trzy godziny i znajdziemy się na pustyni. Wysiedliśmy po... dwunastu. Wielu pasażerów cierpiało na chorobę lokomocyjną. Po drodze zjedliśmy jeszcze jakiś obiad, który dla wielu okazał się nie do strawienia.

Ja jakoś się trzymałam i przetrwałam tę podróż. Około pierwszej po północy dotarliśmy do obozu na pustyni. Byłam tak skonana, że przyznam się szczerze, nawet nie umyłam zębów, tylko po prostu padłam. Miałam trzy godziny snu, bo o czwartej rano była pobudka.

Nie musieliśmy zabierać do Maroka śpiworów, ale Krzysztof, mój mąż, powiedział: „Weż ten śpiwór, bo nigdy nie wiadomo, jak będzie”.



Wtedy pani wójt spytała mnie, jaki jest główny cel tej mojej sportowej zabawy, bo nadal jest to moja zabawa, więc powiedziałam, że wyjazd na Saharę, udział w Runmageddonie i pokazanie kobietom, że można. Można być mamą i można realizować swoje marzenia. Spytała o koszty. Powiedziałam, jak to wygląda, i usłyszałam: „Dobrze. Będzie pani tam ambasadorką gminy Lesznowola. My pani ten wyjazd zasponsorujemy”.

Omam nie spadłam z krzesła. Nie spodziewałam się takiego obrotu sprawy. Nie wiedziałam, co mam powiedzieć, i zaczęłam się jąkać. Nikt nigdy w życiu mnie nie zasponsoro-



Posłuchałam i dziękowałam Bogu i mężowi, bo w nocy była minusowa temperatura, a nastawialiśmy się na mniej więcej plus dziesięć stopni. Obudziłam się po godzinie, trzęsąc się z zimna. Patrzę, a tu minus jeden. No to świetnie. Chciałam przeprosić się z kocami, które zapewnił nam organizatorzy, ale gdy je zobaczyłam, to powiedziałam: „Nie, nie. Ja jednak wolę swój śpiworek”. Jednak gdy się obudziłam zziębnięta, powiedziałam: „Trudno. Biorę te koce. Biorę, bo bez nich chyba nie dam rady”. Gdy strzepywałam z koców piach i włosy wszystkich wielbłądów, na których kocę leżały, myślałam, że mnie szlag trafi: „No, to mam piękną noc. Start za dwie godziny”. Przykryłam się kocami i zasnęłam.

### Pustynia – etap pierwszy

– Organizatorzy biegu obudzili nas o czwartej rano. Na dźwięk głośnego i przenikliwego „Happy Birthday” płynącego z głośników, wszyscy zerwaliśmy się na równe nogi. Na śniadanie były twarde naleśniki z marokańskiej mąki i jajko na twardo, gotowane chyba z godziną, bo żółtko było czarne. Wszyscy się zjadali. Ja nie do końca, ale najważniejsze, by na start było coś w żołądku i tyle było.

O piątej latarki na głowę i start. Tak się zaczęło. Z marszu, bez żadnej adaptacji. Dla mnie to było mega fajne, bo każdy etap był na innym rodzaju pustyni. W sumie były trzy etapy wyścigu i jeden etap jako bieg przyjaźni.

Pierwszy etap, ku mojemu zaskoczeniu, prowadził przez kamienną pustynię, po twardych, bardzo ostrych, ruchomych kamieniach. Bieg bardzo niebezpieczny i bardzo techniczny, więc trzeba było uważać.

Wystartowało osiemdziesięciu sześciu zawodników, w tym trzynaście dziewczyn. Bieg był podzielony na cztery kategorie: 50 km bez przeszkód, 50 km z przeszkodami, 120 km bez przeszkód i 120 km z przeszkodami. Zapisałam się do biegu na 50 km z przeszkodami, bo miałam zakaz rodziny, że absolutnie nie mam szans i możliwości startowania na 120 z przeszkodami.

Nie bałam się tego etapu, bo wiedziałam, że jestem dobra technicznie i sobie poradzę. Pierwszego dnia do pokonania mieliśmy 18 kilometrów.

Ja jestem taką osobą, że jak ktoś mi powie 18 kilometrów, to ma być 18 kilometrów. Przebiegłam 18 km, a końca nie widać. Zaczęłam się denerwować, bo wysiłek podzieliłam sobie na moje możliwości, kończy mi się woda, więc zaczyna się stres.

Nie zatrzymywałam się na punktach regeneracyjnych. Musieliśmy mieć ze sobą obowiązkowo dwa litry wody plus jakieś słodycze, więc miałam to zapakowane i wiedziałam, że na 18 kilometrów spokojnie mi wystarczy. Okazało się, że było o 5 kilometrów więcej. Na ostatnim kilometrze już nie biegłam. Szłam zaryczana i wściekła. Na mecie kęłam jak szewc. Miałam dosyć.

Pierwszy etap skończyłam na trzecim miejscu w klasyfikacji dziewczyn, a na dwudziestym czwartym w ogólnej klasyfikacji z mężczyznami na 50 km bez przeszkód i z przeszkodami, bo to była jedna klasyfikacja. Generalnie w mojej grupie startowały trzydzieści cztery osoby.

Po tym pierwszym etapie byłam wściekła na organizatorów, że wydłużyli ten odcinek, ale miałam ogromną satysfakcję, bo zrobiłam więcej, niż zapowiadałam.

Potem regeneracja, nogi do góry, rowowanie, gimnastyka i tak dalej.

To, co było fajne na tym wyjeździe, to fakt, że co wieczór mieliśmy organizowane spotkania z tamtejszą kulturą. To było dosyć ciekawe. Jakies koncerty, pokazy – pół godzinki do godzinki, a potem spanie, bo przed nami kolejny etap.

### Pustynia – etap drugi

– Kwadrans po czwartej pobudka do drugiego etapu. O piątej szybkie śniadanie, twarde naleśniki i start. Zaczęłam się bardzo stresować, bo wiedziałam, że czeka mnie piaszczysta pustynia, a nie wiedziałam, jak zareaguje mój organizm. Na kamieniach pozdzierałam paznokcie i miałam poranione paluchy. Bałam się, czy w ogóle będę mogła biec, bo tam dosyć restrykcyjnie podchodzili do tego, czy zawodnik jest gotowy do biegu. Jeżeli ktoś podupał na zdrowiu, to po prostu nie dopuszczali go do startu.

Dopuścili mnie i to był najfajniejszy moment. Wystartowaliśmy nocą z latarkami, z czołówkami na głowach i z marszu wpadliśmy w głęboki piach. Dla mnie to było

coś niesamowitego. Miałam na nogach założone takie specjalne stopy, żeby mi się piach nie wsypywał do butów, ale to było nieuniknione. Bo jak noga do połowy łydki wpadała w piach, to szans nie było, żeby się gdzieś nie wcisnęła.

Ponieważ wiedziałam, że dystans ma znowu 18 kilometrów, to po doświadczeniach poprzedniego dnia powiedziałam: „Dobra, trzeba dołożyć z pięć, żeby się za bardzo nie denerwować”. Byliśmy sami na pustyni. Gdzieś w oddali widać było wydmy, pełno latarek i ludzie tacy nakręceni. Wspaniałe uczucie.







Startowaliśmy w nocy, żeby zobaczyć wschód słońca. Zaczęło się przejaśniać. Dobrze mi się biegnie, więc mówię: „Lecę dalej”. Przed nami w odległości 100 metrów jechał quad, a poza tym trasa była wyznaczona takimi lightstickami, więc była widoczność. Aczkolwiek byli tacy, którzy się pogubili, bo biegli za ludźmi, a najgorsze, co można zrobić, to biec za kimś. Trzeba patrzeć na wyznaczoną trasę, bo ludzie się zamyślą, wyłączą i lecą po prostu, więc niektórzy nadrobili drogi.

Ja biegłam z chorągiewkami i się tak mocno skupiałam, że nie zauważyłam wschodu słońca. Fotograf krzyczy, czy widziałam wschód słońca. Ja, że nie, że tylko widziałam, jak się przejaśnia, więc wyłączyłam czołówkę. A on: „No to odwróć się, bo jest za tobą”.

Odwróciłam się i zamarłam. To było tak niesamowite. Wszystko było absolutnie pomarańczowe. I to słońce. Poczulałam, jak przechodzi mnie dreszcz, i powiedziałam: „Jezu, to jest to, co pragnęłam zobaczyć. To jest to, o czym marzyłam tyle lat”. Fotograf zrobił mi zdjęcie i pobiegłam dalej.

Biegliliśmy z wydmy na wydmy. Wpadało się czasami po kolana, a ciężko było wyjść, ale odkryłam atut moich długich nóg. Wszystkie rywalki były dużo niższe ode mnie i jak wpadały w ten piach, to nie było już szans. A ja moimi długimi nogami robiłam systematycznie krok za krokiem. Do mety dobiegłam pierwsza. W ogólnej klasyfikacji wskoczyłam na drugie miejsce.

Dotarło do mnie, że przyjechałam zobaczyć piękne gwiazdy i ciepły piasek, a mam szansę pokazać, że mogę jeszcze więcej. No to szybko do namiotu, wykąpać się i regeneracja, bo jutro trzeci etap. Ale przyszli koledzy i zaproponowali spacer.

„Ludzie, jaki spacer? Dopiero skończyliśmy bieg. – Próbowałam się wykręcić. – Chociaż półgodzinki się przejdziemy, to mięśnie się rozruszają” – przekonywali, więc powiedziałam: „Dobrze, idziemy”. Patrzemy, a przed nami karawana wielbłądów. Zrobiliśmy zdjęcia i padła propozycja, żeby wsiadać na te wielbłądy. Ja odmawiam, a poganiacze wielbłądów zachęcają, że zrobią nam wycieczkę.

Bałam się, że nas jeszcze gdzieś wywiozą i będzie tragedia. Mówię „nas”, bo było ze mną dwóch kolegów, którzy przekonywali mnie, że nic się nie stanie. Poza tym jeden był cały wytatuowany, a wiedzieliśmy, że tubylcy boją się ludzi z tatuażami. W końcu dałam się przekonać. Wsiadliśmy na wielbłądy i powędrowaliśmy jakiś kilometr od obozu na wydmy. Ja w strachu. Jak z tych wydym ktoś wyskoczy, to już po nas.

Generalnie był zakaz poruszania się poza obozem, bo nikt nie dawał gwarancji, że to będzie bezpieczne, ale wszystko się dobrze skończyło. Zrobiliśmy zdjęcia i dowieziono nas do obozu. To była fajna przygoda. Pierwszy raz miejscowi nie chcieli od nas żadnych pieniędzy. Powiedzieli, że to była wycieczka gratis, bo jesteśmy świrami.



Gdy daliśmy im 10 euro, to mieli lzy w oczach. Za takie pieniądze przez pewien czas mogli sobie żyć jak w raju. Wzruszyłam się i powiedziałam: „Poczekajcie chwilę. Powiem innym w obozie, może będą chcieli z wami pojechać, to sobie zarobicie”. Miałam rację. Znaleźli się chętni, więc oni chyba nie będą musieli pracować przez kilkanaście miesięcy.

### Pustynia – etap trzeci

– Trzeciego dnia spakowaliśmy bagaże i wywieźli nas w góry Atlas. Na szczytach leżał śnieg. Śnieg na Saharze – wszyscy oczywiście oszaleli. Wsiadaliśmy do autokaru z nastawieniem, że będzie to krótka podróż. Trwała osiem godzin.

W nocy dojechaliśmy do kolejnego obozu. Wszyscy padnięci natychmiast poszliśmy spać, bo przed nami był ostatni etap. Ci, którzy liczyli na zwycięstwo, byli bardzo skupieni, żeby jakoś sobie te biegi porozkładać, a ja już poczułam odprężenie. Drugie miejsce miałam zapewnione, więc pełen luz. Zero stresu. Poza tym lubię biegi górskie, więc zobaczymy, co będzie.

Rano oczywiście naleśniki z dżemem. Trzeci dzień z rzędu, więc powiedziałam sobie, że jak wrócę do domu, to powiem córkom, że przez najbliższy miesiąc naleśników z dżemem nie będzie.



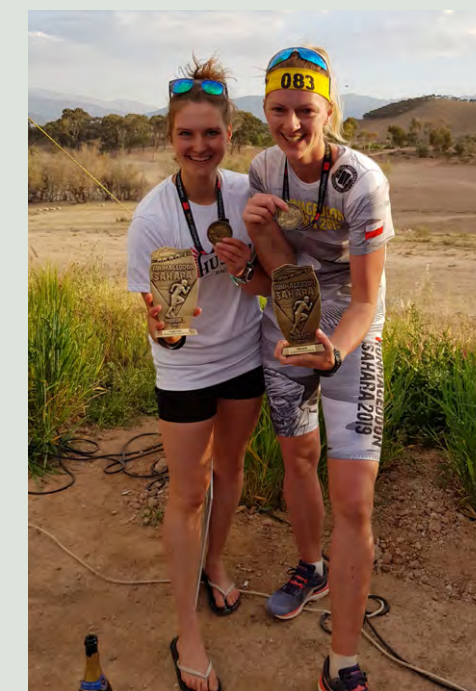
Bieg znowu zaczęliśmy nocą. Biegliliśmy w górach wyschniętym korytem rzeki, która żyje, ale o innej porze roku. Mnóstwo kóz, baranów, owiec. Cały czas dopingowały nas swoim „bee, bee”, więc było śmiesznie. Przez dwa kilometry bieгло się po bardzo ostrych skałach.

Po trzech kilometrach dobiegliliśmy do postoju regeneracyjnego. Tam zobaczyłam, że dogoniłam moje rywalki, więc szybko podjęłam decyzję, że nie potrzebuję tego punktu regeneracyjnego. Lecę, bo widzę, że czeka mnie z półtora kilometra zbiegu, a moje nogi po tej prostej drodze same mnie niosą. Musiałam tylko się odważyć i pokonać lęk przed prędkością, jakiej nabrałam. Ale z tym akurat nie miałam problemu i po prostu gnałam. Dziewczyny zostały z tyłu.

Przy zbiegu często się hamuje, a ja mówię: „Nie tym razem”. Potem było podejście, podbieg, ale tak się dobrze czułam, że po skałach na moich długich nogach śmigałam jak kozica (*śmiech*). Patrę, przede mną biegnie jakiś chłopak. Pomyślałam: „Spróbuję go dogonić i utrzymać jego tempo”. A ten mi ucieka. Dogoniłam, powiedziałam: „Konrad, lecę za tobą” i zaczęła się kłótnia. To najlepszy sposób, żeby się zmotywować.

Konrad szedł na kijkach, więc krzyknęłam: „Wkurzają mnie te twoje kijki. Wkurza mnie to stukanie.

Weź te kijki, bo ci je zaraz rozwalę. – A on nic tylko stuka i mówi. – A weź się i leć. Kurde, człowieku nie rozumiesz, że mnie wkurzasz” – nie ustępowałam i zaczęła się kłótnia. Darliśmy się na całe góry. I tak dobiegliliśmy do mety. Przytuliliśmy się, podziękowaliśmy sobie, że nieświadomie mocno się wspomagaliśmy i dzięki wzajemnej współpracy po prostu się udało.



### Meta

– Jeszcze nie ochłonęłam, a tu krzyczą, że jestem pierwsza. To było coś niesamowitego. Pojechałam tam po to, żeby się totalnie oczyścić ze wszystkich negatywnych emocji, które mamy na co dzień. Z tego stresu, z tego narzekania przez wszystkich ludzi i wszystko mi wyszło. Ryczałam jak wół i nie potrafiłam tego opanować. Ba, nie byłam jedyna.

Każdy facet, który po mnie dobiegał na metę, klękał na ziemi i wszyscy ryczeli. Potem mówili, że jest im wstyd, że płaczą. A ja mówiłam: „Człowieku, przecież właśnie po to tu przyjechałeś”. W pewnym momencie na mecie była nas dziesiątka i wszyscy ryczeliśmy. Zakrwawieni, poharatani, ale niesamowicie szczęśliwi.



Najcenniejsze, co tam dostałam, to były te emocje. To było coś niesamowitego. Nie było dnia, nie było godziny, żeby ludzie, z którymi tam żyłam, przez ten tydzień na coś nie narzekali. A teraz płakali z emocji i ze szczęścia.



**...wszystko można zrobić,  
tylko trzeba to sobie ułożyć  
w głowie**

To był ciężki bieg. Ekstremalny. Szczególnie dla dziewczyn. Ale faceci przewracali się i mówili, że więcej nie dadzą rady. Nikt nie wiedział, jak zareaguje organizm. Dlatego podchodziliśmy do tego wyczynu z pewną dozą dystansu. Również podchodziłam do tego biegu z ogromną pokorą, ale gdy poczułam, że jest dobrze, to wiedziałam, że można się zniszczyć, skatować, zmęczyć, ale uda się ten dystans pokonać. Przebiec. Dobiec do mety.

Były takie momenty, kiedy się bałam. Gdy biegłam na piaszczystym etapie, zobaczyłam w pewnym momencie ludzi pustyni. Nomadzi, czyli ludzie bez domu, siedzieli sobie na krzeselkach przy stolikach i pili herbatkę, a przede mną i za mną nie było nikogo.

Ja, kobieta w obcisłym stroju, blondynka, byłam na pustyni sama i słyszałam teksty typu: „Love, Love, kiss, kiss”. Bardzo się bałam. Zastanawiałam, co w razie zagrożenia mam zrobić. Widziałam dwóch, więc pomyślałam: „Dwóm to jeszcze dam radę”, bo oni, że tak powiem, sięgali mi pod cycek. Ale niech z tej wydmy wyskoczy jeszcze dwóch, to jest po mnie. Więc co robić? Uciekać. I wtedy była kolejna motywacja, żeby bieć jeszcze szybciej.

Tam kobiety traktowane są jak totalne zero. Dziewczyny nie mają żadnych praw. Była taka sytuacja, że wymyśliliśmy wyścig dla tamtejszych dzieciaków. Organizatorzy mieli słodczyce, ale chcieli dopuścić do zabawy tylko chłopców. W końcu wyszło tak, że startowały i dziewczynki. Były bardzo szczęśliwe. Podejrzewam, że to była ich jedyna impreza w życiu. Dzieci biegły na bosaka, w podartych butach i w puchowych kurtkach. To był cudowny widok.

To była chyba najcudowniejsza impreza, na jakiej byłam. Biegaliśmy razem z nimi, pokonywaliśmy przeszkody. Raj. Jednak dla dziewczynki to była pierwsza i pewnie ostatnia impreza w życiu.

#### **Czas po biegu**

– Dziś wiem na sto procent, że nie ma rzeczy niemożliwych. Wszystko można zrobić, tylko trzeba to sobie ułożyć w głowie. A przez ten tydzień, który minął od zakończenia biegu na Saharze, tyle rzeczy zmotywowało się w mojej w głowie, tyle tak urosło, że czuję się niezniszczalna.

Kiedy weszłam do domu, to Krzysztof mnie przytulił, wyciął, pogratulował i zapytał: „Co teraz? Pewnie Kaukaz?”.

Mam w planie Runmageddon w Gruzji na Kaukazie i bieg na 100 km. Myślę, żeby w marcu za rok wystartować w pustynnym biegu na Saharze na dystansie 120 km. Zobaczymy, jak będzie z realizacją, bo to zależy od tego, czy znajdę wsparcie.

Po powrocie do Lesznowoli na drugi dzień poszłam na trening. Trener przywitał mnie serdecznie i zapytał, czy chcę naleśnika z dżemem (*śmiech*). ■



– Takie jest, niestety, życie.

Najpierw była wielka radość, szczęście, że będę miała to, co lubię. Będę pracowała z dziećmi i będę miała przedszkole. Córki skończyły pedagogikę. Starsza powiedziała, że też będzie pracowała z dziećmi, więc czego można od życia chcieć więcej.

## Radość i tży

– We wrześniu 2008 roku mieliśmy otworzyć przedszkole. W sierpniu mąż poszedł na siłownię, by trochę poćwiczyć. Już nie wrócił. Dostał zawału i zmarł. W jednej chwili zawalił się nam cały świat – opowiada Dorota Sowińska z Janczewic.

#### **Właścicielka przedszkola**

– Jak wygląda dzień właścicielki przedszkola? Dobre pytanie. Na pewno nie tak, jak sobie to wielu wyobraża. Odpowiem na przykładzie dzisiejszego dnia, choć muszę od razu zaznaczyć, że każdy dzień jest inny.

Zaczął się o siódmej rano. Jutro mamy w przedszkolu wiosenny bal, więc trzeba przygotować dla dzieci żółto-zielone wiosenne stroje. Rano załatwiałam sprawy w sanepidzie i robiłam zakupy. Często zrywa mnie telefon, wpadam w wir pracy i zapominam o śniadaniu. Bywa tak wtedy, gdy dostaję przed siódmą informację, że któraś z przedszkolank zachorowała albo zachorowało jej dziecko i w związku z tym nie przyjdzie do pracy. Wtedy mu-



szę otworzyć przedszkole, bo o siódmej już są w przedszkolu dzieci.

W tej chwili mamy pod opieką ponad osiemdziesięcioro dzieci w wieku od trzech do sześciu lat, a załatwiam formalności związane z otwarciem żłobka. W naszej gminie jest dużo młodych małżeństw z małymi dziećmi, które bardzo żłobka potrzebują. Właśnie w związku z tą sprawą byłam dziś dwa razy w sanepidzie, bo trzeba zrobić dodatkowe badania wody, choć woda i tak jest okresowo badana. O ósmej byłam w sanepidzie, zabrałam panie, które pobrały wodę, potem je odwiozłam do Piaseczna.

Moim marzeniem od zawsze była praca z dziećmi. O tym, by mieć własne przedszkole, nigdy nie myślałam. Teraz mam takie wrażenie, że nie robię tego, co lubię, tylko to, co muszę. Może to nie jest właściwe słowo, bo nikt mnie do tego nie zmusza, ale tak to czuję.

Można oczywiście zatrudnić do wszystkiego ludzi i samemu się przyglądać, ale wtedy koszty będą odpowiednio wyższe i poniosą je rodzice dzieci.



Ja tu jestem od wszystkiego. Trzeba otworzyć przedszkole, to otwieram. Trzeba odśnieżyć, to biorę szufłę i odśnieżam. Trzeba jechać po zakupy, to jadę, a jak trzeba posprzątać, to sprzątam. Gdy któraś mama czy tata zadzwonią i powiedzą, że nie zdążą odebrać dziecka, bo muszą dłużej zostać w pracy, to biorę dziecko do domu, bo przecież jest przy przedszkolu, i razem czekamy. Na mojej głowie jest też kontakt z instytucjami zewnętrznymi.



W Janczewicach mieszkamy już trzydzieści dwa lata. Tu mieszkała rodzina męża i tu dostaliśmy od jego rodziców działkę. Cały czas dorabialiśmy się i wreszcie pobudowaliśmy dom. W kilka lat później trafiła się okazja. Urząd Gminy szukał działki pod oczyszczalnię ścieków, a my taką mieliśmy. Sprzedaliśmy ziemię i zastanawia-

liśmy się, w co ulokować pieniądze. Córki dorastały, ja pracowałam w przedszkolu. Niektórzy rolnicy sprzedawali działki, zaczęło się budowanie domów i osiedlanie nowych mieszkańców. Gmina się pomału budowała i zaludniała, a my zastanawialiśmy się, jak dobrze spżytkować otrzymane za sprzedaną działkę pieniądze. I wpadliśmy na pomysł. Wybudujemy przedszkole.

Było to wtedy bardzo ryzykowne przedsięwzięcie, bo teren nie był tak zabudowany jak dziś. Janczewice były jeszcze prawdziwą wsią. Mimo to zaciągnęliśmy kredyty i rozpoczęliśmy budowę.

Gdy na wiosnę 2009 roku przedszkole było gotowe na przyjęcie dzieci, miałam obawy, czy zgłosi się odpowiednia liczba chętnych. Moje obawy były tak wielkie, że opóźniałam zatrudnienie obsady przedszkola, bo bałam się, że jeśli podpiszemy umowy, a we wrześniu nie będzie dzieci, to co ja tym pracownikom powiem. Że się rozmyśliłam? W maju i czerwcu jeszcze nie podpisywałam umów, bo uważałam, że muszę być odpowiedzialna, mieć pewność, że ruszymy. Bałam się, by kogoś nie skrzywdzić.

W lipcu ruszył nabór dzieci i byłam pewna, że we wrześniu otworzymy przedszkole. Starsza córka, jak wspomniałam, bardzo się zaangażowała, młodsza powiedziała, że jej praca w przedszkolu nie interesuje, ale to nie wpłynęło na decyzję o otwarciu placówki.

Na początku sierpnia zaczęły się przygotowania do otwarcia. Nasze przedszkole jest jednostką rodzinną, bo tak się potoczyło nasze życie.



### Jak grom z nieba

– Życie uczy nas, że nie można mieć wszystkiego. Była wielka radość, oczekiwanie i przyszedł wielki smutek. Przed otwarciem przedszkola zmarł nagle mój mąż. Miał 48 lat. Spadło to na nas jak grom z jasnego nieba. Zupełnie nie wiedziałam, co mam robić.

Im bliżej końca budowy, im bliżej terminu otwarcia, tym bardziej zaczęliśmy się zadłużać, żeby przedszkole wyposażyć na odpowiednim poziomie. I nagle, w jednej chwili zostałam z tym wszystkim sama. Obie córki chodziły jeszcze do szkoły i na moją głowę spadło dodatkowo odwożenie i przywożenie ich do domu. Nie bardzo wiedziałam, jak sobie z tym wszystkim poradzę, ale może to nie było takie złe, bo zamiast rozpamiętywać nieszczęście, skupiałam się na tym, żeby dać radę. Żeby podać obowiązkowi, które spadły na moje barki.

Nie mogłam myśleć o sobie, siedzieć i rozpaczać, tylko musiałam się zebrać w sobie i działać. O siódmej szycowałam dziewczyny do szkoły, następnie odwoziłam je do Falent, bo stamtąd jechały autobusem do szkoły w Warszawie. Potem była praca w przedszkolu, a po południu córki dzwoniły po mnie i odbierałam je znowu w Falentach.

Najgorzej było wieczorami, ale wtedy nie zdawałam sobie sprawy z tego, że jest tak ciężko. Dopiero niedawno oglądałam w telewizji jakiś program o depresji i powiedziałam: „Kurczę, przecież ja przez to wszystko przechodziłam”.

Było wino i bezsenne noce. Budziłam się, naciągałam poduszkę na głowę i leżałam bez snu do rana. Lucynka, moja przyjaciółka jeszcze ze szkoły średniej, ciągle do mnie dzwoniła i już po głosie wiedziała, w jakim jestem stanie psychicznym. Wsiadała w samochód i natychmiast do mnie przyjeżdżała, żeby mnie podtrzymać na duchu. Zostawała ze mną i ratowała z depresji. A ja przede wszystkim chciałam tych moich przeżyć oszczędzić córkom.

Wystarczy, że przeżywały śmierć ojca, więc nie musiały przeżywać moich stanów depresyjnych. Maja skończyła osiemnaście lat, a Emilka była przed maturą, miała lat siedemnaście. Były prawie dorosłe, ale dla mnie w tym nieszczęściu były małymi dziećmi.

Tak naprawdę tylko dzięki przyjaciółom, których mam, dzięki życzliwości bliskich mi ludzi dałam radę i się nie załamalam. Każdemu życzyłam takich przyjaciół. Każdemu życzyłam takiej rodziny, jaką mam. Bez nich nie dałabym rady. Najbardziej przerażały mnie długi, z jakimi zostałam, bo wiele osób nam na to przedszkole pożyczyło pieniądze.

Pamiętam taki moment, że miałam propozycję, by jechać z córkami na wczasy i powiedziałam do siostry męża, od której też pożyczyłam pieniądze: „Ewa, ja nigdzie nie jadę. Jeszcze tobie jestem winna pieniądze. – A ona na to: – Dorotka, a czym ty się przejmujesz? Masz przecież ziemię. Sprzedasz kawałek działki i już po długach”.

Olsnienie. Nawet przez chwilę tak nie myślałam. Byłam wychowana w tradycji, że ziemia stanowi zaplecze, ale nie jest po to, by ją sprzedawać i jechać na wczasy.

Dostałam w spadku po rodzicach działkę, sprzedałam siostrzeńcowi i spłaciłam długi. Działka została w rodzinie. Byłam przekonana, że rodzice, patrząc z tamtego świata na wszystko, co mnie spotkało, zaakceptowałyby tę decyzję.

Kredyt, który zaciągnęliśmy na dom, jeszcze spłacam, ale z tym długiem nauczyłam się żyć. Tego nie odczuwam tak, jak tamtych długów. Przywykłam.

Kilka lat przed zawałem mąż dwa razy przeszedł ciężką, nieleczoną grypę. Nabawił się przy tym zapalenia mięśnia sercowego. Tak naprawdę należał do tych mężczyzn, którzy nie lubią chodzić do lekarza. Trochę się leczył homeopatią, ale ciągle nie miał siły. Ile razy mówiłam mu, żeby zmienił lekarza, poszedł do specjalisty, zawsze odpowiadał: „Byłem u lekarza i co?”. Wreszcie pani doktor Jankowska, do której poszedł, zrobiła mu EKG, powiedziała, że jest źle, i chciała wezwać karetkę, żeby go przewiozła do szpitala. Powiedział jednak, że sam pojedzie, i pojechał do Piaseczna.

W Piasecznie kardiolog był wtedy w szpitalu tylko raz w tygodniu, więc zaczęliśmy sami, prywatnie szukać lekarzy. Tak naprawdę choroba była już bardzo zaawansowana. Żył z nią sześć lat. Miał zalecenie, żeby się oszczędzać, unikać wysiłku, ale powiedział, że się nie położy i nie będzie czekał na śmierć.

I nie położył się. Odchudził się, ćwiczył, dbał o sylwetkę, bo bał się przytyć, i nawet zaczął chodzić na siłownię. Wyniki miał wprawdzie lepsze, ale serce po tym zapaleniu mięśnia sercowego miało bardzo słabe. Lekarka, która robiła mu badania, gdy usłyszała, że ćwiczy, że gra z córkami w siatkówkę, powiedziała: „Panu z takim słabym sercem nawet palcem nie wolno ruszyć, a pan jeszcze ćwiczy i gra w siatkówkę? Igra pan z losem”.

To było miesiąc przed zawałem. Poszedł na siłownię, ćwiczył i już do domu nie wrócił. Pamiętam, że to był wtorek, a w czwartek lekarze mieli zdecydować o wszczepieniu mężowi rozrusznika serca. Nie czekał na tę decyzję, bo powiedział, że nie będzie z siebie robił królika doświadczalnego.



## Stokrotka

– Córki miały świadomość, jaka po śmierci ojca jest nasza sytuacja. Było ciężko, ale nie beznadziejnie. Ja rzuciłam się w wir pracy, bo trzeba się było sprężyć i pozalatiwać wszystkie sprawy, które były na głowie męża. Młodsza córka zaczęła w weekendy pracować, starsza już mi pomagała.

Do przedszkola zaczęli zgłaszać się rodzice, więc podjęliśmy decyzję, że dopinamy wszystkie sprawy i otwieramy we wrześniu placówkę. Obydwie córki zdecydowały, że pracujemy razem. Obie skończyły pedagogikę przedszkolną i wczesnoszkolną. Młodsza, która mówiła przedtem, że nie będzie pracowała w przedszkolu, skończyła też zarządzanie placówkami oświatowymi i każda ma teraz w przedszkolu swoją działkę. Chodzą na wszelkie potrzebne do pracy z dziećmi kursy i swoją wiedzę wykorzystują w pracy.

Maja pilnuje ZUS-ów, płatności, rozliczeń. Emilia jest dyrektorem pedagogicznym. Obydwie też pracują z dziećmi.

Nazwę dla przedszkola wymyśliła wspomniana moja przyjaciółka Lucynka. Wiedziała, że uwielbiam stokrotki. Zawsze przynosiłam te kwiatki z pola, pikowałam je na działce przy domu i bardzo się nimi chwaliłam: „Ty tak lubisz stokrotki, więc nazwij przedszkole Stokrotka” – powiedziała Lucynka i tak się stało.



*...dzieci są rozkoszne  
i do bólu szczere*

PRZEDSZKOLE  
STOKROTKA



*...moim marzeniem  
była zawsze praca  
z dziećmi*



## Przedkolaki

– Dzieci są rozkoszne i do bólu szczere. Po zachowaniu dzieci wiemy, co się dzieje u nich w domu, jaka jest atmosfera, jak się układają stosunki między rodzicami. Jeśli coś złego dzieje się w domu, dzieci próbują to odreagować w przedszkolu. My o tym wiemy i to widzimy.

Kiedy malec do rysowania używa tylko czarnej kredki i z zacięciem zamazuje wszystko na czarno, wiemy, że w jego domu dzieje się coś złego.

Więcej jest jednak sytuacji śmiesznych, zabawnych. Na przykład podajemy obiad, bo gotujemy na miejscu, a dziewczynka mówi: „Ale ja tego nie zamawiałam”.

Jeden chłopiec, gdy dostał ryż z jabłuszkiem, spojrział i westchnął: „K...a, znowu ryż”. Pewnie usłyszał to od taty.

Obserwujemy tu takie śmieszne i zaskakujące sytuacje, że koleżanka zaczęła je spisywać.

Na obiedzie malec mówi: „Ja nie mogę jeść tej jarzynki, bo mam uczulenie na mleko”.

Pani zwraca się do przedkolaka z pytaniem: „Dlaczego ostatnio tak strasznie rozrabiasz? – Bo ja obecnie dorastam” – odpowiada z całą powagą mały rozrabiaka.

Maciuś dochodzi do biurka pani, która widząc to, pyta: „Co chciałeś, Maciusiu? – Przyjdę do ciebie, kiedy będziesz miała mniejszą kolejkę koło biurka”.

Podczas zabawy w dom dziewczynka mówi: „A ja teraz usnę w fotelu. – Na to chłopiec. – Nie. Nie możesz usnąć w fotelu, bo w fotelu śpią tylko dziadkowie i babcie”.

Są też takie zdarzenia, które nie nadają się do druku.

Mamy na miejscu psychologa i on te różne problemy rozwiązuje, często też rozmawia z rodzicami, którzy nie zawsze zdają sobie sprawę z tego, jak ich zachowanie wpływa na dzieci.

Rozmawiamy z mamą, potem z obojgiem rodziców, bo przecież zdarzają się sytuacje, że musimy sprawdzić, czy dziecko zmyśla, gdy na przykład mówi, że tata bije mamę, czy mówi prawdę i musimy to zgłosić jako przemoc w rodzinie.

Dzieci są naprawdę rozkoszne i do bólu szczere. Praca z nimi sprawia wiele radości i daje wiele satysfakcji.

„Ciociu, czy dla wszystkich trzeba być dżentelmem?” – pyta chłopiec. – Oczywiście – odpowiada wychowawczyni. – A dla brzydkich też? – Drąży temat kandydat na dżentelmena. – Dla wszystkich. Dla brzydkich też – mówi pani. – To ja nie chcę być dżentelmem” – podsumowuje chłopiec. ■





# WIROWAŁY KOLOROWE SUKNI

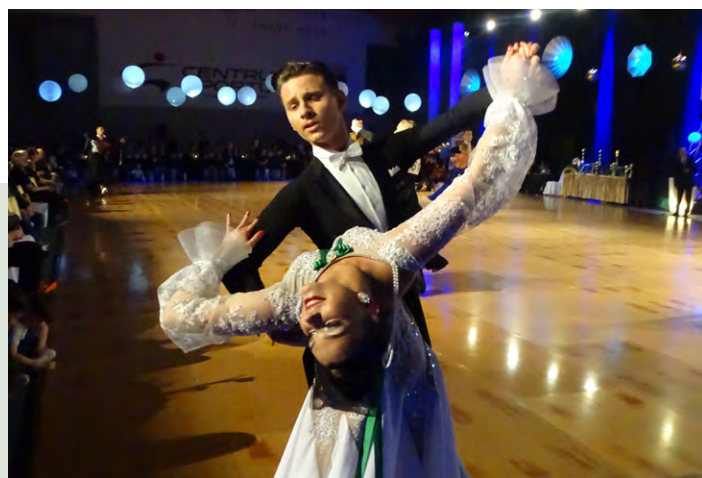
Byliśmy tam w ubiegłym roku, ale z przyjemnością wróciliśmy, by przedstawić wszystkim tym, którzy nie mogli przybyć do szkoły w Łazach relację z tego wyjątkowego show. Już po raz XI najlepsi tancerze z czterdziestu sześciu miejscowości, w tym z tak dalekich jak Szczecin, Augustów, Hel, Gdynia, Wieliczka i Kraków przyjechało do Łaz, by walczyć w GD Dance Show 2019 i Ogólnopolskim Turnieju Tańca Towarzyskiego o Puchar Wójta Gminy Lesznowola.



Zaczął się z wielką pompą od przemarszu kilkudziesięciu par, które tego wieczoru stanęły do tanecznej rywalizacji. Panie w dopracowanych do najdrobniejszego szczegółu stylizacjach i panowie nieodbiegający wyglądem od swoich partnerek. Byli profesjonalni sędziowie, wszyscy w strojach wieczorowych i prowadząca show Ivona Pavlović w ciemnej kreacji, jak na Czarną Mambę przystało.

W rytm świetnie dobranej muzyki rozpoczął się spacer po tanecznych stylach tańców standardowych i latinoamerykańskich. Publiczność obiegła ściśle granice wyznaczone przez parkiet i głośno dopingowała swoich faworytów.

W klasach sportowych rywalizowało 219 par, czyli 438 zawodników. Poza klasami sportowymi startowały też pary z kilkunastu klubów w kategoriach przygotowawczych do klas sportowych, nazywanych początkującymi lub hobby. W tej rywalizacji wzięło udział 87 par, czyli 174 zawodników w wieku od 7 do 12 lat. Było na co popatrzeć.



To było prawdziwe taneczne show z doskonałym tempem, świetnymi układami i dodatkowymi atrakcjami dla widzów. Najpierw niesamowity pokaz mistrzów świata w rock 'n' rollu akrobatycznym Anny Miadzielec i Jacka Tarczyło, a potem to, co może się przyśnić i nie dla wszystkich będzie to sen przyjemny: „Czarna Mamba wyciąga mnie na parkiet, a reszta się patrzy”. To był świetny pomysł rozruszania publiczności, choć na początku Ivonie Pavlović nie było łatwo znaleźć chętnych do wspólnej nauki. Panie czekały, żeby panowie poprosili je do tańca, a panowie zasłaniaли się właśnie odnowioną kontuzją. A kiedy już pary zostały stworzone, rozpoczął się szybki kurs podstawowych kroków angielskiego walcza. Było zabawnie, przyjemnie i dydaktycznie.

Dla mieszkańców naszej gminy, którzy wypełnili widownię, turniej był czystą przyjemnością podziwiania zawodowców, dla tancerzy ciężkim wieczorem. Gdy widzowie przed galą szukali swoich stolików, zawodnicy rozgrzewali mięśnie i powtarzali elementy układów. A potem, gdy ci pierwsi świetnie się bawili, ci drudzy łapali szybko oddech i ścierali krople potu.

Za rok kolejna gala i kolejna rywalizacja, bo taneczne show na stałe wpisało się w kulturalny kalendarz Lesznowoli. Warto przyjść i popatrzeć, bo to naprawdę fantastyczna impreza zorganizowana z pomysłem i bez kompleksów. ■



# Wielka miłość

Gdy wracałem ze spotkania z rodzicami trzynastoletniej Antoniny Mroczek z Łaz i myślałem o tym, co usłyszałem, przyszedł mi nagle do głowy refren piosenki Seweryna Krajewskiego i w żaden sposób nie mogłem się od niego uwolnić.

*Wielka miłość nie wybiera, czy jej chcemy, nie pyta nas wcale, wielka miłość, wielka siła zostajemy jej wierni na zawsze.*

W tych kilku wierszach była zawarta myśl przewodnia mojej rozmowy z Ioną i Marcinem Mroczkami, rodzicami dziewczynki. Po przeczytaniu tego tekstu, będziecie Państwo wiedzieli dlaczego od tego refrenu nie mogłem się uwolnić.



fot. z archiwum prywatnego I. i M. Mroczków

## Dawne czasy

Marcin Mroczek nie jest rodowitym mieszkańcem naszej gminy. Po ślubie zamieszkał w Łazach, w domu rodziców żony. Były to czasy, gdy w szklarniach nie hodowano już kwiatów, znikwały nowalijki, kończył się dobry okres dla lesznówolskich rolników.

Z tym faktem musieli się pogodzić rodzice pani Iłony, którzy tak jak ich rodzice zajmowali się ogrodnictwem.

Młodzi poznali się w pracy. Było to dwadzieścia trzy lata temu. Obydwoje pracowali w Bibliotece Narodowej w Warszawie. Marcin jako introligator zajmował się renowacją i naprawą książek, a Iłona była bibliotekarką. Od dwudziestu dwóch lat państwo Iłona i Marcin są małżeństwem.



Po piętnastu latach pracy pan Marcin zaczął szukać dodatkowych zajęć i dodatkowego źródła dochodu. Znalazł zajęcie w jednym z wielkich domów handlowych i z początku zajmował się rozkładaniem towarów, a potem kierownictwo zaproponowało mu pracę w dziale oświetlenia. A ponieważ handel nie był mu obcy, bo – jak mówi – handlem zajmował

się od czternastego roku życia, doskonale się sprawdzał i nowe zajęcia polubił.

– Czym może handlować czternastoletni chłopak? Najprostszym towarem, jaki rośnie przy torowiskach i na rowach – opowiada pan Marcin. – Pewnego dnia zwróciły moją uwagę piękne, kwitnące na niebiesko chwasty. Były to osty. Ich kwiaty, jak i postrzępione, jakby umyślnie powycinane podsadki kwiatowe, po wysuszeniu zachowywały elastyczność, nie kruszyły się i pięknie wyglądały w wazonach.

Od tego się wszystko zaczęło. Wracałem pociągiem z Warszawy, bo mieszkaliśmy w Piasecznie, zobaczyłem niebieskie osty i w głowie zapaliła mi się lampka. Wsiadłem z pociągu kilka stacji przed Piasecznem i idąc przy torach, wycinałem na rowach osty.

Wiązałem je w pęczki i sprzedawałem pod halą na Banacha. Doświadczenie już miałem, bo gdy żyła moja babcia, hodowała na swojej działeczce kwiaty, głównie nagietki i mieczyki, a rodzice uprawiali chryzantemy. Jeździłem z babcią pod halę na Banacha i tam je babcia sprzedawała. To mi dawało pieniądze na moje potrzeby, bo te poważniejsze zaspokajali rodzice.

Do szkoły chodziłem w Konstancinie. Tam, w zespole szkół zawodowych pierwszy raz zetknąłem się z dziećmi niepełnosprawnymi, bo w tej szkole wielu z nich uczyło się różnych zawodów. Mógłbym powiedzieć, że już jako nastolatek oswajałem się z niepełnosprawnością moich rówieśników, uczyłem się, jak ich postrzegać, ale też, choć to zabrzmieć może dziwnie, nauczyłem się, jak im na siłę nie pomagać.

Wielu ludzi widząc na przykład, że niepełnosprawny się przewrócił, podbiega ze współczuciem i konieczność chce mu pomóc wstać. A ja się nauczyłem, że oni tego wcale nie potrzebują. A już najmniej potrzebują współczucia. Najlepiej podejść i zapytać, czy chcą, żeby im pomóc. Jeśli osoba powie, że sobie poradzi,



należy to zrozumieć i odejść. Z ogromnym sentymentem wspominam lata spędzone w szkole i w technikum introligatorskim, bo oprócz zawodu nauczyłem się czegoś więcej, co w moim życiu się przydało.

## Chcemy mieć dziecko

Państwo Mroczkowie przez siedem lat małżeństwa starali się o dziecko, ale życie napisało dla nich inny scenariusz. Dziecka biologicznego mieć nie mogli. Zaczęli rozmawiać o adopcji. Nie była to łatwa decyzja i – jak przyznaje pan Marcin – długo do tej decyzji dojrzewali.

Pierwszy telefon do Katolickiego Ośrodka Adopcyjnego na ulicy Grochowskiej na warszawskiej Pradze wykonał pan Marcin. Po tym telefonie przez osiem miesięcy oboje z żoną byli przygotowywani do przyjęcia dziecka. Do macierzyństwa i ojcostwa. Nigdy nie rozmawiali o tym, czy to ma być dziewczynka czy chłopiec. Chcieli mieć dziecko.

Słuchali rodziców, którzy już mieli adoptowane dzieci i dzielili się swoimi doświadczeniami. Opowiadali, jak przeżywali pierwszy kontakt z dzieckiem, jak sobie radzili na początku i jak sobie radzą z wychowywaniem dziecka. Jednocześnie zdawali sobie sprawę z faktu, że dzieci, które trafiały do ośrodka adopcyjnego, nie były dziećmi z normalnych, szczęśliwych rodzin.



Trafiały do ośrodka z jakiegoś istotnego powodu. Pochodziły z wielodzietnych rodzin, które nie radziły sobie z utrzymaniem, często z rodzin patologicznych lub były przez samotne matki pozostawiane w szpitalu.

Dlatego tak istotne dla przyszłości dzieci było zbadanie, gdzie trafią, do jakiej rodziny i w jakich będą się wychowywały warunkach. Wszystko to przez te osiem miesięcy przygotowaliśmy, czy – jak mówi pan Marcin – „ciąży”, musieli rozróżnić pracownicy ośrodka, którzy mieli oddać dziecko w ręce nowej rodziny.

– Po tym okresie, którego dnia dostaliśmy zawiadomienie, że możemy mieć dziecko – wspomina pan Marcin. – Dwuipółmiesięczną dziewczynkę, która jest aktualnie w szpitalu w Otwocku i możemy ją tam zobaczyć. Bez zastanowienia pojechaliśmy do szpitala, gdzie czekała na nas pani psycholog, bo każda para rodziców starająca się o dziecko z adopcji ma swojego opiekuna, psychologa, który pomaga załatwić wszelkie formalności, a jednocześnie poznaje przyszłych rodziców dziecka.

Nasza wizyta na oddziale niemowląt trwała bardzo krótko. Pani psycholog powiedziała, że jeżeli jesteśmy zdecydowani, to jeszcze tego samego dnia możemy złożyć w sądzie odpowiednie dokumenty adopcyjne. Oczywiście byliśmy zdecydowani i akcja potoczyła się bardzo szybko.

Pojechaliśmy z żoną do sądu. Dotarliśmy w momencie, gdy panie kończyły pracę i były gotowe do wyjścia. Mimo to wszystko udało się załatwić, bo pani psycholog miała przygotowane wszystkie potrzebne dokumenty adopcyjne. Jeszcze tego samego dnia złożyliśmy je w sądzie. Przy okazji dowiedzieliśmy się, że to nie dziecko jest dobierane do rodziców, tylko odwrotnie – odpowiedni rodzice do dziecka.

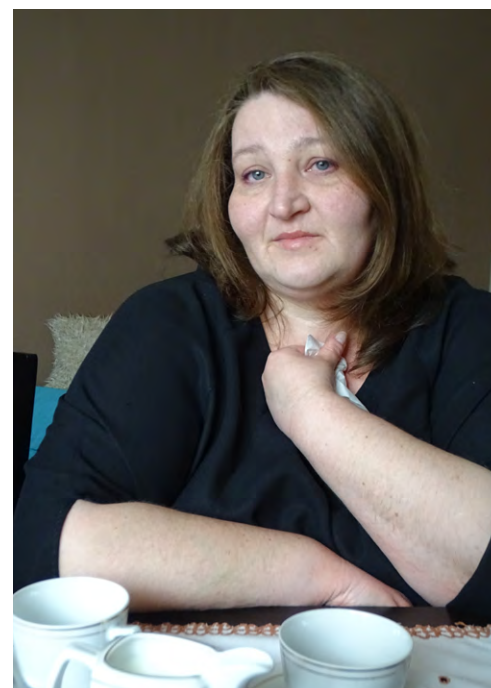
Tyle pan Marcin, tata Antoniny. Pani Ilona wspomina to po swojemu. Po matczynemu.

### Nasze dziecko

– Bardzo szybko, bo po dwóch dniach, otrzymaliśmy zezwolenie, żeby małeństwo zabrać do domu. Wszystkie formalności załatwił ośrodek adopcyjny. Dostaliśmy też tak zwaną epikryzę, czyli dokument opisujący całe postępowanie lekarskie na wszystkich etapach procesu diagnostyczno-lecniczego, a także zawierający zalecenia dalszego postępowania z małeństwem.

Ja przez długi czas oczekiwania na dziecko śledziłam w internecie stronę Stowarzyszenia na Rzecz Leczenia Niepłodności i Wspierania Adopcji „NASZ BOCIAN”. Czytałam porady ludzi, którzy starali się o adopcję dzieci, opisywali swoje emocje, doświadczenia, opowiadali, z czym się adopcja wiąże, na jakie ryzyko trzeba być przygotowanym, bo to zawsze jest obciążone pewnym ryzykiem. Dzieci pochodzą przeważnie, jak wspominał mąż, z patologicznych rodzin, więc wszystko może się zdarzyć.

Pewne było tylko jedno. Wszystkie te dzieci potrzebowały witaminy M. Potrzebowały miłości.



W domu wszystko na przyjęcie dziecka było przygotowane już od dawna, bo przecież czekaliśmy na ten dzień. Jedno, czego nie wiedzieliśmy, nim dostaliśmy zawiadomienie o dziecku, czy będzie to kilku tygodniowe, czy kilkumiesięczne niemowlę. Najmłodsze, które można przyjąć, może mieć sześć tygodni. Nasze miało dziesięć.

Pierwsze spotkanie z naszą córeczką, jak powiedział mąż, było w szpitalu, bo małeństwo było chore. Jak się później okazało, cierpiało na wzmożone napięcie mięśniowe w górnych partiach barków, ale wtedy nie zdawaliśmy sobie kompletnie sprawy, jak ta choroba rozwinie się w przyszłości.

Potem mieliśmy ją w domu. Po trzech miesiącach odbyła się sprawa adopcyjna, podczas której dostała nasze nazwisko i swoje imię – Antonina Anna Mroczek.

Zakochaliśmy się w niej przez te trzy miesiące i ona nas pokochała.

– Pamiętam, że jak potem jeździliśmy do niej do szpitala – mówi pan Marcin – to ona była bardzo smutna. Któregoś dnia wziąłem małeństwo na ręce, stanąłem z nią przy oknie, zacząłem do niej mówić, cmokać i wtedy dostałem od niej pierwszy uśmiech.



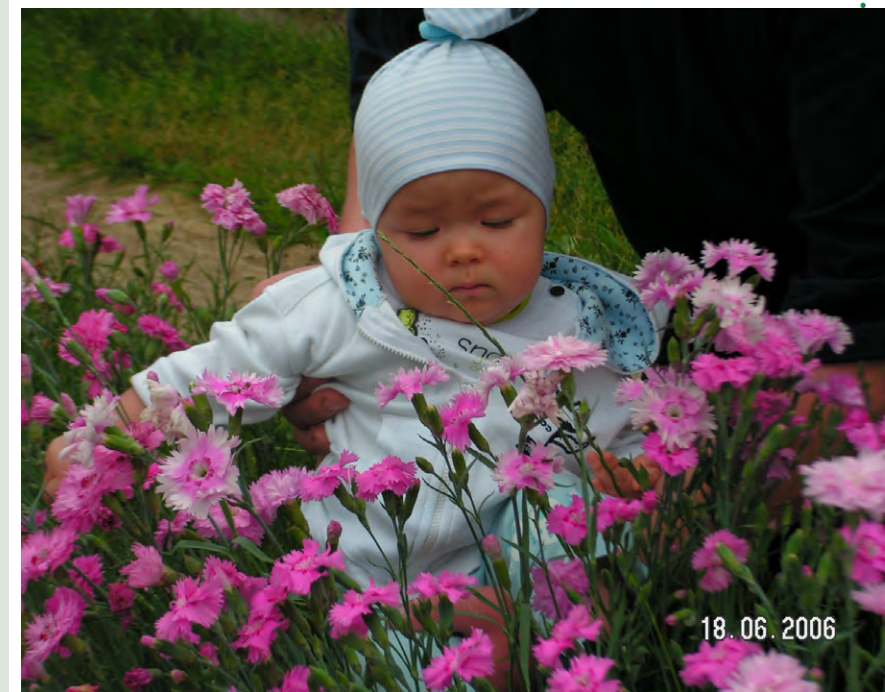
Šzczęśliwi obserwowaliśmy rozwój dziecka. Niepokój przyszedł wtedy, gdy zbliżały się dwa latka, a nasze dziecko nie próbowało chodzić. Potem pojawił się problem z rysowaniem. Mała miała trudności z utrzymaniem w odpowiedniej pozycji rączki, nawet gdy kreśliła tylko jakieś bażgroły. Zaczęliśmy jeździć do lekarzy, badać i wyszło to, co wyszło. Diagnoza brzmiała – upośledzenie umiarkowane.

Dowiedzieliśmy się, że rozwój dzieci upośledzonych umysłowo w stopniu umiarkowanym przebiega z dużym opóźnieniem. Chodzić i wypowiadać pierwsze słowa zaczynają w trzecim roku życia, a proste zdania budować około siódmego roku.

Dzisiaj Tosia chodzi do szkoły Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Piasecznie i szkoła nam w wychowaniu dziecka bardzo pomaga. Zresztą, placówka kieruje się maksymą Janusza Korczaka, która mówi:

*Dziecko chce być dobre  
Jeśli nie umie – naucz  
Jeśli nie wie – wytłumacz  
Jeśli nie może – pomóż*

Nasza córka nie sprawia problemów. Jest bardzo spokojna, nie ma w niej za grosz agresji, więc w szkole



nie ma z nią kłopotów. Co najwyżej powtarza coś po kilka razy, ale przecież to nie jest od niej zależne. To choroba.

### Trudny czas

– Co było dla nas najtrudniejsze? Zmierzenie się z własną psychiką. Zaakceptowanie tego wszystkiego, z czym musieliśmy się zmierzyć. Zaakceptowanie i pogodzenie się z tym, że czegoś nasze dziecko nie będzie robiło, że inaczej rozmawia, inaczej niż inne dzieci się zachowuje. To wszystko przychodziło stopniowo w miarę, jak rosła Tosia i jak rozwijała się choroba.

Walczyliśmy z chorobą. Jeździliśmy na rehabilitację, chodziliśmy na terapię, na różnego rodzaju ćwiczenia, bo chcieliśmy jakoś złagodzić to Tosi napięcie mięśniowe.

– Pamiętam, że któregoś dnia przyjechała do nas znajoma rehabilitantka, rozmawialiśmy, a ona obserwowała Tosię i zapytała, czy mała ma kłopoty z chodzeniem. Powiedzieliśmy, że niestety ma, a ona poradziła, żebyśmy zabawkę, którą Tosia najbardziej lubi, położyli na środku stołu – wspomina pan Marcin.

– Tosia potrafiła już stać przy naszym okrągłym stole, ale nie

potrafiła puścić się mebla i zrobić choćby jednego kroku.

– Jeśli położycie zabawkę na środku, Tosia musi po nią wyciągnąć rączki. Po kilkunastu takich próbach, jeśli zdoła wyciągnąć rączki, rozciągnąć mięśnie, powinna zacząć chodzić.

I po trzech dniach takich ćwiczeń nasza córeczka zaczęła chodzić.

Tosia, gdy była małym dzieckiem, miała dość trudny charakter. Nie chciała ćwiczyć na zajęciach. W domu była zupełnie innym dzieckiem i innym na terapii. W domu wykonywała ćwiczenia, których odmawiała na zajęciach z terapeutką. W domu raczkowała, a na zajęciach siadała na materacu i w ogóle się nie ruszała. Musieliśmy nagrywać filmy i pokazywać, że w domu raczkuje,



*...nigdy nie rozmawiali o tym,  
czy to ma być dziewczynka  
czy chłopiec*





bo pani terapeutka, obserwując Tosię na zajęciach, nie chciała nam wierzyć.

Wśród swoich czuła się pewnie. Tak samo było na początku w szkole, gdzie trafiła do większej klasy i trudno było jej się odnaleźć. Później trafiła do klasy, w której były dzieci autystyczne, dość agresywne, a ona jest zbyt delikatna, żeby czuć się wśród nich dobrze. Ona się boi. Boi się wyżej wejść, boi się dużego ruchu, zamieszania.

Obecnie, gdy jest w piątej klasie, już jest inaczej. Dzieci jest tylko pięcioro, cudowna pani wychowawczyni i Tosia się z nimi dobrze czuje. Teraz w szkole robi więcej niż w domu. Czasem, gdy jesteśmy z nią na zajęciach, z radością słuchamy, jak ona teraz rozmawia.

Żyjemy cały czas nadzieją, że choć cały proces u Tosi przebiega wolno, to jednak idzie do przodu i będzie coraz lepiej. Bardzo byśmy chcieli, by była samodzielna. Nie jest ważne, kim w życiu będzie, tylko to, by potrafiła być samodzielna. To jest nasz najważniejszy cel. Bo jak już człowiek zaakceptuje chorobę, to, co się dzieje, co jest – a wszystko

trwa już trzynaście lat – to zaczyna myśleć o tym, że czas biegnie, że jesteśmy coraz starsi i w pewnym momencie stanie się to, co stać się musi. Nasze dziecko zostanie samo.

Ja nie mam rodzeństwa, Tosia też nie ma i świadomość tego faktu jest bardzo dla mnie przygnębiająca. Myśl, że będzie musiała kiedyś trafić do jakiegoś ośrodka opiekuńczego, jest bardzo przykra. To jest dla mnie w tej chwili najgorsze.

Tosia w tym roku zrobiła ogromne postępy. Bardzo dobrze czyta, coraz więcej pisze. Potrafi pisać na tablicie, ale chodzi o to, by pisała sama i ćwiczyła rękę. By przynajmniej godzinę dziennie była poddawana rehabilitacji i ćwiczyła pod okiem specjalisty, który wie, na co zwracać uwagę, żeby wszystkie partie odpowiedzialne za ruch mogły odpowiednio pracować.

– Tosia ma świetną pamięć. Kiedyś przyniosła „Lokomotywę” Tuwima i poprosiła, bym jej przeczytała – wspomina pani Ilona. – Słuchała w ogromnym napięciu i poprosiła, bym przeczytała jeszcze raz. Potem jeszcze raz. Po trzech razach trzy czwarte wiersza umiała na pamięć.

– Śmieję się, że Tosia mogłaby być świetnym wywiadowcą. Gdy zaczyna pytać, pyta o wszystko. Jak się pan nazywa, jak ma pan na imię, czy ma pan psa i inne szczegóły, które powtórzy, gdy spotka pana po dwóch latach. Ja bym zapomniał po kilku dniach, a może nawet wcześniej, a ona pamięta – mówi tata.

– Rzeczywiście. Już od przedszkola wszyscy zwracali nam uwagę, że Tosia ma świetną pamięć – potwierdza mama. – Ale matematyki za nic nie może się nauczyć. Nie lubi logicznego myślenia i tabliczki mnożenia.

Czytać nauczyła się na gazecie, bo uparła się, żeby jej po kilka razy czytać program telewizyjny. Ponieważ litery już знаła, a ja programu nie chciałam jej czytać, nauczyła się czytać sama. Nauczyła się, bo chciała się nauczyć i w tej chwili najlepiej czyta w klasie. A do tego, co najważniejsze, czyta ze zrozumieniem. Jest typem obserwatora. Choć w czymś nie uczestniczy, to bardzo dokładnie obserwuje. Cieszy się tym, co widzi, ale nie uczestniczy.

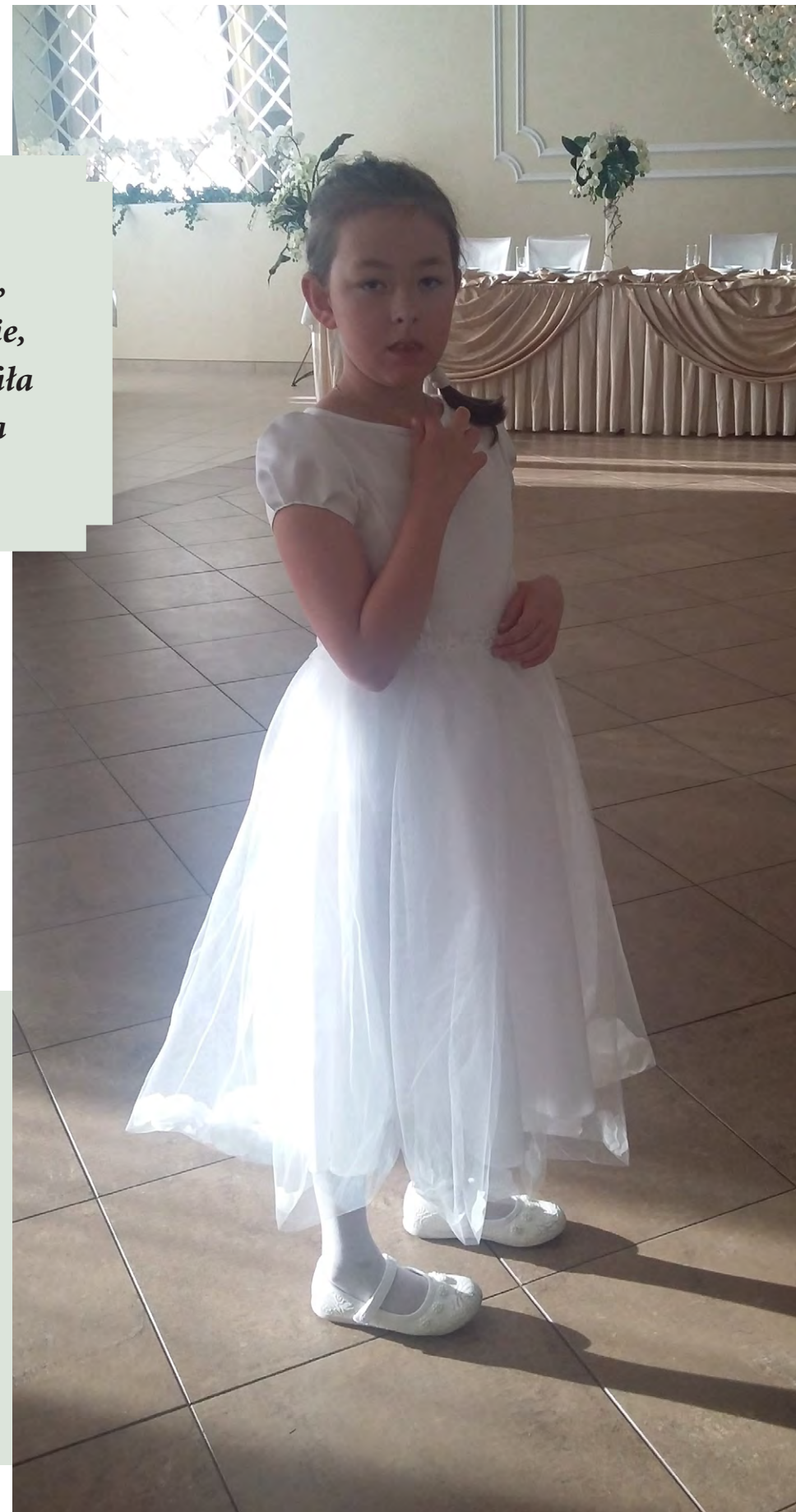
Tak było miesiąc temu na balu dla dzieci niepełnosprawnych, który otwierał polonez. Udało mi się ją do tego poloneza namówić, ale potem cały bal obserwowała. Cieszyła się, patrząc na innych, ale w zabawie nie uczestniczyła. Obserwowała.



*...nie jest ważne,  
kim w życiu będzie,  
tylko to, by potrafiła  
być samodzielna*

Zauważyliśmy, że bardzo ją interesuje muzyka. Pamięta tytuły piosenek, teksty i potrafi do jednej melodii śpiewać różne teksty.

Jest kochana. Pogodna. Kochają ją dziadkowie. Ja z pracodawcą ustaliłam, że ponieważ w bibliotece nie pracuję z czytelnikami, tylko z książką, zaczynam pracę o piątej rano, a resztę dnia poświęcam Tosi, która jest naszą wielką miłością. ■





– O naszym życiu opowiemy wtedy, gdy będziemy mieli za sobą złote gody – powiedziała Maria Mieczkowska-Dziurdź, a pan Janusz zdecydowanie żonę poparł. – Jeszcze jesteśmy przed tą datą, więc porozmawiamy o czym innym.



– Tak, tak. Nie bardzo chciałabym o sobie opowiadać. Zawsze stroniłam od publicznych występów. Mąż ma rację, a on tu rządzi – śmieje się pani Maria. – O tym, że jest panem tego domu, wiedział nawet nasz pierwszy piesek. Krótko o tym opowiem.

#### Pan domu

– Miał być piesek, a okazało się, że to suczka. Była tak inteligentna, że gdy dzwonił telefon, to przybiegała po mnie. Gdy ktoś pukał do drzwi, to też przybiegała po mnie. Nigdy po męża. Mąż to dla niej był pan. Ja byłam od roboty i usługiwania. Nauczyła się otwierać drzwi na balkon, ale zamknąć za sobą nie umiała. Ja byłam od zamykania drzwi.

Wiedziała, że nie pozwalałam jej leżeć na kanapie, tylko na dywaniku koło kanapy. Ile razy wracaliśmy do domu, ona grzecznie leżała na dywaniku. Któregoś dnia to jej posłuszeństwo wydało mi się podejrzanym. Gdy wróciliśmy do domu, a ona grzecznie patrzyła na mnie z dywanika, coś mnie tknęło. Podeszłam do kanapy, przeciągnęłam dłonią i znalazłam ciepłutkie miejsce.

Od tego dnia wiedziałam, że nas nabiera. Gdy wychodziliśmy, wylegiwała się na kanapie, a jak usłyszała, że wracamy, szybko zeskakiwała na swój dywanik.

Doskonale rozpoznała, kto jaką rolę w domu pełnił. Kto tu był panem.

– Jestem informatykiem – mówi pan Janusz. – W czasach, kiedy produkowaliśmy pierwsze komputery z rodziny Odra 1305 na licencji brytyjskiej korporacji komputerowej – International Computers Ltd, byłem kierownikiem ośrodka informatyki. Potem pracowałem w Komitecie Badań Naukowych.

– A wie pan, dlaczego wyszłam za niego za męża? Czym mnie zauroczył? Wiedzą i inteligencją.

Któregoś dnia zupełnie przypadkowo spotkałam w Warszawie koleżankę z polonistyki, bo najpierw skończyłam polonistykę na UW, a potem dopiero prawo. Umówiliśmy się na kawę. Powiedziała, że przyjdzie ze swoim chłopakiem i jego kolegą. Tym kolegą był właśnie Janusz.

Jak mi zaczął recytować poezję, fragmenty prozy, to zaniemówiłam. Inżynier po politechnice, ścisły umysł, a recytował wiersze Cypriana Kamila Norwida.

*Źle, źle zawsze i wszędzie  
Ta nieczarna się przędzie:  
Ona za mną, przede mną i przy mnie,  
Ona w każdym oddechu,  
Ona w każdym uśmiechu,  
Ona we łzie, w modlitwie i w hymnie...*

Chciałam się zrewanżować znajomością poezji Marii Pawlikowskiej-Jasnorzewskiej i ledwie powiedziałam pierwsze zdanie z wiersza Miłość „Nie widziałam cię już od miesiąca”, a on recytował dalej...

*I nic. Jestem może bledsza,  
trochę śpiąca, trochę bardziej milcząca,  
lecz widać można żyć bez powietrza!*

Ja mu o Władysławie Tatarkiewiczu, a on o tym, co sądzi Tatarkiewicz na temat filozofii Hegla. Ja mu coś mówię o muzyce, bo skończyłam muzyczną szkołę podstawową i grałam na skrzypcach, a on opowiada o operach i kompozytorach. Oniemiałam. Po polonistyce nie znałam tylu wierszy i tyle prozy, ile on recytował z pamięci. Tym mnie ujął, ten inżynier-humanista.

– Nie wiem już, jak było z tą moją wiedzą, ale wrażenie zrobiłem dobre. W liceum Rejtana chodziłem do tak zwanej klasy humanistycznej, uczyłem się łaciny, więc może to w pewnym momencie zaprocentowało – mówi pan Janusz. – Ile lat już jesteśmy razem? Bardzo długo.

– Wie pan, kobieta jest zawsze kobietą. Kiedy w domu rozmawialiśmy o mojej pracy, o prawie, Janusz zawsze wykazywał się racjonalnym podejściem do tematu. Ja ulegałam emocjom, on kierował się zdrowym rozsądkiem.

W Łazach mieszkamy od dziesięciu lat. Wybudowaliśmy się na działce, którą rodzice Janusza kupili w czasie wojny. Najpierw chowaliśmy dzieci. Mamy trzech synów – prawników. Kiedy robili aplikacje, my zaczynaliśmy budowę domu.

– Wtedy zawód prawnika był prestiżowy. Dziś, choć to tradycja rodzinna, bo ja pochodzę z rodziny prawniczej, powiedziałabym veto i nie pozwoliłabym wszystkim trzem na studia prawnicze. To już nie to – mówi pani Maria.

Zawód ogromnie stresujący. Po jednej sprawie wylądowałam nawet w szpitalu ze stanem przedzawałowym. Po pewnej sprawie

rozwodowej, bardzo nieprzyjemnej, przyszedłam do domu, pałam i syn myślał, że umieram. Byłam tak wyczerpana nerwowo. Więc po co im to? Nie wiem.

**...nigdy nie patrzę  
wstecz, tylko przed siebie**

#### Moje malowanie

– Moje życie to malarstwo. Nie jestem jeszcze taka stara, żeby wspominać, jak to kiedyś było. Nigdy nie patrzę wstecz, tylko przed siebie. I zawsze jakoś tak było, że nie pchałam się do przodu, tylko wołałam być z tyłu. Dla moich chłopców byłam mamą, co nakarmi, ugotuje, przytuli, wysłucha. Gdy pierwszy raz zobaczyli mnie jako panią adwokat w sądzie, byli bardzo zaskoczeni. Dotarło do nich, że mama to nie kura domowa, tylko ktoś, kto ma coś do powiedzenia innym ludziom.





Bardzo dużo maluję. Mam już nawet niezły zbiór swoich prac. Nie myślałam, żeby je sprzedawać, bo wiem, że dziś ludzie bardziej wolą wyciąć z jakiegoś magazynu kolorowe zdjęcie, oprawić i powiesić na ścianie, niż kupić oryginalny obraz.

Nie wystawiałam swoich prac publicznie, ale raz spróbowałam. Ponieważ, jak wspominałam, jestem prawnikiem i do emerytury pracowałam jako adwokat, zrobiłam w ubiegłym roku na Wielkanoc w Okręgowej Radzie Adwokackiej wernisaż. Chciałam sama zobaczyć, jak te moje prace się prezentują na wystawie, jak odbierają je ludzie. Dziś już wiem.

Muszę przyznać, że byłam bardzo przyjemnie zaskoczona. Synowie zrobili plakat, zaproszenia i folder. Ponieważ moja rodzina jest prawnicza i muzyczna, zaprosiłam wnuka mojego rodzzonego brata, który gra na skrzypcach i przygotowywał się do konkursu Wieniawskiego, żeby na wernisażu zagrał. Było więc bardzo uroczyście i przyjemnie.

Nie myślałam o mojej pasji merkantylnie, ale po tym wernisażu przyszło mi do głowy, że skoro tak ciężko pracuję, po pięć godzin dziennie siedzę przy sztaludze i maluję, to może powinnam o tym pomyśleć.

Ludzie czasem mówią, że jak ktoś ma talent czy jak komuś Pan Bóg dał talent, to reszta sama przychodzi. To nieprawda. Może talent pochodzi z nieba, ale talentowi trzeba pomóc. Do pięciu procent talentu trzeba dorzucić dziewięćdziesiąt pięć procent pracy.

Moim opiekunem artystycznym jest dr Aleksander Myjak, absolwent Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie, syn Adama Myjaka,



fot. z archiwum prywatnego M. Mieczkowskiej-Dziurdź



znanego rzeźbiarza. Aneks do dyplomu zrobił w pracowni malarstwa prof. Adama Styki, a od ukończenia studiów pracuje na wydziale grafiki w pracowni rysunku ASP w Warszawie jako asystent.

Jemu pokazuję swoje prace, często przyjeżdża do mnie do domu i udziela mi rad. Mówi, co trzeba poprawić, co zmienić. Każdy mój obraz jest przefiltrowany, omówiony, oceniony. W ten sposób się uczę i doskonalam warsztat, a jak pan widzi, małą dziewczynką już dawno nie jestem. Pomału mój dom wypełnia się obrazami, bo przestać malować już chyba nie potrafię. Muszę coś z tymi obrazami zrobić.

Postanowiłam pokazać je Czytelnikom „mojej Lesznowoli”, którą kolekcjonuję od pierwszego numeru. Wiem, że w naszej gminie wiele osób maluje, bo czytałam o nich, więc nabrałam odwagi, żeby swoje prace pokazać.

Niedawno, chyba w lutym numerze, przedstawiali państwo sylwetkę naszego proboszcza, księdza Mirosława Cholewy. Mówił on o kościele pod wezwaniem świętego Augustyna na Nowolipkach, który stał jako jedyna budowla w morzu ruin po wojnie. W pobliżu tego kościoła na Muranowie mieszkał ksiądz Cholewa i w tym kościele odprawiał w Boże Ciało swoją mszę prymicyjną.

Wspominam o tym dlatego, bo podobno w tym kościele 7 października 1959 roku ukazała się postać Matki Boskiej. Jak potem mówiono: „Świetlista postać Matki Boskiej Muranowskiej, Współczującej, Miłosiernej pojawiła się na tle pozłacanej kuli znajdującej się u podstawy krzyża wieńczącego dach świątyni”. Według świadków wokół wieży unosił się obłok, wewnątrz którego stała piękna, jaśniejąca postać kobiety, rozpoznanej jako Matka Boska.

Co ten cud ma wspólnego z moimi obrazami? Otóż w ubiegłym roku zwrócił się do mnie starszy pan, świadek tego objawienia, który – jak się przedstawił – reprezentował komitet obchodów pięćdziesiątej dziewiątej rocznicy tego cudu, z propozycją, bym namalowała obraz Matki Boskiej Muranowskiej.

Namalowałam. Obraz zanieśono proboszczowi parafii św. Augustyna. Zaakceptował moją artystyczną wizję i obraz został wyświęcony. Zresztą, niech Janusz o tym opowie.



*...może talent pochodzi z nieba,  
ale talentowi trzeba pomóc*





– Wyświęcenie obrazu odbyło się w ten sposób, że obraz podczas mszy był wystawiony na stopniach ołtarza i został poświęcony. Ma być pokazany w filmie, który będzie opowiadał o historii objawienia w kościele i wypadkach towarzyszących tym objawieniom z 1959 roku.

Matka Boska objawiała się w kościele prawie przez cały październik, a ponieważ pod kościołem gromadziło się po kilkadziesiąt tysięcy ludzi, władze uznały to za rodzaj manifestacji i ówczesna służba bezpieczeństwa bardzo dokładnie te manifestacje w swoich notatkach opisywała. Na tych dokumentach jest oparty scenariusz filmu.

Podczas tych objawień władze, by sprawdzić, czy źródłem światła nie jest odbicie jakiejś lampy czy reflektora, wyłączały prąd w całej dzielnicy. Aby pozbyć się cudu, cztery razy malowano dach świątyni, za każdym razem na inny kolor. Pierwsze trzy warstwy farby zmył deszcz, co gromadzący się pod kościołem tłum uznał jako dowód boskiego czuwania nad kościołem. Po przykryciu dachu czarną, matową farbą objawiający się obraz zniknął, ale tłumy na Muranowie gromadziły się nadal. Podobno dopiero gdy Milicja aresztowała ponad ośmiuset wiernych, tłumy przestały się gromadzić. Cud na Nowolipkach trwał dwadzieścia dwa dni i o tym ma być film, w którym zagra obraz namalowany przez żonę.

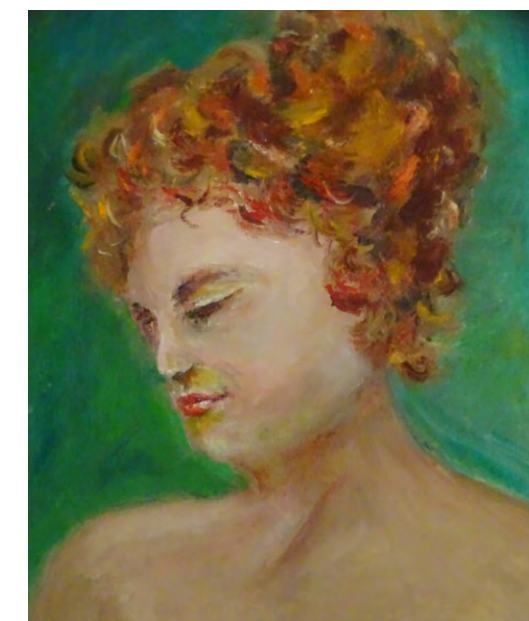
– Powiem panu, że malowanie tego obrazu jakoś mi nie szło. Przecież ja nie kończyłam ASP. Miałam jakieś wewnętrzne opory. Normalnie siadam i maluję. A tu ciągle były jakieś przeszkody. No, ale wszystko skończyło się dobrze.



Kiedyś synowie powiedzieli do mnie: „Mama, lubisz malować, weź się za malowanie, a my będziemy twoje sprawy prowadzić. Idź do gminnego ośrodka kultury, tam jest pan Jan Drewicz i prowadzi zajęcia z malarstwa”. Pojechałam na zajęcia raz, drugi i tak mi przeleciał rok. Któregoś dnia pan Jan oglądał moją pracę i powiedział: „Proszę pani, widzę, że pani chce się uczyć malarstwa. Zazdroszczę pani talentu. Ja prowadzę zajęcia integracyjne, a pani swoją malarską pasję traktuje bardzo poważnie”.

Zrozumiałam. Od tego dnia mój biedny mąż woził mnie trzy razy w tygodniu na zajęcia do profesjonalistów. Zaczęłam od szkolenia i bardzo ciężko pracowałam. Ale zrobiłam to i nie żałuję. Mam satysfakcję z tego, co robię. Powiedziałam panu, że moje życie to malarstwo. Bo tak jest naprawdę. A to są moje obrazy. ■

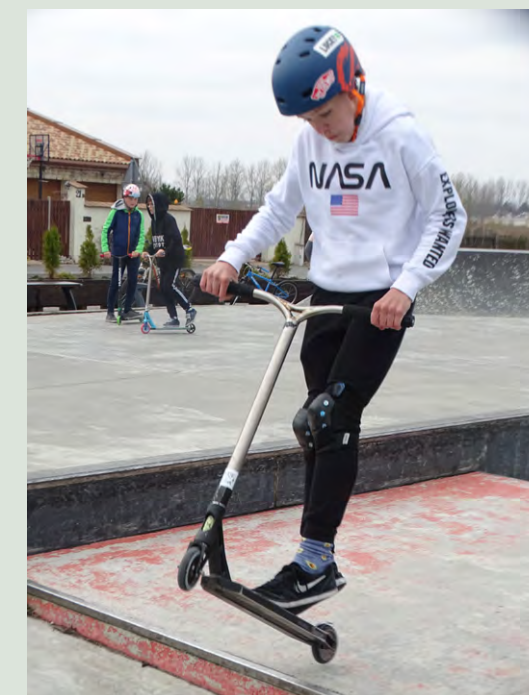
**...nabrałam odwagi, żeby swoje prace pokazać**





# Hulajnogowy jam

– Tutaj wszyscy bardziej czują się jak rodzina, niż osoby, które ze sobą rywalizują. Przy rywalizacji często pojawia się zazdrość i zawiść, a nam chodzi o to, by łączyć – mówi Jan Źuchowski, student pierwszego roku turystyki i przedstawiciel Stowarzyszenia Ceste, które w Mysiadle na skateparku zorganizowało wspólną zabawę.



Pogoda tego dnia nie rozpieszczała organizatorów, ale jeszcze rano zapewniali na FB, że Jam się odbędzie. A potem trzeba było złapać za ściągaczki i zetrzeć resztki śniegu, który w sobotę trzynastego kwietnia pojawił się nad Mysiadłem. Park musiał być suchy, a kwiecień ma to do siebie, że lubi zaskakiwać. Na szczęście miłośnicy hulajnogowego szaleństwa przyszli wcześniej i z entuzjazmem pomagali.

– Działamy na rzecz wszelkich form rekreacji. W naszym myśleniu wspieramy pasję i zajęcie, ale obecnie skupiamy się głównie na hulajnodze i na deskorolce. To są dwa najbliższe nam tematy. W tej imprezie stawiamy na integrację i na wspólną jazdę. Tu każdy może pokazać swoje umiejętności, każdy może pojeździć, i każdy może dostać nagrodę. Chcemy pokazać, że to nie jest sport tylko dla najlepszych. Nagradzamy tych, którzy zaczynają, starają się, próbują coś zrobić i tych, którzy mają już jakieś doświadczenie i osiągnęli wyższy poziom. Chcemy, żeby ci pierwsi łapali inspirację od tych drugich – opowiada Jan.

Współorganizatorem imprezy było Centrum Sportu w Gminie Lesznowola, które zapewniło opiekę medyczną, nagrody i użyczyło skatepark. Przy dobrej muzyce swoje umiejętności prezentowali młodzi entuzjaści sportów ulicznych. Nie było rywalizacji, była pasja, a o to w tym wszystkim chodzi.

„Było dużo zajawy i mocnych sztuczek”.  
O kolejnych imprezach na pewno powiadomię na FB Ceste Worldwide. ■







# Biegaj z Anną Jakubczak

Dwa lata temu w tekście „Biegam przez życie” pisaliśmy o wybitnej biegaczce, olimpijce, mieszkance naszej gminy Annie Jakubczak. Powiedziała nam wtedy: „Tak naprawdę całe życie poświęciłam temu, żeby zdobyć medal olimpijski, bo to jest marzenie każdego sportowca. Pracuje się, by na jeden dzień zawodów osiągnąć szczytową formę. Mnie nie jest znana gorycz porażki, ale po olimpiadzie w 2004 roku w Pekinie coś takiego mnie naszło. Nie, nie gorycz porażki, tylko żal, że to już moja ostatnia olimpiada. Ostatnia olimpiada, a nie ma medalu. Zawsze w finale, ale nigdy ze złotym medalem olimpijskim, którego już nie zdobędę”.

Po dwóch latach znowu spotkaliśmy się z Anną Jakubczak, która w każdą sobotę o ósmej trzydzieści spotyka się z amatorami biegania i razem ruszają w lasy Magdaleny. Rozmawialiśmy o nowej inicjatywie naszej mistrzyni – klubiku M.I.L.A., czyli Masters Iwiczna Life Athletics.

## Robię coś innego

– Pyta pan, czy żyję wspomnieniami z tamtych olimpijskich czasów? Nie, nie żyję wspomnieniami, ale one są ciągle żywe, bo gdy wyjeżdżamy z mężem (Darek Pawelec) na zawody, żeby być na bieżąco z tym, co dzieje się w lekkoatletyce, kibice mnie rozpoznają i zawsze witają przyjaźnie i z uśmiechem.

Ostatnio biegałam w Toruniu w mistrzostwach świata weteranów na 10 km. Byłam piąta, a ponieważ na koszulce miałam wypisane nazwisko, wielu zawodników, którzy mnie wyprzedzali, mówiło: „Kibicowałam pani na tych i na tych igrzyskach, a teraz mogę panią minąć”. I to było bardzo przyjemne. Te igrzyska i ta moja sportowa kariera gdzieś tam są, mają swoje miejsce i w moim życiu, i we wspomnieniach innych ludzi, ale to nie jest tak, że ja tym cały czas żyję. Nie. Nadal jestem w sporcie, ale robię teraz w życiu coś innego. Coś, co daje mi dużo satysfakcji i też radość. Spełniam się jako trener.

Po zakończeniu kariery zawodniczej miałam bardzo krótką przerwę, a potem zaczęłam zajmować się trenowaniem innych, bo chciałam się podzielić swoim doświadczeniem i wiedzą. Na początku zgromadziłam grupę ludzi, z którymi spotykałam się indywidualnie. Trwało to dwa, trzy lata.

Od dwóch lat zaczęłam interesować się sportem lokalnym. Zawsze marzyłam o tym, żeby stworzyć sportową grupę ludzi gdzieś tu blisko, u siebie. Żeby to nie były treningi indywidualne i jeżdżenie po Warszawie, gdzie ludzie się niby znali, ale jednak nie byli razem. Chciałam mieć grupę, która nie tylko będzie się spotykała podczas treningu, ale ludzie będą się integrowali, wspierali, dopingowali. Ja tak wcześniej trenowałam. Pomimo że każdy startował indywidualnie i na różnych dystansach, to jednak tworzyliśmy grupę. Wspieraliśmy się, kibicowaliśmy sobie, oglądaliśmy siebie na zawodach i to było fajne.

*...kibice mnie rozpoznają  
i zawsze witają  
przyjaźnie i z uśmiechem*



Coś takiego chciałam zrobić w naszej gminie i to mi się udało. Zaczęło się od zajęć, które zorganizowaliśmy razem z centrum sportu. Udało się nawiązać współpracę i rozpocząć zajęcia, które odbywają się od półtora roku w Magdalence.

Spotykamy się w każdą sobotę. Przychodzą ludzie, którzy mieszkają blisko siebie, a do tej pory się nie znali. Grupa przychodzących regularnie liczy dwadzieścia parę osób. Są to osoby na różnym poziomie sportowym. Łączy ich przyjemność i pasja biegania. Najstarszy ma ponad sześćdziesiąt lat, są panowie po pięćdziesiątce i młodzież w wieku dwudziestu kilku lat. Mamy też jednego siedemnastolatka – Kubę Salomonowskiego, który jest zawodnikiem wyczynowym i którego wciągnęliśmy do naszego nasz klubiku.

Kiedy stworzyliśmy grupę w Magdalence, stwierdziliśmy z mężem, że fajnie byłoby to rozszerzyć. Ludzie chcieliby się częściej niż raz w tygodniu spotykać i trenować nie tylko w lesie, ale też mieć treningi uzupełniające i móc trenować na stadionie.

Ten okres mamy właśnie teraz. Spotykamy się dwa razy w tygodniu i w sobotę, tak jak dziś w lesie w Magdalence. Stworzyliśmy klubik Masters Iwiczna Life





fot. z archiwum prywatnego A. Jakubczak

Athletics (M.I.L.A.). Mamy klub, logo i flagę z herbem Lesznowoli. Gdy wyjeżdżamy na zawody, to jesteśmy z flagami, a za chwilę będziemy mieć koszulki ze swoim logo.

Bardzo ładnie to wszystko zaczyna się rozkręcać i widzę, że ludzie, którzy są w naszej grupie, bardzo się zaangażowali.

To nie jest tak, że osoby przychodzą na zajęcia, pobiegają, poćwiczą i cześć, do widzenia. Cudowne jest to, że spotykamy się, a po treningu siadamy pod wiatą czy na słoneczku, pijemy sobie herbatkę, są ciastka, czasami torty, kiedy ktoś ma jakieś urodziny, i gadamy.

Mamy w grupie Tomka, który na zawodach na pustyni Gobi przebiegł 250 km, więc musieliśmy ten wyczyn uczcić i Tomka nagrodzić. Ania, która jest po ASP, zrobiła piękny tort. I było bardzo przyjemnie.

Nie tylko biegamy, ale też rozmawiamy o tym, jakie mamy cele, gdzie będziemy startować. Teraz był półmaraton w Warszawie. Ci, którzy nie startowali, przyszli z flagą, kibicowali. Utworzyła się naprawdę fajna grupa ludzi. Mamy stronę, jesteśmy na FB.

To nie jest tak, że ja to wszystko ciągnę, bo na wielu rzeczach się nie znam, ale ponieważ inni wykonują różne zawody i na różnych rzeczach się znają, więc wyszli z inicjatywą: Ula będzie robiła stronę, grafik wykona emblematy, ktoś coś innego. Każdy chce coś dodać od siebie.

W tej grupie z Magdalenki jest kilka osób, które piastują wysokie stanowiska. Tomek jest bankowcem. Jedna osoba pracuje w IBM. Mamy dziewczynę, która pięknie rysuje i robi torty na różne okazje, jest związana z ASP. Mamy jedną osobę z Agory. Większość ludzi pracuje w korporacjach, w jakichś firmach. Jacek jest pilotem. Wszyscy są bardzo ciekawi.



### ...w każdą sobotę o 8.30 spotykamy się na górkach w Magdalence

Zajęcia trwają średnio półtorej godziny. Opracowaliśmy sobie pętle, na których będziemy biegać. Mamy piękne tereny: górki, pagórki, wzniesienia i naturalną ściółkę. Biega się po prawdziwym lesie. Nie tak jak w Nowej Iwicznej. Gdy widzę ludzi biegających po chodnikach czy asfalcie, to często mam ochotę krzyknąć: Dołączcie do Magdalenki, tam jest pięknie!

Oczywiście, ludzie pracują i chcą po pracy albo przed nią zrobić swój trening, więc nie mają czasu jechać do Magdalenki. Wychodzą z domu, zamykają drzwi i trenują. Uważam jednak, że jak ktoś ma taką możliwość w weekend, to zamiast biegać i tupać po asfalcie – a to nie jest zdrowa nawierzchnia – powinien wyjść w teren, gdzie śpiewają ptaki. To jest zupełnie inna bajka.

Są ludzie, którzy długo mieszkają w naszej gminie i nie wiedzą, że są tu takie wspaniałe trasy. Przyjeżdżcie i zobaczcie, jak tu jest pięknie. Nie patrzcie na zegarek, nie patrzcie na tętno, prędkość, kilometry, tylko biegając, odpoczywajcie psychicznie.

Wszyscy mamy swoją pracę, głowę często zawaloną problemami zawodowymi, a to jest takie miejsce, gdzie to wszystko można z siebie wyrzucić i się zresetować. Zachęcam. Biegajmy i trenujmy w takich miejscach, które będą wpływały dobrze na naszą psychikę i na nasz cały aparat ruchu.



#### Biegajcie z nami

– Nam naprawdę nie chodzi o wyniki. Nie zostaniemy już mistrzami świata, nie pojedziemy na igrzyska. Jesteśmy mastersami. Nam chodzi o wspólną zabawę i na chętnych do wspólnej z nami zabawy czekamy.

Ja wprawdzie staram się od czasu do czasu startować w zawodach, tak jak na tych mistrzostwach świata weteranów, ale nie myślę już o wynikach, o jakimś sprawdzaniu się. Startuję i traktuję to jako fajne spędzenie czasu, bo gdzieś jadę, spotykam ludzi, kibiców i jest przyjemnie.

Moim zajęciem zawodowym jest prowadzenie treningów dzieci w centrum sportu i w UKS Iwiczna. Spotykamy się trzy razy w tygodniu. Mam oczywiście ambicję, żeby wychować zawodnika, który będzie odnosił sukcesy na wyższym poziomie, i nad tym od stycznia pracuję z Jakubem Salomonowskim, o którym był tekst w „mojej Lesznowoli” (nr.20, *Szybki Kuba*).

Kuba poszedł do szkoły mistrzostwa sportowego i zwrócił się do mnie, żebym się nim zajęła. Z przyjemnością to robię. Teraz to wygląda trochę inaczej niż wtedy, gdy ja byłam w szkole mistrzostwa sportowego w Warszawie w liceum Słowackiego. My mieliśmy swojego trenera, grupę, wyjazdy, jeździliśmy na obozy, jeździli z nami nauczyciele, żebyśmy nie opuszczali lekcji. Miałam łatwiejszą drogę, bo nie musiałam szukać poza szkołą trenerów czy miejsc, w których mogłabym trenować.





Cieszę się, że mam takiego zawodnika. Dążę do tego, żeby stworzyć grupę jego rówieśników. Wiem, że nawet dla kogoś takiego jak Kuba, który lubi biegać sam, jest lepiej, gdy ma z kim biegać. Dobrze by było, gdyby ktoś do nas dołączył, czy dziewczyna, czy chłopak.

Mamy bardzo zdolne dzieci w wieku 13-14 lat i zobaczymy, jak będą się rozwijały. Potem same wybiorą, co będą robiły. Z dziećmi współpraca jest cudowna.

### **Biegam, bo lubię**

– Kiedyś bieganie było moim zawodem, ale to jednocześnie była moja pasja. Jakbym tego nie lubiła, to bym nie biegała, bo to był ciężki kawałek chleba. Mnóstwo wyrzeczeń, poświęcenia, ciężka praca i żadnej gwarancji, że trenując, zrobimy minimum i pojedziemy na igrzyska, czy trenując, zdobędziemy medal na mistrzostwach Polski. To jest taka praca, której zawsze towarzyszy znak zapytania.

W sporcie wyczynowym ciągle balansuje się na krawędzi, żeby w żadną stronę nie przesadzić, bo będzie problem. Zawsze lubiłam biegać. Ta praca dawała mi bardzo dużo satysfakcji. Ona mnie tak wciągnęła, że po



kilku latach nie byłam sobie w stanie wyobrazić, że mogłabym robić coś innego, a po zakończeniu kariery zawodniczej, żebym w ogóle to rzuciła.

Znam wiele osób, które kiedyś trenowały, a potem skończyły karierę i koniec. Na przykład Lidka Chojecka, która ze mną biegała, teraz już tego nie robi. To jest dla mnie zastanawiające i dziwne. Gdy skończyłam karierę, nie musiałam już rywalizować, żeby mieć jakąś przyjemność, bo w tej rywalizacji taka nutka przyjemności była. Człowiek czekał na start, chciał się pokazać, żeby to wszystko, co w sobie ma, zaprezentować. Był to olbrzymi stres, ciągła adrenalina, ale przez całą karierę potrafiliśmy sobie z tym radzić. Poza tym były cele. Jeden rok się kończył, zaczynał się kolejny sezon z nowymi celami.

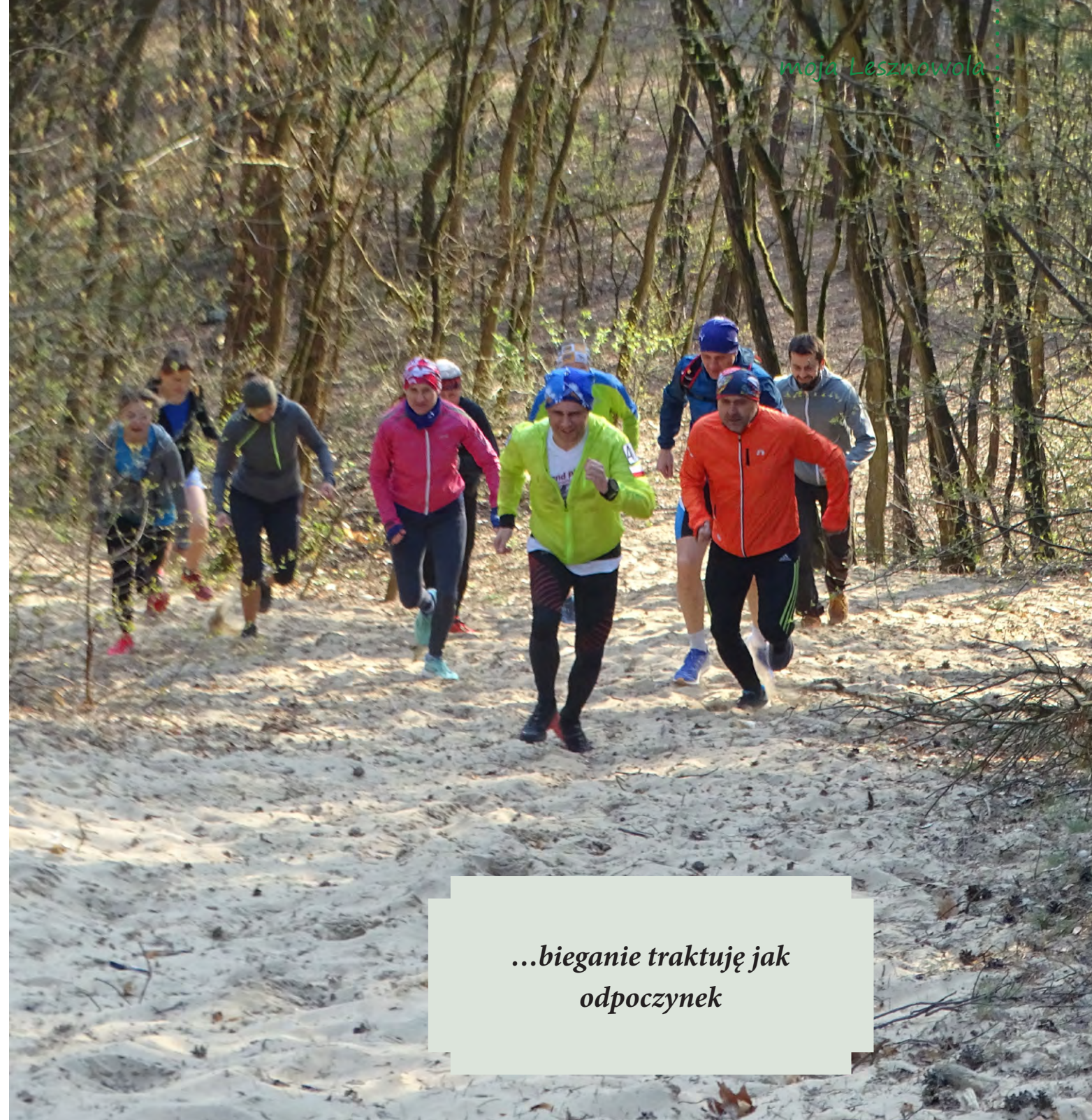
Gdy czasem o tym opowiadam, to wydaje się, że było to monotonne życie i że robiłam cały czas to samo. Ale to nie było to samo. W jednym roku były mistrzostwa świata, inne rywalki i myślenie o wyniku na te mistrzostwa. Potem była inna impreza i myślenie o przyszłych igrzyskach olimpijskich.

Jak się ma dwadzieścia kilka lat i zaczyna karierę, to się myśli, żeby coraz więcej osiągać i mieć coraz lepsze wyniki. Mnie bieganie towarzyszyło od szkoły podstawowej, bo miałam do tego predyspozycje. Po prostu byłam w tym dobra. Bez wysiłku wchodziłam w zawody, wygrywałam czy byłam w czołówce i tym się cieszyłam. Dlatego dalej jestem w tym sporcie.

Teraz trenuję coraz rzadziej, bo mam dużo zajęć. Mam zajęcia rano, w południe i czasami wieczorem umawiamy się w grupach, a to z dziećmi, a to indywidualnie, więc czasu na swój trening mam coraz mniej. Ale gdy wszystko dobrze poukładałam, to ja też znajdę czas, żeby pobiegać swoim tempem.

Biorę samochód, jadę do Lasu Kabackiego lub Magdalenki i biegam. Nie jest to trening, bo trening to forma ułożona, przemyślana, ja natomiast idę, żeby sobie po prostu pobiegać. Teraz jestem na takim etapie, że bieganie traktuję jak odpoczynek. Jak komuś czasami o tym opowiadam, to słyszę: „Nie wierzę, nie wierzę”.

A tak jest rzeczywiście. Dla mnie wyjście i przebiegnięcie 10 czy 12 km to jest czas, żeby sobie pobyć w lesie, zregenerować się, zmęczyć na tyle fajnie, żeby czuć się dobrze po treningu. Czasem przyspieszę, czasem



**...bieganie traktuję jak odpoczynek**

wrzucę jakieś szybsze odcinki, żeby poczuć prędkość. Może ktoś nie uwierzy, ale bywa tak, że człowiek źle się czuje przed treningiem, a potem pójdzie, pobiega i jest fajnie. Pomimo, że jest to wysiłek fizyczny, to po treningu jest lepiej niż przed.

Bieganie dużo daje i dlatego zachęcam wszystkich, którzy jeszcze tego nie próbowali. Spróbujcie. Biegajcie ze mną. W każdą sobotę o 8.30 spotykamy się na górkach w Magdalence. ■







# Mój przyjaciel brydż

Jeśli wierzyć Małgorzacie Maruszkini z Magdaleny, brydż leczy z samotności, integruje pokolenia i środowiska, uczy logicznego myślenia i szybkiego podejmowania decyzji, wyrabia odporność na stres i uczy jak wygrywać i przegrywać. Dlaczego piszemy o brydżu? Bo w każdą drugą i czwartą niedzielę miesiąca możemy się o tym przekonać, wpadając do kawiarenki „U Źródła” w Nowej Iwicznej.

– Karty znałam od dziecka, bo w moim domu grało się w kanasę. W kanasę grała mama z ciotką. Gdy miałam czternaście lat, na jakimś wyjeździe pierwszy raz w deszczowy dzień usiadłam do brydża.

## Czwarty do brydża

– „Usiadłam do brydża” brzmi poważnie, ale było tak, że troje dorosłych graczy, którzy chcieli rozegrać partyjkę brydża, gorączkowo poszukiwało czwartego. Padło na mnie. Miałam robić za stojak pod karty wśród naprawdę markowych graczy. Jeden z nich był w czołówce polskich brydżystów.

Niewiele z tej gry pamiętam, ale efekt był taki, że gra mnie wciągnęła i nie wiadomo kiedy nauczyłam się grać. A gdy się nauczyłam, to już nie umiałam nie grać. Grałam przez całą szkołę średnią i studia na iberystyce.

Ponieważ w brydża grał również mój mąż, często graliśmy w rodzin-

nym gronie i z przyjaciółmi. Przerwa w grze nastąpiła, gdy dorastały moje dzieci i trochę trudniej było znaleźć czas na grę, bo dzieci, moja praca polegająca na tłumaczeniu i wydawaniu książek, wiele swobody w tamtym czasie mi nie dawały.

Opowiadałam o tym wszystkim tylko dlatego, żeby uwiarygodnić to, co mówię o pozytkach z gry w brydża. Po prostu wiem, o czym mówię, i wiem, co mówię, zachęcając do gry.

## Wciągnął mnie brydż

– W pewnym momencie mojego zawodowego życia zdecydowałam, że będę zajmowała się tylko tłumaczeniami. To sprawiło mi ogromną satysfakcję i było okazją do współpracy z bardzo interesującymi, czasem wybitnymi osobami.

Któregoś dnia przeczytałam ogłoszenie o organizowanych kursach gry w brydża i pomyślałam, że skoro

gra sprawiała mi kiedyś tyle frajdy, to dobrze by było do brydża wrócić. Zapisalam się na kurs i okazało się, że to nie jest ten brydż towarzyski, w jakiego grałam dawniej. To był brydż sportowy. Właśnie taki, w jakiego gramy w kawiarence „U Źródła”.

Nie gra się roberka, nie zrzuca kart na środek, nie tasuje i nie rozdaje kart, tylko karty są dla każdego gracza rozdane wcześniej w tak zwanych pudełkach rozdaniowych. Tymi samymi rozkładami gra się – jednocześnie lub po kolei – przy kilku stolikach. To pozwala na porównanie, co z tymi samymi kartami potrafią zrobić inne pary.

Nie będę tłumaczyła, jak się rozstawia graczy, jak się licytuje, powiem tylko, że wszystko dzieje się w ciszy (chyba że komuś adrenalina skoczy i obejrząwszy karty partnera, spyta: – A gdzie te karty, z którymi licytowałeś?), że gracze posługują

się podczas licytacji specjalnymi kartonikami (bidding boxy – tu też angielski króluje!), na których jest zapisana wysokość kontraktu, jaki chcemy osiągnąć. To nie utrudnia, przeciwnie: wystarczy spojrzeć, jakie kartoniki leżą przed każdym graczem, i przebieg licytacji mamy jak na dłoni, bez dopytywania.

W brydżu sportowym porównuje się wyniki par, może dlatego czasem ten brydż jest nazywany porównawczym, i wygrywa ten, kto uzyskał najlepszy zapis, grając tymi samymi kartami, co inni.

Ja zajmuję się organizowaniem grup brydżowych 60+, zakładaniem brydżowych klubów, integrowaniem ludzi i wprowadzaniem brydża do szkół, bo brydż poza wszystkim innym jest wspaniałym treningiem dla mózgu (i charakteru) i choć to może zabrzmieć górnolotnie, brydż sportowy jest międzynarodowym „językiem” pokonującym wszelkie bariery (grają

też niesłyszący, niewidzący, osoby na wózkach i w każdym wieku).

Dlaczego gra w brydża sportowego toczy się w ciszy? Bo nasze życie toczy się w hałasie. Przy brydżu mamy odpoczywać.

## Brydż 60+

– Dlaczego skupiam się na propagowaniu brydża sportowego wśród osób 60+ i młodzieży? Dlatego, że jestem głęboko przekonana, iż chorobą cywilizacyjną XXI wieku jest samotność. Nie tylko rozumiana tak, że samotny człowiek siedzi w domu i patrzy w okno – choć też, ale w takim znaczeniu, że ludzie samotni tracą umiejętność komunikacji, umiejętność porozumiewania się z drugim człowiekiem na żywo.

Dziś wiele czasu spędzamy przy komputerach. Przy ekranie komputera można siedzieć w takiej wersji, jaką człowiek dla siebie wymyśli, a później, gdy ma się na żywo

zderzyć z innym człowiekiem, to pojawiają się obawy. Ludzie boją się, czy dobrze wypadną, czy zostaną dobrze zrozumiani, zaakceptowani i w konsekwencji obawy te biorą górę. Jedni zaczynają unikać kontaktów, drudzy na wszelki wypadek zostają przy komputerze, bo to łatwiejsze od kontaktu z żywym człowiekiem.







Nie zapominajmy, że są też ludzie po prostu nieśmiali lub introwertyczni.

Gra w brydża w bardzo łagodny sposób pozwala z tej izolacji wychodzić, bo podczas gry jest kontakt tylko z jednym człowiekiem – partnerem. To natomiast jest prostą drogą do brydżowej rodziny.

Niedawno jeden z naszych kolegów, z którym często gramy, zniknął nam na kilkanaście dni. Gdy się pokazał, powiedział, że Andrzej Reda, kolega-brydżysta prawdopodobnie uratował mu życie. Gdy zobaczył moje zdziwienie wyjaśnił: „Andrzej zaczął mnie wypytwać o zdrowie: „Co ci jest? Jakoś źle wyglądasz. Ty idź do lekarza – nalegał. – Wreszcie poszedłem i... zostałem w szpitalu. On się mną zaopiekował”. I to mi opowiada chłop jak dąb, który pewnie sam by o siebie nie zadbał, ale zadbał o niego brydżowy partner. Członek jego brydżowej rodziny.

Przytoczę kolejny przykład, który mnie bardzo wzruszył. Jeden z panów opowiadał, że po śmierci żony przez pięć lat nie mógł się zmotywować, żeby wyjść do ludzi. Przełamał się, gdy przeczytał ogłoszenie o brydżu, i dołączył do grupy. Nawiązał kontakt najpierw z jednym człowiekiem, partnerem przy stoliku, a potem z grupą. I na tym

to z grubsza polega. Nawiązujemy kontakt z ludźmi, których łączy to samo zainteresowanie, i czujemy się wśród nich bezpiecznie.

To wszystko, o czym mówię, dotyczy ogromnej grupy ludzi 60+. Dla nich mamy programy i podręczniki. Jest człowiek, o którym muszę w tym miejscu wspomnieć. Nazywa się Marek Małyś. Dr Marek Małyś, matematyk, wykładowca na Politechnice Gdańskiej, który w Polsce zapoczątkował całą akcję „Brydż 60+”. Tą akcją, tym swoim pomysłem zaraził całą Europę.

Gdy zaczęłam działać w klubach, rozmawiałam z Markiem o tym, o czym się wiele mówiło: że brydż tak jak inne gry umysłowe spowalnia związany z wiekiem rozwój zaburzeń pamięci. Ponieważ prowadzono badania chorych, u których podejrzewano chorobę Alzheimera, wpadłam na pomysł, żeby takie zajęcia zorganizować w warszawskim Centrum Alzheimera. I takie zajęcia tam się odbywają. Na początku uczestniczyła w nich niewielka grupa podopiecznych, a teraz przyjeżdżają z całej Warszawy. Co więcej, przyjeżdżają z rodzinami, bo brydż został włączony do systematycznych zajęć terapeutycznych zarówno dla chorych, jak i dla ich rodzin.



Marek Małyś mówił mi, że z badań naukowych wynika, iż gra w brydża zmniejsza ryzyko zachorowania na chorobę Alzheimera aż o 75%. W USA był świadkiem podpisania umowy tamtejszej Federacji Brydżowej z Alzheimer Association i to mu podsunęło pomysł stworzenia grup brydżowych 60+. Po czterech latach utworzył w Polsce trzysta ośrodków, w których gra kilka tysięcy ludzi. Jak brydż trafił do naszej gminy? Z pomysłem nosiłam się kilkanaście miesięcy, myśląc o Centrum Integracji Społecznej w Magdalence, ale ideę zrealizowała Grażyna Kościelny

z Nowej Iwicznej, którą poznałam na brydżowych wczasach (polecam!), sędziująca na turniejach brydżowych BBO. Grażyna zorganizowała takie miniturnieje w kawiarni „U Źródła” w Nowej Iwicznej. Zaczęło się od dwóch stolików, a teraz jest coraz więcej chętnych, w różnym wieku. I dobrze. Kawiarenka staje się za ciasna i chyba trzeba będzie poszukać nowego miejsca.

Nie wszyscy wiedzą, że brydż sportowy wchodzi również do szkół. W Krakowie i Warszawie są już klasy matematyczno-brydżowe, a starania o upowszechnienie zajęć brydżowych wśród młodzieży trwają i ja w nich też aktywnie uczestniczę.

Polski Związek Brydża Sportowego uzyskał aprobatę Ministerstwa Edukacji Narodowej i Ministerstwa Sportu dla programu brydża w szkołach. Kilkanaście szkół w Polsce uczestniczy w brydżowym programie w ramach akcji Sport Wszystkich Dzieci, a w liceum Staszica dzięki pomocy Warszawskiego Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznej i Szkoleń odbyły się dla nauczycieli szkolenia, jak uczyć brydża.

Kto wie, może brydż trafi też do szkół w naszej gminie i obok graczy 60+ przy stolikach zasiądzie młodzież. Ja do takiej współpracy jestem gotowa i chętnych proszę o kontakt. Mój mail to [lubiebrydza@wp.pl](mailto:lubiebrydza@wp.pl). ■

**GRAJ UPRZEJMIE**  
ZERO TOLERANCJI DLA AGRESJI  
I NIEODPOWIEDNIEGO ZACHOWANIA  
**ETYKIETA BRYDŻOWA**

<p><b>BĄDŹ MIŁY</b> Pozdrów każdego. Może ułmiś komuś dzień?</p> <p><b>PRZESTAW SIĘ LUDZIOM, KTÓRYCH NIE ZNASZ</b> Może zostaną Twoimi kolejnymi przyjaciółmi.</p> <p><b>BĄDŹ PUNKTUALNY</b> Jeśli się spóźnisz, inni także będą opóźnieni.</p> <p><b>CZĘSTO SIĘ UŚMIECHAJ</b> Znacząco rozjaśniasz pokój, w którym grasz.</p> <p><b>POCHWAŁ DOBRE ZAGRANIE PRZECIWNIKA</b> Pozwoli im to stwierdzić, że ich umiejętności zostały docenione.</p> <p><b>BĄDŹ WYROZUMIAŁY</b> Każdy robi błędy.</p> <p><b>BĄDŹ GRZECZNY</b> Nigdy nie będziesz lubił każdego ale możesz być serdeczny dla wszystkich.</p> <p><b>NIKT NIE LUBI PRZEGRYWAĆ</b> Ćwicz wdzięk pod ostrzałem.</p>	<p><b>SZANUJ SĘDZIÓW</b> Oni są tutaj dla Ciebie.</p> <p><b>POMÓŻ MNIEJ DOŚWIADCZONYM</b> Każdy z nas kiedyś zaczynał.</p> <p><b>PRZECHODŹ DO KOLEJNEGO ROZDANIA</b> Roztrząsanie rozegranego rozdania w trakcie rundy jest stratą czasu.</p> <p><b>DOCENIAJ SWOJEGO PARTNERA</b> On jest jedyną osobą w tym pomieszczeniu, która jest po twojej stronie.</p> <p><b>SKROMNOŚĆ JEST DOBRA</b> Nikt nie przepada za chęłpiącym się zwycięzcą.</p> <p><b>ZACHOWAJ SWOJE ANALIZY I WYKŁADY NA PÓŹNIEJ</b> Byłoby szkoda nie mieć już o czym rozmawiać po turnieju.</p> <p><b>CIESZ SIĘ!</b> Nie możesz zawsze wygrywać ale zawsze możesz czerpać przyjemność z gry.</p>
--	---

Konstański Klub Brydżowy





# WIOSENNA GARAŻÓWKA

LESZNOWOLI  
NIEDZIELA 7 KWIETNIA GODZ. 12.00-16.00



PARKING ZA URZĘDEM GMINY

KUP  
SPRZEDAJ  
WYMIEN



Na pierwszej garażówce w Lesznówoli skarbów nie brakowało. Były dziecięce zabawki: koniki na biegunach, samochodziki i wozy strażackie, smoki, gry planszowe, klocki, puzzle i pierwsze książeczki z obrazkami. Były wózki, z których już wyrosły maluchy, plecaki, pluszaki i hulajnogi. Kurtki, buciki, sukienki i szale. Dla miłośników literatury wszystko od *Księgi broni i ekwipunku* zaczynając, a na *Rozważnej i romantycznej* kończąc. Można było kupić klosze do lamp, kalosze na deszcz, czajniki, małe figurki aniołków, gitarę i narty. A do tego całe mnóstwo różnych innych przedmiotów i wszystko zgodnie z napisami *mega tanio*.



Przyszła wiosna – czas na porządki. Tylko po co od razu wyrzucać? Stare ramki do zdjęć, talerze z Włocławka, łyżwy, dziecięce rowerki i gry – wszystko jeszcze może zyskać drugie życie. Pod białymi namiotami pewnej kwietniowej niedzieli spotkali się ci, którzy zrobili porządki, z tymi, którzy kochają poszukiwać skarbów.



Garażówki mają swoich wiernych zwolenników. Idea recyklingu jest coraz modniejsza, a wyrzucanie przestaje być pierwszym odruchem. Skoro inni mogą na tym skorzystać, warto przejrzeć szafy i dziecięce pokoje. Zgodnie z zapowiedzią organizatorów nie była to ostatnia garażówka w Lesznówoli. Kolejne już wkrótce, pewnie już nie wiosenne, ale zgodne z hasłem: „Kup, sprzedaj, wymień”. Zawsze przecież znajdzie się coś, co jedni chcieliby mieć, a inni właśnie woleliby się pozbyć. ■





# ZDROWO i KOLOROWO

Wiosna przynosi optymizm. Świat wydaje się lepszy i bardziej kolorowy. Pojawiają się pierwsze kwiaty, pierwsze motyle i już nie mamy ochoty na ciepłe kurtki i ciężkie jedzenie. Na świeże wiosenne sałaty prosto z ogródka jest jeszcze trochę za wczesnie, ale w sklepach są już zwiastuny ciepłych dni. Dziś lekkie propozycje dla tych wszystkich, którzy postanowili wejść w nowy okres z silnym postanowieniem dbania o sylwetkę.

Podobno jemy oczami. Potrawy, które nam się podobają i wyglądają apetycznie, po prostu lepiej smakują. Lubimy, gdy jest kolorowo. Pomarańcz, soczysta zieleń i żółć pobudzają nasz apetyt. Zwolennicy schabowego łatwiej skuszą się na wielobarwną sałatkę, niż na jednobarwną surówkę z kapusty. Ciepłe miesiące niosą ze sobą całą paletę możliwości. Kompujmy potrawy tak, jakbyśmy posługiwali się pędzlem. Jedni lubią abstrakcję, drudzy delikatne pastele. Dziś w menu wiosna na talerzu.

## ZUPA ZE SZPARAGAMI I SEREM FETA

### SKŁADNIKI

10 szparagów, 1/2 kg ziemniaków, 1 l bulionu, 2 łyżki masła, 1 łyżka oliwy extra vergine, 2 ząbki czosnku, 1/3 łyżeczki kurkumy, 4 łyżki posiekanego koperku, ser feta, 200 g śmietany 18%

Ziemniaki obierz i pokrój w kostkę. Podsmaż przez 3-4 minuty na oliwie i maśle. Dodaj posiekany czosnek i smaż jeszcze przez 2 minuty. Przelóż do garnka, zalej gorącym bulionem. Dodaj kurkumę i gotuj, aż ziemniaki zrobią się miękkie. Oczyść szparagi. Odłóż zdrewniałe końcówki i wyrzuć. Pozostałą część łodygi pokrój w plasterki. Główki zachowaj w całości. Gdy ziemniaki będą miękkie, dodaj szparagi. Gotuj przez 2-3 minuty. Dodaj posiekany koperek i zdejmij garnek z gazu. Zahartuj śmietanę, wlewając do niej kilka łyżek gorącego wywaru. Wymieszaj i dolej do zupy. Zupę podawaj oprószoną koperkiem i serem feta.



## WIOSENNA SAŁATKA

### SKŁADNIKI

2 garści szpinaku baby, dwie garści rukoli, garść dowolnych kolorowych listków sałat (endywii, sałaty strzępiastej lub dębowej), garść zielonych oliwek, garść rzodkiewek, kilka pomidorków koktajlowych, ulubione kiełki np. rzodkiewki i brokołu, mała cukinia, małe kulki mozzareli, świeży zielony ogórek

**SOS:** 3 łyżki oliwy ekstra vergine, 2 łyżki octu winnego, pół łyżeczki musztardy dijon, pół łyżeczki cukru

Na półmisek wyłóż umyte liście sałat. Dodaj pomidorki koktajlowe, pokrojone ogórki, cukinię pociętą w cienkie paseczki, oliwki, rzodkiewki przekrojone na pół. Całość posyp kiełkami. Składniki na sos wymieszaj w słoiku i oblej nimi sałatkę.

## SAŁATKA Z KURCZAKIEM I SZPRAGAMI

### SKŁADNIKI

150 g świeżego szpinaku baby, 50 g rukoli, pół pęczka zielonych szparagów, średniej wielkości czerwona cebula, pierś z kurczaka, papryczka chili, młody koperek, sól, pieprz, zioła prowansalskie, pestki słonecznika lub dyni

**SOS:** 1 łyżka miodu, 1 łyżka musztardy dijon, 1 łyżka soku z cytryny, szczypta ziół prowansalskich

Pierś z kurczaka pokrój w paseczki i zamarynuj w oliwce z ziołami prowansalskimi, solą i pieprzem. Szpinak i rukolę umyj i rozłóż na półmisku. Pierś z kurczaka usmaż i przełóż na półmisek. Cebulę pokrój w talarki, papryczkę chili w plasterki i posyp nimi sałatkę. Składniki sosu wymieszaj ze sobą i polej nim sałatkę. Wierzch posyp świeżym koperkiem i prażonymi pestkami słonecznika lub dyni.

## TARTA Z JAJKIEM

### SKŁADNIKI

opakowanie ciasta na tartę, 300 g szpinaku, 4 jajka, 2 jajka ugotowane na twardo, 100 ml śmietany 18%, cebula, czosnek, pieprz, gałka muszkatołowa, 2 łyżki oleju

Ciasto wyłóż na formę do tarty. Cebulę pokrój w plasterki i zeszklij na oleju. Dodaj szpinak, posiekany czosnek (1-2 ząbki) i smaż przez 3 minuty. Dopraw solą, pieprzem i gałką muszkatołową. Wyłóż na ciasto. W miseczce wymieszaj rozbite jajka ze śmietaną. Wylej na szpinak. Na wierzch rozłóż jajka na twardo pokrojone w plasterki. Wstaw do piekarnika nagrzanego do 200 stopni i piecz, aż wierzch i boki tarty się przyrumienią (ok. 35 minut). Tartę podawaj po wystygnięciu oprószoną szczypiorkiem i świeżymi kiełkami.

## SMOOTHIE ZE SZPINAKIEM

### SKŁADNIKI

100 g liści szpinaku, 1 banan, sok z 1 pomarańczy, 150 ml wody niegazowanej

Do blendera włóż liście szpinaku i obranego banana. Dodaj sok z jednej pomarańczy. Wszystko dobrze zblenduj. Dodaj wodę mineralną i wymieszaj ponownie. Pij na zdrowie.



## *Kronika Olsztyńska*

*„...i gdy człowiek wejdzie w las, to nie wie,  
czy ma lat pięćdziesiąt, czy dziewięć,  
patrzy w las jak w śmieszny rysunek  
i przeciera ośleple oczy,  
dzwonek leśny poznaje, ćmę płoszy  
i na serce kładzie mech jak opatrunek...”*

*Konstanty Ildefons-Galczyński*

