

ŻYCIE Kolorado

Denver Metro | Boulder | Colorado Springs | Fort Collins | Dillon | Glenwood Springs

MIESIĘCZNIK POLONII AMERYKAŃSKIEJ W KOLORADO | 720.935.1965 | www.zycie-kolorado.com

WYDANIE 142 | MAJ | MAY 2022 | WYDANIE BEZPŁATNE - FREE



Piszą dla Was:

Żyj sportem w Kolorado
- Marcin Żmiejko >> str.6

Polska w moim sercu
Dla wszystkich Mam
- Ania Stoch >> str.7

Polska Szkoła w Denver
Z Kazikiem do Afryki...
- Marta Urban >> str.8

Konkurs "Miś Wojtek"
- Ania Camplin >> str.15

Członkowie PKD
Burzliwe wydarzenia ostatnich dni
Hasło miesiąca: „Kangury”
- Małgorzata Schwab >> str.10

Teren nieogrodzony
Na Dzień Mamy
- Eliza Sarnacka-Mahoney >> str.13

Herbata czy kawa
Zofia Tadla
z cyklu: *Poezji nikt nie zji*
- Waldek Tadla >> str.14

Z Polski
My w Wami!
- Anna Kajkowska | Warszawa
>> str.16

Pokochaj dietę bezglutenową
- Kasia Suski >> str.18

Na 'TY' z cukrzycą typu 2
- Rafał Nejman >> str.19

Pani Book
O świniach i ludziach
Karina Bonowicz | Nowy Jork >> str.20

Przewodniczka po Warszawie
Łazienki Królewskie
- Dorota Badiere | Warszawa >> str.21

Bo dobro wraca
Ukraińskie sieroty w Gorzowie Wlkp.
- Kasia Suski >> str.22

Niektórzy lubią historię...
Tradycja - Nić Ariadny w labiryncie wieków
- Hanna Czernik >> str.24

Polska Parafia pw. św. Józefa
Trudny uczynek miłosierdzia
- Ks.Stanisław Michatek >> str.27

Filmowe rekomendacje Piotra
Trying to kill off Superman
- Piotr Gzowski >> str.28

Nasi w Polsce
Polonijna pomoc:
- *Kolorado - Mysłowice*
Rada Dzielnicy w Mysłowicach-Wesotej
>> str.31

Biel i czerwień - polskie barwy narodowe po raz pierwszy pojawiły się podczas obchodów 1 rocznicy uchwalenia Konstytucji 3 maja, wtedy mężczyźni byli ubrani w biało-czerwone szarfy, a kobiety we wstęgi. W tym roku flaga Polski obchodzi swoje 103 urodziny, gdyż oficjalnie została ustanowiona przez ustawę z 1 sierpnia 1919 roku. W 1980 roku ostatecznie ustanowiono odcienie barw.

Biel i czerwień to dziedzictwo polskiego narodu, które jednoczy Polaków od lat. Barwy flagi złożone z dwóch poziomych pasów: białego oraz czerwonego są odwzorowaniem kolorystyki godła państwowego, który stanowi orzeł biały na czerwonym polu.

Zgodnie z zasadami heraldyki pas górny reprezentuje białego orła, a dolny czerwone pole tarczy herbowej. Kolory te według symboliki używanej w heraldyce mają następujące znaczenie:

- Koloru białego używa się w heraldyce jako reprezentację srebra. Oznacza on także wodę, a w zakresie wartości duchowych czystość i niepokalanie.
- Kolor czerwony jest symbolem ognia i krwi, a z cnót oznacza odwagę i waleczność.

Warto wiedzieć, że na podstawie ustawy polska flaga z godłem może być wykorzystywana jedynie przez oficjalne przedstawicielstwa kraju za granicą, cywilne lotniska i samoloty, kapitanaty portów oraz polskie statki morskie.

W geście patriotyzmu możemy eksponować polską flagę biało-czerwoną, ale bez godła. Pamiętajmy o szacunku do naszej flagi i stosowaniu się do tzw. etykiety flagowej:

- Flaga państwowa nie może dotykać ziemi, podłogi, wody.
- Na jednym maszcie może być umieszczona tylko jedna flaga.
- Flaga nie może być brudna, poszarpana, zniszczona, wypłowiała - dlatego nie wywieszaj jej w czasie złej pogody.
- Flagi państwowej nie wyrzucamy, tylko palimy.
- Nie umieszczamy na fladze żadnych napisów ani rysunków.



CHICAGO MARKET

NAJSMACZNIEJSZY POLSKI SKLEP W KOLORADO

Nie czekaj i posmakuj najwyższej jakości naszych, polskich, naturalnych i najświeższych produktów
Prosto + szybko od producenta na Wasz rodzinny stół



www.chicago-market.com

ALEX'S DELI oferuje najlepsze i najzdrowsze wyroby kielbasiane i wędliniarskie. ZAWSZE gwarancja naturalnych smaków bez konserwantów!



15% zniżki na zakupy robione w poniedziałki!!!

ALEXANDRA Foods Company
Nasza wyłączność sprzedaży i dystrybucji w stanie Kolorado; Przepyszne bo robione według domowej receptury: Pierogi, Uszka, Pyzy, Naleśniki, Kopytka i Kluski



KOVALA BREAD and RACINE Bakery
Najlepszy i najzdrowszy CHLEB oraz smaczne CIASTA & Maślane KOLACZKI. Palce lizać!

W każdą sobotę dostawa świeżego towaru z Chicago

Sprzedaj artykułów w tym samym tygodniu co ich produkcja. WYRÓWNAMY LUB POBIJEMY KAŻDĄ CENĘ TEGO SAMEGO PRODUKTU JAKI JEST NA RYNKU

Jesteśmy agencją firmy POLAMER w Kolorado: Oferujemy przeprowadzki do Polski, innych krajów UE oraz wszystkich Stanów Ameryki: Kontenery, Samochody, Palety, Paczki. Oferujemy wysyłki lotnicze oraz morskie po NAJNIŻSZYCH cenach!!!

ZAPRASZAMY:
1477 Carr St., Lakewood CO 80214
Poniedziałek - Sobota - 10.00 - 18.00
Niedziela - 11.00 - 15.00

KRYSTYNA:
tel. 303-868-5662

WACLAW:
tel. 708-302-7225
wiczawadzki@gmail.com

HVAC SERVICE

NEW INSTALLATION OR REPAIR WITH WARRANTY



Furnaces + Air Conditioning
Water Heaters + Humidifiers
RHEEM or any other brand
Licenced & Insured

- New furnace labor and materials start from - \$1750
- New A/C 2.0t starts from - \$2350
- Water heater 40gal \$950, 50gal - \$1050



Ogrzewanie & Schładzanie
Zawsze Gwarancja Domowego Komfortu!

PS COOL HEAT

Alex Koushyk

720-285-0145

Let my 20+ years experience of helping people buy and sell homes give you peace of mind

www.EwaRealty.com



EWA SOSNOWSKA BURG
Realtor

HOME SMART

303-886-0545
ewa@ewarealty.com

Działalność w Denver i okolicach | Pomoc w uzyskaniu pożyczki
Uprzejma, rzetelna i profesjonalna obsługa

DREAM HOMES COME IN ALL SIZES.

WE HAVE MORTGAGES TO FIT THEM ALL.

Discover Westerra home loans and take advantage of banking with a local financial institution that offers 3% down payment options on loans up to \$850,000!

Other Westerra Benefits

- Competitive Rates and no origination fee
- Full Credit Approval – not just a prequalification so you are ready to make a winning offer
- Flexible payment options – monthly, semi-monthly or bi-weekly schedules
- Make Your Payments to Westerra – now and in the future



Monika will help make the most of your home purchase dollars. She will listen to your needs and personalize a loan that supports your best overall financial health.

westerra CREDIT UNION

Monika Higgins-Szczur
mhiggins@westerracu.com | 303-339-3558
NMLS 501360

Mówię po Polsku

Let Us Help You BUY or SELL Your Home!

NIERUCHOMOŚCI W KOLORADO

Zadzwoń po darmową wycenę i sprawdź jak możesz zaoszczędzić przy kupnie lub sprzedaży domu.

ElaHomes.com
Ela.Sobczak@yahoo.com

BROKERS GUILD REAL ESTATE
ONE TEAM | ONE VISION

ELA SOBCHZAK, REALTOR®
303.875.4024

Mówimy po Polsku



ŻYCIE Kolorado

Życie Kolorado - miesięcznik Polonii Amerykańskiej w stanie Kolorado wydawany przez: MEDIA LITTERA, INC.

www.zycie-kolorado.com
tel.: 720.935.1965
5944 S Monaco Way, Ste. #200
Englewood, CO 80111

- **Waldek Tadla**
Redaktor Naczelny
wtadla@msn.com
- **Katarzyna Hypsher**
Edycja & Skład
info@zycie-kolorado.com
- **Marcin Żmiejk**
Marketing
marketing@zycie-kolorado.com
- **Bogusia Chochołowska-Partyka**
Dyrektor Kreatywny
bparyka@zycie-kolorado.com
- **Kasia Suski**
Event Director
kasiacol@gmail.com
- **Kinga Rogalska**
Social Media Director
kingarogalska@gmail.com

W sprawach artykułów, reklam, itp. prosimy o kontakt na powyższe adresy e-mailowe lub telefon.

WSPÓLPRACA:

Grzegorz Malanowski

Tomasz Skotnicki,
Polski Klub w Denver,
Polska Parafia pw. św. Józefa w Denver,
Polscy Rycerze Kolumba w Denver,
Polska Szkoła w Denver,
Witold-K, Bożena Janowski, Hanna Czernik,
Kasia Suski, Adam Lizakowski
Dorota Badiere, Piotr Gzowski,
Halina Dąbrowska, Barbara Popielak,
Eliza Sarnacka-Mahoney,
Kazimierz Krawczak,
Brighton-Ziębice Sister Cities,
Małgorzata Cup - Kalifornia,
Irene Sturm - Kalifornia,
Bogumił Horchem - Arizona,
Ania Jordan - Nowy Meksyk,
Monika Schneider - Alaska,
Ryszard Urbaniak - Kalifornia
Karina Bonowicz - Nowy Jork
Izabela Winsch - Kraków
Krzysztof Żelazny
www.DobraPolskaSzkoła.com

Nie wszystkie publikowane teksty autorów odzwierciedlają poglądy redakcji ŻK

Zgłoszenia REKLAM
przyjmujemy do 20-go dnia każdego miesiąca.

Redakcja ŻK
nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń.

OGŁOSZENIA DROBNE
w gazecie i naszej stronie internetowej:
www.zycie-kolorado.com
\$10 / miesiąc / do 30 słów/
e-mail: info@zycie-kolorado.com

PRENUMERATA:
\$5 za każde wydanie,
z wysyłką pocztową

Od Redakcji



Drodzy Czytelnicy

Sezon majowy: majówki, pikniki i imprezy pod chmurką oficjalnie uważam za otwarty. Z pewnością żyjąc w Kolorado nie mamy takiego cyklu dni świątecznych jak nasi rodacy w Polsce, ale jako że pierwszy maja wypada w niedzielę – mamy jedną trzecią tradycyjnej polskiej majówki wolną od pracy. Z kronikarskiego obowiązku przypomnę, że drugi maja to oficjanie w Polsce Dzień Flagi i jednocześnie Dzień Polonii, jednym słowem wywieszamy polskie flagi (bez godła) i celebруем nasze święto. Nikomun ie trzeba przypominać też o kończącym triduum majowe trzecim maja, kiedy będziemy celebrowali 231-szą rocznicę uchwalenia jednej z najważniejszych na świecie konstytucji.

W majowym Dniu Matki wszystkim Mamom życzymy wszystkiego co najlepsze: pociechy z dzieci, zdrowia i uśmiechu na co dzień.

Przy tych wszystkich świętach przekazujemy Wam drodzy czytelnicy kolejne wydanie naszej gazety. Jak zwykle każdy znajdzie tu coś dla siebie. Z gorącym majowym pozdrowieniem życzę przyjemnego czytania.

z poważaniem,
Marcin Żmiejk
Marketing Dir.



Nasz miesięcznik

jest projektem współfinansowanym w ramach funduszy polonijnych Ministerstwa Spraw Zagranicznych Rzeczypospolitej Polskiej za pośrednictwem Konsulatu Generalnego RP w Los Angeles



Konsulat Generalny
Rzeczypospolitej Polskiej
w Los Angeles



Zapraszamy Wszystkich, którzy chcą wesprzeć nasze pismo na stronę:
<https://www.gofundme.com/f/zycie-kolorado-2022>

Dziękujemy za wsparcie w 2022 roku:

- Michael Wanasz - \$1,000
- Tadla & Tadla Realty - \$,1000

Jola Lefler, Andrzej & Irena Motas, Mary Brzeski, Mike Chilimoniuk, Claudia Tadla, Teresa M Lesna, John & Teresa Czystczon, Bożena i Ryszard Rykowski, Jan Białasiewicz & Ewa Wanasz-Białasiewicz, Paulina & Rafał Ciochon, Marzena i Rafał Jarosz, Urszula i Kazimierz Tylicki

Dziękujemy za wsparcie w 2021 roku:

- Osoba Anonimowa - \$1,000
- Richard & Mila Ziernicki - \$1,000
- Tadla & Tadla Real Estate Group - \$1,000

Mirostawa Puzman, Wanda Lozano, Irene Sturm, Agnieszka Gołabek, Mike Chilimoniuk, Józef Przybyłek, Bożena i Ryszard Rykowski, Zofia i Zbigniew Wysoczański, Zofia i Wiesław Gessner, Teresa i John Czystczon, Urszula i Kazimierz Tylicki, Anna Kajkowska, Janusz i Maria Kokot, Beata Tadla - Matkowska, Mary Brzeski, Rafał Cichoń, Iwona Mazurek, Anna Donahue-Srebro, Anna Spencer, Rafał Jarosz, Kinga Rogalska, Scott Fowle, Andrzej i Irena Motas, Osoba Anonimowa, Katarzyna Szuta, Dorota i Tomasz Skotniczy, Halina Dąbrowska, J & M Descour, Polska Szkoła w Denver, Małgorzata Grondalski

Wspierajcie naszych Reklamodawców

SKLEPY SPOŻYWCZE

- European Gourmet: 303.425.1808, 6624 Wadsworth Blvd, Arvada, CO
- Chicago Market: 303.868.5662, 1477 Carr St, Lakewood, CO

TŁUMACZENIA, PODATKI, NOTARY PUBLIC

- Mira Habina Intl: 720.331.2477, 8760 Skylark St. Highlands Ranch, CO
- Agnieszka M Homa: 303.667.6814, 6422 South Quebec Street Centennial, CO

POŻYCZKI NA NIERUCHOMOŚCI

- Monika Higgins-Szczur: 303-339-3558
- Agnieszka Gołabek: aga8686@gmail.com
- Magda Taylor: 720-470-7094

AGENCI NIERUCHOMOŚCI

- Tadla & Tadla Real Estate Group: 720.935.1965
- Ewa Sosnowska Burg: 303.886.0545
- Joanna Sobczak: 720.404.0272
- Ela Sobczak: 303.875.4024
- Jacek Głowacki: 303.356.1693

UBEZPIECZENIA AUTO | DOM

- Kuźbiel Insurance: 720.351.2066, 930 Sherman Street, Denver, CO

RÓŻNE

- Kinga Rogalska @ Barber Shop - 303.674.2257, 4570 Co Rd 73, Evergreen CO 80439
- Beata Jamshidi | European Skin Care - 720.271.1198
- HVAC Heating & Cooling - Alex Koushyk, 720-285-0145
- AMBER BAND - 720.882.2265, www.theamberband.com
- DJ MARCIN KANIA - 773.310.0175 -DJ z muzyką na każdą okazję

Polecamy



HAIR & BEAUTY FUNDRAISING FOR UKRAINE



June 12 2022
10am -4pm

hairandbeauty@gmail.com

The most known and liked polish specialist in beauty industry.
Hairstylist, esthetician, physical therapist
working together to help Ukraine



LIVE MUSIC:
JUREK KAMIŃSKI Z AMBERBAND



SERVICES:

Hairdressers: Women's cut, Styling, Highlights, Color,

Barbers : Men's cut, Face Shave

SPA: Eyebrows wax, Henna, Facial Massage, Dry needling

ALL PROFITS will be directly donated to organization helping Ukraine people, hospitals and orphanages:

«FUNDACJA GOTOWI DO DZIAŁANIA»

TIPS for «**Ukrainians of Colorado**»

PLEASE TEXT MESSAGE THE PERSON THAT YOU WOULD LIKE TO SCHEDULE AN APT WITH:

Hairdressers and Barbers:

Agnes Wsol 303-278-8988

Ania Krasowski 773 610 8933

Janet Rakowicz 303 807 8781

Kinga Rogalska 773 750 8197

Kinga Zabron 847 977 4481

SPA

Cosmetologist - Beata Jamshidi 720 271 1198

Physical therapist- Alicja Rybiarczyk 773 501 9871

VAIA Salon & Spa 922 Washington Ave Golden



Dyżur Konsularny w Denver



Paszporty w Denver

TOMASZ SKOTNICKI | KONSUL HONOROWY RP W KOLORADO

Szanowni Państwo,

Konsulat Generalny RP w Los Angeles informuje, że w dniach 13-14 maja 2022 r. w Denver w siedzibie Polish National Alliance odbędzie się dyżur konsularny.



Ze względu na ogromne zapotrzebowanie na sprawy paszportowe spotkania w trakcie dyżuru będą rezerwowane wyłącznie w celu złożenia wniosków o wydanie paszportu.

Dyżur odbędzie się w Polish National Alliance pod adresem:
11460 W. 44 th Ave, Suite 2
Wheat Ridge, CO 80033

w dniach:

- 13 maja 2022 (piątek) w godz. 9.00 - 18.00
- 14 maja 2022 (sobota) w godz. 9:00 - 13.00

Aby umówić się na spotkanie z konsulem należy wysłać e-mail na adres: la.dyzyry@msz.gov.pl

W temacie wiadomości należy wpisać: DYŻUR W DENVER, a w treści następujące informacje:

- Imię i nazwisko;
- Numer PESEL lub numer posiadanego polskiego paszportu;
- Sugerowana data oraz godzina spotkania (nie gwarantujemy dostępności preferowanych terminów).

W przypadku pierwszego paszportu dla dziecka należy załączyć skan polskiego aktu urodzenia dziecka (oryginał trzeba przynieść na spotkanie).

W przypadku pierwszego paszportu dla osoby dorosłej należy załączyć skan decyzji ws. potwierdzenia posiadania obywatelstwa wydanej przez wojewodę, polski odpis aktu urodzenia oraz polski odpis aktu małżeństwa (dot. osób, które zawarły małżeństwo za granicą).

Prosimy oczekiwać na wiadomość potwierdzającą termin i godzinę wizyty.

Opłaty przyjmowane są wyłącznie w formie money orders lub czeków kasjerskich (nie akceptujemy gotówki lub czeków osobistych) wystawionych dla CONSULATE GENERAL OF POLAND IN LOS ANGELES

Na spotkanie paszportowe należy stawić się z wydrukowanym i wypełnionym wnioskiem paszportowym, który jest do pobrania tutaj:

<https://www.gov.pl/web/usa/sprawy-paszportowe-informacje-ogolne>

Prosimy o przestrzeganie obowiązujących obostrzeń sanitarnych i zachowanie dystansu społecznego.

UWAGA: Przed zapisem prosimy o szczegółowe zapoznanie się z informacją paszportową umieszczoną na stronie internetowej:

<https://www.gov.pl/web/usa/paszporty>

Na miejscu będzie możliwość zrobienia fotografii paszportowej.

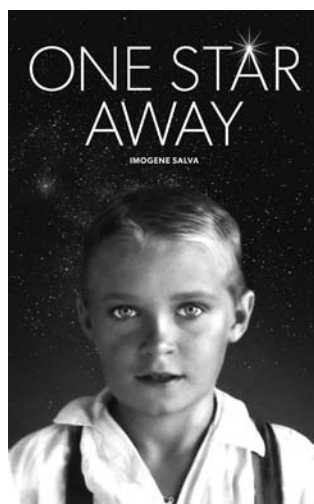
Polecamy

Spotkanie z Imogeną Salwą autorką książki "One Star Away"

TATTERED COVER BOOK STORE - 8885 WESTMINSTER BLVD, WESTMINSTER, CO 80031
PIĄTEK, 27 MAJA, GODZ. 14.00

Za oknem była ciemna noc, szalał wiatr a duże krople deszczu uderzały w okno naszego salonu w dzielnicy Queens w NY. Pamiętam, że miałam wtedy osiem lat. Przykryłam się ciepłym kocem, który zrobiła na drutach moja mama. Miałam nadzieję, że burza wkrótce minie, ale zamiast tego zgasło światło i przez długi czas nie było prądu. Pamiętam, jak mama zapaliła jedną świecę i postawiła ją na ławie. Zdmuchnęła zapałkę i usiadła obok mnie. Moja starsza siostra dołączyła do nas, a mama nas przytuliła. Czuliśmy się bezpiecznie w jej ramionach. Siedząc tak w ciemności wpatrywałyśmy się w płonąca świecę i prosiłyśmy mamę, żeby opowiedziała nam jakąś historię. Mama westchnęła i zaczęła opowiadać nam historię swojego dzieciństwa. Była to smutna opowieść o trudnościach i okrucieństwach jakie doświadczyła podczas II wojny światowej. Zadawałyśmy jej dużo pytań a ona z cierpliwością na nie odpowiadała. Powiedziała nam, że pochodzimy z silnej, pełnej wiary rodziny i powinniśmy być dumne z naszego pochodzenia.

Kilka lat później, gdy byłam w 7 klasie szkoły podstawowej, nauczycielka od historii oznajmiła, że będziemy uczyć się o II wojnie światowej. Krzątając się przy ta-



Okładka książki ONE WAY STAR | Imogena Salwa z mamą - Ziutą - Indie 2018 rok

blicy i poprawiając okulary które spadały jej z nosa spytała: "Kto może powiedzieć nam coś o II wojnie światowej?" Natychmiast zapragnęłam, żeby podzielić się z klasą historią mojej mamy. Szybko podniosłam rękę. Nauczycielka mnie nie zauważyła i dalej krzątała się przy tablicy. Zaczęłam wymachiwać ręką w powietrzu próbując

zwrócić na siebie uwagę. Wreszcie zostałam zauważona i powiedziałam:

„Polacy byli jedną z najbardziej prześladowanych grup narodowych przez reżim niemiecki i sowiecki”. Nauczycielka zmarszczyła brwi, zacisnęła usta i

odpowiedziała: „Wszystkie narodowości cierpiały przez całą wojnę.” Nie dając mi szansy na kontynuowanie, zadała pytanie ponownie. Usiadłam zasmucona i nie rozumiałam, dlaczego nauczycielka nie chciała żebym mówiła o milionach Polaków przymusowo deportowanych na Syberię, zmuszonych do pracy w obozach pracy, umierających z głodu i zimna? Nie miałam nawet szansy powiedzieć ilu ich zginęło. Nie rozumiałam, jak mogło to być nieważne w naszej dyskusji klasowej? Po powrocie do domu opowiedziałam mamie o tym co zaszło w szkole. Mama ze smutkiem na twarzy pokręciła głową i powiedziała: „Świat nie zawsze interesuje się prawdą, ważne jest, że ty wiesz jaka jest prawda”.

Wtedy obudziło się we mnie pragnienie, żeby opowiedzieć światu historię mojej mamy. Jest to historia milionów Polaków, którzy nie mogą opowiedzieć prawdy o tym co ich spotkało w życiu, ponieważ nie ma ich już wśród nas.

Fragment tekstu autorstwa Imogeny Salwy, który ukazał się w ŻK w grudniu 2020 roku.

Link do tekstu:

<https://www.zycie-kolorado.com/2021/2020/11/30/historia-ziuty-imogena-salwa>

Wiadomości sportowe



Żyj sportem w Kolorado

MARCIN ŻMIEJKÓ



JEDZIEMY NA MUNDIAL!!!

Po odwołanym meczu z Rosją, Polska zmierzyła się w finałowej potyczce barażowej z reprezentacją Szwecji i tego niewygodnego przeciwnika pokonaliśmy 2:0. Bramki strzelili Robert Lewandowski (z rzutu karnego) i Piotr Zieliński. Na Stadionie Śląskim zapanowała euforia a krótka dotychczas przygoda selekcjonera Czesława Michniewicza została przedłużona. Dziś już wiemy, że Polacy w grupie na mistrzostwach w Katarze zmierzą się z Argentyną, Meksykiem oraz Arabią Saudyjską - bardzo ciekawa grupa, w której Polacy powalczą o drugie miejsce z Meksykiem. Media już ostrzą sobie apetyty na pojedynek dwóch najlepszych piłkarzy świata: Roberta Lewandowskiego i Lionela Messiego.

LEWANDOWSKI W BARCELONIE?

Robert Lewandowski nie wystąpi w kolejnym finale Champions League, jego Bayern Monachium został wyeliminowany przez sensację obecnej edycji Ligi Mistrzów - hiszpański Villarreal. Naszemu kapitanowi pozostaje zdobycie kolejnego mistrzostwa Bundesligi i pobicia rekordu bramkowego tamże. W takiej to sytuacji po mediach sportowych gruchnęła wieść, że Lewy jest już po słowie z wielką FC Barceloną. Polak poprzez swojego managera ponoć wstępnie dogadał się z Dumą Katalonii i obie strony czekają tylko na koniec kontraktu Lewandowskiego z Bayernem (lato 2023) lub do dogadania się między klubami i przejściu Lewego do Barcy jeszcze w tym roku. Ponoć Barcelona ma bardzo atrakcyjny, czteroletni kontrakt, który obowiązywałby do 2026 roku. Jak do tej pory żaden Polak nie grał w Barcelonie i chyba w końcu przyszła pora na zakończenie tej passy.

NOWA LIGA FUTBOLOWA

Wiele lat temu pracowałem z człowiekiem, który twierdził, że futbol amerykański to jedyny sport, który on może oglądać bez względu na to kto gra na boisku. Właśnie dla takich ludzi jak mój kolega została stworzona USFL czyli United States Football League. Na rozgrywki te około 200 milionów dolarów wyłożyła stacja Fox Sports. Nie jest to nowy koncept a dokładnie kopia ligi, która istniała w latach 1983-1985. Nawet nazwy drużyn są te same: New Jersey Generals, Philadelphia Stars, Birmingham Stallions, Tampa Bay Bandits, Michigan Panthers, Houston Gam-

blers, New Orleans Breakers, Pittsburgh Maulers. W USA bardzo prętnie organizowane są rozgrywki lig akademickich, to co możemy oglądać w telewizji w okresie kończącym lato porzez jesień aż po początek zimy to tylko czubek góry lodowej, skupiony na elicie sportowej. W każdym stanie w football grają zawodnicy niemal każdego uniwersytetu, a ligi są podzielone na dywizje. W rezultacie po ukończeniu uczelni wyższej zawodnicy mogą wystartować w draftcie do elitarniej NFL lub próbować sił w ligach europejskich lub kanadyjskiej

realem oraz Manchester City z Realem Madryt. Największą niespodzianką w tym gronie jest obecność Villarealu, który pokonał kolejno Juventus Turyn oraz właśnie Bayern. Większość kibiców na świecie kojarzy Real, Barcelonę, no może Atletico Madryt, ale Villarreal jawi się jako klub, który może namieszać w Europa League a nie dominować w Lidze Mistrzów. Jak widać życie pisze swoje scenariusze. W zależności od wyników półfinałowych w majowym finale Ligi Mistrzów możemy mieć dwie drużyny angielskie, bądź dwie hiszpańskie. Oby

kiedy wszyscy oczekiwali po Rakowie dotującego sezonu - po bardzo dobrym poprzednim, trener wynalazł zawodników w niższych ligach i zrobił nowe rozdanie w Ekstraklasie. W wyniku tego po 30-tu kolejkach Raków lideruje w tabeli.

WIMBLEDON BEZ ruskich

Organizatorzy Wimbledonu zdecydowali o wykluczeniu Rosjan i Białorusinów z tegorocznej edycji turnieju. Nie ma o czym za bardzo dyskutować, ponieważ wszystkich sportowców z Rosji i Białorusi powinien spotkać jeden wielki ostracyzm. Niech sobie grają we własnych rozgrywkach.

ZMARŁA ERWINA RYŚ-FERENS



Erwina Lilia Ryś-Ferens (ur. 19 stycznia 1955 w Elblągu, zm. 20 kwietnia 2022) - polska panczenistka, medalistka mistrzostw Europy i świata, olimpijka



IGA ŚWIĄTEK - NAJLEPSZA NA ŚWIECIE

Iga Świątek w wieku 20 lat została najlepszą tenisistką globu, plasując się na pierwszej pozycji ranking ATP. Polka w 2022 roku wygrała już trzy turnieje WTA (Doha, Indian Wells, Miami) i po rezygnacji z kariery Ashleigh Barty została liderką rankingu. Cała Polska z niecierpliwością czeka na udział Igi w turniejach wielkoszlemowych spośród których French Open rozpocznie się już w tym miesiącu - maj 22. Przypomnieć należy, że Iga Świątek wygrała w 2019 właśnie ten turniej.

CFL.Olbrzymia liczba zawodników po ukończeniu studiów odchodzi od uprawiania sportu i tu wkracza do akcji nowo powołana USFL, która daje szansę tym, którzy nie dostali się do elity. Historia pokazała, że podobne twory mają bardzo krótkie życie a ostatni eksperyment XFL brutalnie zakończyła pandemia Covid-19. Jeśli nowy pomysł się sprawdzi będziemy mieli konkurencję dla MLB (baseball) i potencjalnie więcej drużyn na mapie USA.

LIGA MISTRZÓW

Jak wspominałem powyżej w Champions League nie ma już Roberta Lewandowskiego i jego Bayernu. W półfinałach mamy po dwa kluby z Anglii i Hiszpanii. Liverpool zmierzy się z Bayern - Villa-

nie, ja typuję Real Madryt - Liverpool w finale.

EKSTRAKLASA, CZYLI NOWE ROZDANIE

W obecnym sezonie PKO Ekstraklasy jedno jest pewne, Legia Warszawa nie zdobędzie kolejnego mistrzostwa. Jest to skutek fatalnej jesieni, po której najbogatszy i najbardziej znany polski klub w strefie spadkowej. Na szczęście dla Legii straty zostały częściowo odrobione i wciąż aktualny mistrz Polski znalazł się z środka tabeli bez szans na strefę pucharową. O „majstra” w tym sezonie będą walczyły - niespodziewanie Raków Częstochowa i spodziewanie Lech Poznań oraz Pogoń Szczecin. Trener Rakowa Częstochowa - Marek Papszun okazał się nie lada fachowcem, podczas

Zanim nastąpiła era Adama Małysza i Justyny Kowalczyk polskie sukcesy na zimowych igrzyskach olimpijskich wyglądały bardzo blado. Praktycznie nie mieliśmy szans na medale, na które nawet nikt nie liczył. Raz na jakiś czas pojawiały się skromne aspiracje a to Grzegorz Filipowski (łyżwiarstwo figurowe) to znów Piotr Fijas (skoki narciarskie) i oczywiście niezniszczalna Erwina Ryś-Ferens. Właśnie ta zawodniczka, reprezentująca Polskę w łyżwiarstwie szybkim odeszła 20 kwietnia po walce z ciężką chorobą. Pamiętam wydanie tygodnika „Sportowiec” zaraz po igrzyskach w Sarajewie. Był rok 1984, Bolek i Lolek (popularna kreskówka) mieli odciniek w którym na koniec maskotka z Sarajewa - Ucko zaprosił Bolka i Lolka na Olimpiadę. Zawody zakończyły się tradycyjnie - zero medali a wspomniany wyżej „Sportowiec” miał artykuł poświęcony Erwinie Ryś-Ferens zatytułowany „Być czwartą”. Takie były czasy ale pani Erwina zawsze walczyła do końca i choć w Sarajewie medalu nie zdobyła, udało jej trzy razy stanąć na najniższym stopniu podium Mistrzostw Świata.

Polska w moim sercu

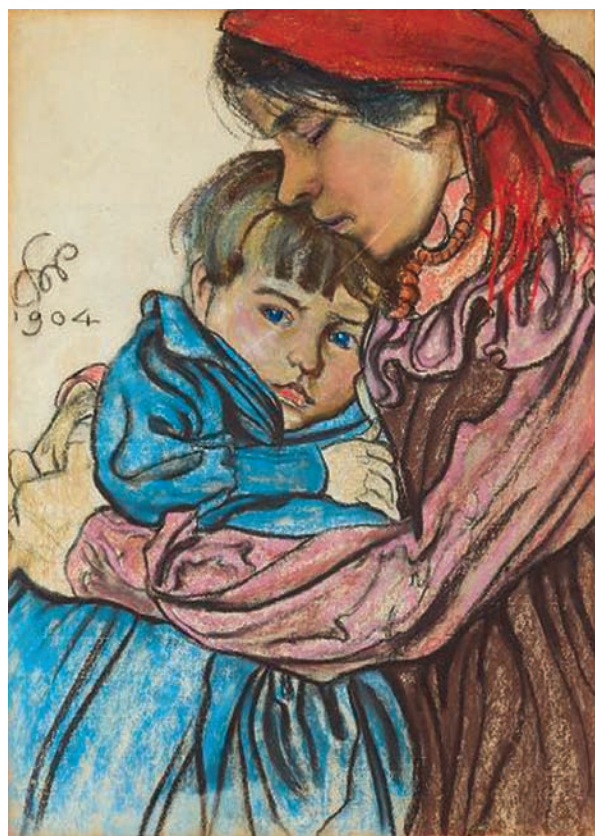


Dla wszystkich Mam

ANIA STOCH | Cañon City, CO

Maj - najpiękniejszy z miesięcy, kwitnący bzem, pachnący ciepłym deszczem, brzmiący pieśnią skowronka. Może dlatego właśnie w maju świętujemy „Dzień Matki”? Dla wszystkich Mam, począwszy od naszej wspólnej, Niebieskiej Matki, po każdą Matkę na Ziemi, która wstawiała do maleńkiego dziecka, tuliła płaczącego przedszkolaka, martwiła się o dorosłe dziecko. Dla wszystkich Mam, które doświadczyły cudu narodzin, ale i dla tych, które Mamami zostały później, dla dzieci już narodzonych. To dla nich wszystkich kwitną tulipany w ogródku, niezapominajki i kaczęce na brzegach strumyków, to dla nich dzwoni radośnie skowronek.

Kiedyś pracowałam jako niania w Chicago. Opiekowałam się dwójką polskich dzieciaków. Ich mama zmarła, kiedy chłopczyk miał trzy i pół roku, a dziewczynka półtora. Kiedy ich poznałam, chłopiec był w czwartej klasie, a dziewczynka w pierwszej. Chłopiec z początku był pełen dystansu. Potrzebował czasu. Starszy, więcej rozumiejący, pamiętający jedną czy dwie okropne nianie. Dziewczynka od pierwszego dnia szukająca bliskości, zawsze gotowa się przytulić, poczesać moje włosy, posiedzieć i po babsku pogadać. Byli psotliwymi, matymi istotkami. Skradli moje serce pierwszego dnia.



„Macierzyństwo” - Stanisław Wyspiański 1904 rok

Kiedyś dziewczynka poprosiła mnie, bym poszła z nią na imprezę z okazji „Dnia Mamy”. Nie opuszczała mnie na krok, cały czas trzymała mnie za rękę, obdarowała

mnie serią najśladziej uśmiechów na świecie. Tak bardzo chciałam wtedy, żeby miała prawdziwą mamę, która całowała jej słodką buzię przed snem, kupowała z nią sukienki, śpiewała i tańczyła. Krótco potem ich tata poznał swoją drugą żonę. Pokochała ich całym sercem, stworzyła cudowną rodzinę. Dziś są już dorośli, mają kochających rodziców, do których chętnie wracają.

Matka jest osobą pełną paradoksów. Bezgranicznie kochana, a przecież ciągle niedoceniana, delikatna, a pełna nadludzkiej siły. Moja własna Mama, najśladziej ze wszystkich. Niedościęgniony wzór pokory, miłości i cierpliwości. Serce i drzwi ma zawsze otwarte dla wszystkich, z Jej kuchni nikt nie wychodzi ani głodny, ani nieszczęśliwy. Każdego wysłucha, pocieszy, nigdy nie jest złościwa, nie podnosi głosu (chyba, że woła na obiad), potrafi wybaczyć największe krzywdy. Spracowane ręce delikatnie głaszczą główki wnuków, obolałe, zmęczone ramiona, przygotowują przysmaki dla maluchów i nie tylko.

Czasem, kiedy tulę moje własne dzieci, tęsknię do Jej ramion, aż do bólu.

Nie doceniamy pracy matki, do momentu, aż same nimi zostajemy. Od wstawania w nocy, po rozwiązywanie niezliczonych problemów i konfliktów. Od pobudki przed wszystkimi, do wygaszenia ostatnich świateł, od nigdy nie kończącego się prania, po wizyty u dentysty, w bibliotece, na urodzinach u kolegów. A przecież nie odczuwamy tego jako pracy. Natychmiast się budzimy, gdy dziecko zaptacze, tulimy je z czułością, upewniając się, że spokojnie zasnęło. Z niecierpliwością czekamy na moment powrotu ze szkoły, na telefon czy wizytę tych już dorosłych. Cieszymy się z ich sukcesów po stokroć bardziej niż z własnych, ich ból jest naszym bólem, ich radość - naszą. Próbuujemy je chronić przed okrucieństwem świata, a jednocześnie uczymy je, jak w tym świecie przetrwać. Czasem płacemy z nimi, czasem przez nich. Za nic na świecie jednak nie oddałibyśmy jednej sekundy z nimi. Są dla nas najcudowniejszym prezentem i największą miłością.

Dla wszystkich Mam, które to czytają, biologicznych i przybranych. Niech ten miesiąc będzie wypełniony słońcem, zdrowiem i miłością. Wąchajcie kwitnące bzy, słuchajcie śpiewu ptaków, znajdźcie czas na lampkę wina i rozmowę z przyjaciółką, kupcie sobie coś ładnego. Jesteście warte rozpieszczania, choćby przez siebie same. Wszystkiego najlepszego kobietki!

Polacy w Kolorado

Elegant Bakery dla Ukrainy



Bożena i Janusz Źródłowski - właściciele wykwintnej cukierni w Lakewood - Elegant Bakery w kwietniu zorganizowali akcję pod hasłem *Support Ukraine* - pomoc dla objętej wojną Ukrainy. Załoga Elegant Bakery upiekła ponad 300 torcików cytrynowych oraz ręcznie dekorowanych ciasteczek, z których całkowity dochód - 10,756 dolarów przekazali na ręce lokalnej organizacji *Ukrainians of Colorado*. To wydarzenie jest kolejnym przykładem otwartego serca i solidarności dla Ukrainy oraz lokalnej współpracy Polaków i Ukraińców w Kolorado. Brawa dla Państwa Źródłowskich!

Polecamy odwiedzenie Elegant Bakery:
3278 S Wadsworth Blvd #3, Lakewood, CO 80227, (303) 322-7708
<https://elegantbakery.com>



Zjęcia: Kinga Rogalska

Polska Szkoła w Denver



Z Kazikiem do Afryki...

MARTA URBAN

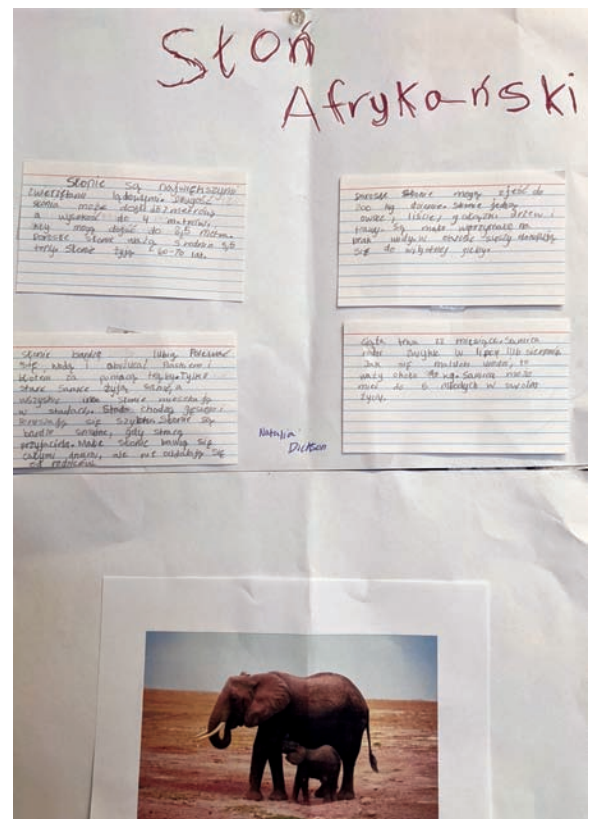
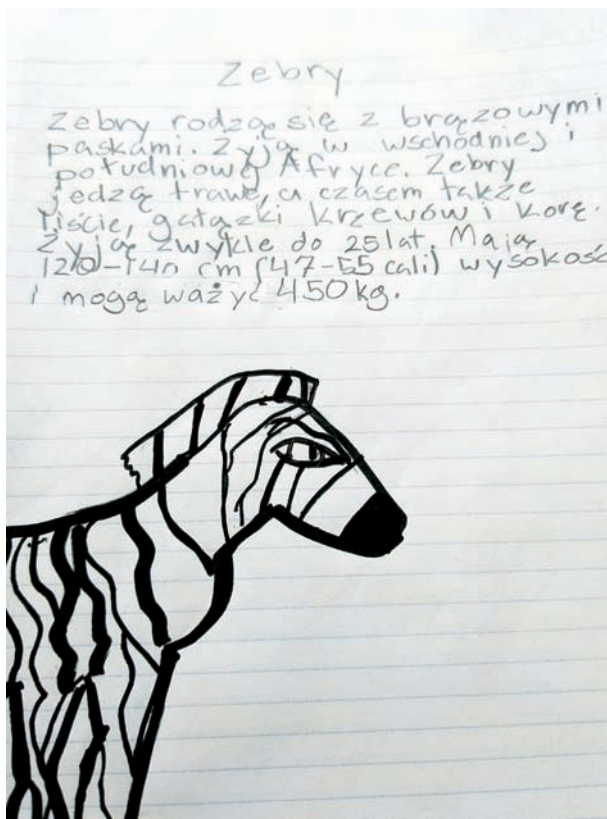
Interesująca książka, ciekawy tekst jest niewątpliwie dobrym narzędziem do tego, aby zachęcić dzieci do czytania. W czwartej klasie. Taką wciągającą pozycją, jest książka Łukasza Wierzbickiego pt. „Afryka Kazika”, przygodowa opowieść dla dzieci, napisana na podstawie autentycznych wydarzeń.

Czytając tę lekturę dzieci, nie tylko ćwiczą swoje umiejętności czytania w języku polskim, ale również poznają inny, odległy kontynent, jakim jest Afryka. Tytułowym bohaterem książki jest prawdziwa postać, Kazimierz Nowak, który w latach 30-tych XX wieku, przebył samotnie kontynent

afrykański poruszając się głównie rowerem i pieszo.

Dzieci poznają, opisaną w zabawny sposób historię podróży pana Kazika przez Afrykę. Uczą się rozpoznawać afrykańskie krajobrazy i zwierzęta. Dowiadują się wiele o ludziach zamieszkujących ten gorący kontynent, ich zwyczajach a nawet poznają ich kulinarne upodobania. Barwne spotkania z mieszkańcami Afryki, dziką przyrodą a także kolorowe ilustracje okraszające tekst, przyciągają uwagę młodych czytelników.

Dzieci z czwartej klasy, zainspirowane książką, wykonały piękne prace plastyczne.

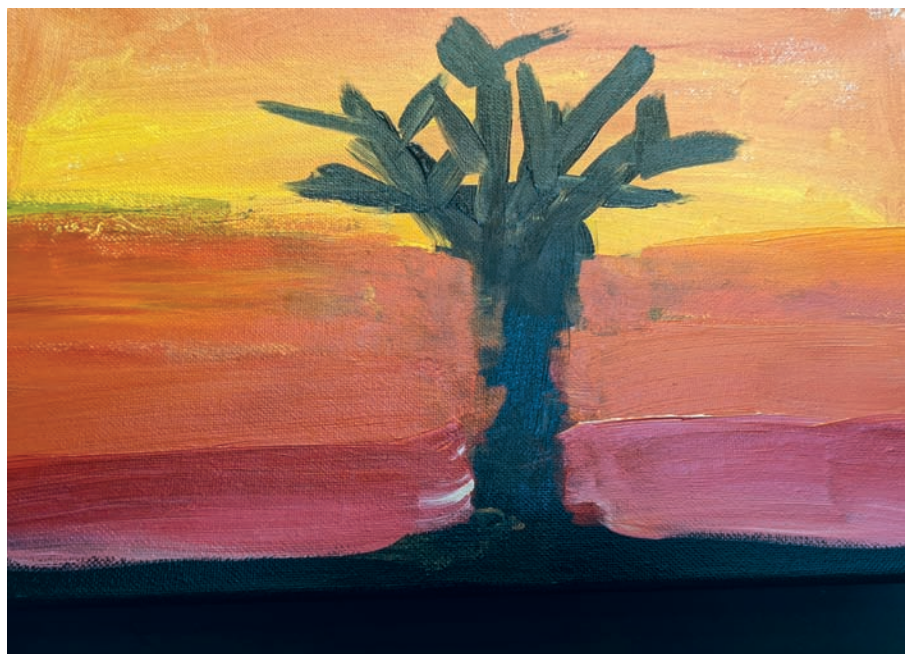


Polska Szkoła w Denver



Z Kazikiem do Afryki...

PRACE UCZNIÓW KLASY 4



Członkowie Polskiego Klubu w Denver

Burzliwe wydarzenia ostatnich dni

Hasło miesiąca: „Kangury”



MAŁGORZATA SCHWAB | SKARBNIK POLSKIEGO KLUBU W DENVER

Jak wielu z Państwa zapewne słyszało, niedawno padłam ofiarą rozmyślnego i starannie zaplanowanego ataku Katarzyny Żak-Szynakiewicz mającego na celu zniszczenie mojej reputacji nie tylko jako skarbnika PKD, ale także mojej personalnej suwerenności w świetle prawa. Brakuje słów, aby opisać to bezprecedensowe oszustwo i próbę napaści na moje wolności obywatelskie. Dziękuję bardzo za nieustające wsparcie i cudowną reprezentację polonijną w sądzie 21 kwietnia - jest to zwycięstwo naszej Polonii! Szczególnie gorące podziękowania za wyrazy solidarności również dla reprezentacji „Ukrainians of Colorado”! Do tego ciekawego tematu powrócę w niedalekiej przyszłości, jest on wszak bezpośrednio powiązany ze sprawami Polskiego Klubu w Denver.

Jak wiadomo, jestem świadkiem przysięgłym w pozwie członków przeciwko Katarzynie Żak-Szynakiewicz i nadchodzącym procesie. Moje obserwacje przedstawione w oświadczeniu Skarbnika z kwietnia 2021 r. złożonym w sądzie w sierpniu 2021 okazały się zadziwiająco zgodne z niechlubnym dla Żak-Szynakiewicz wynikiem niedawno publicznie udostępnionego raportu z audytu finansowego. Pokazuje on długi ciąg nieprawdowości, zagmatwanych sprawozdań finansowych i łamania statutu Klubu, co naraża jego aktywa na straty i sprzyja oszustwom. Jako głównego manipulatora wskazano Katarzynę Żak-Szynakiewicz, która zrefundowała sobie niezwykle wysoką sumę 95,000 dolarów. Śledztwo trwa.



Sąd Kangurzy to sąd nielegalny (kapturowy lub samozwańczy), który to ignoruje uznane standardy prawa lub sprawiedliwości, nie ma żadnej uznanej reprezentacji, władzy ani kompetencji i jest zwykle zwoływany *ad hoc*. Ignoruje on należyty proces, aby dojść do z góry ustalonego celu.

Fot: Medium.com

W ramach jej spisku przeciwko Skarbnikowi, Żak-Szynakiewicz zorganizowała także przysłowiowy „Sąd Kangurzy” (a może kangurzasty), aby pozbawić Skarbnika niewygodnej dla niej roli, oraz wyrzucić go z Klubu! Ten

wyimaginowany werdykt, podobnie jak obelżywie-prześmieszne jego ogłoszenie w mediach społecznościowych nie mają oczywiście żadnego znaczenia - kangury działały bowiem samowolnie i bez żadnego autorytetu. Przypominamy, że

21 listopada 2021 r. Żak-Szynakiewicz i Gembicka zostały dyscyplinarnie i jednomyślnie usunięte z Zarządu na zebraniu specjalnym zainicjowanym przez Komitet Rewizyjny. Osiemdziesięciu członków zgromadziło się na parkingu niedostępnego dla nich Klubu, aby proceduralnie oddać ten ważny głos. Obie Panie nie mają więc absolutnie NIC do powiedzenia.

Nic jednak innego jak nakaz sądowy nie zmusi Żak-Szynakiewicz do oddania Klubu jego właścicielom. Zapraszamy do oglądania długo oczekiwanego spektakularnego procesu „Członkowie PKD przeciw Gembicka i Żak”, który rozpocznie się 13 czerwca tego roku.

Poplecznictwo Żak-Szynakiewicz w zarządzie stopniało do reszty, co przypomina kangury uciekające z tonącego statku. Jak grzyby po deszczu pojawiły się Facebookowe ogłoszenia o wielu rezygnacjach (Skrzypczak/Sekretarz, Różyc/Marszałek, Kulik/Dyrektor Budynku, Korytkowska/Dyrektor Socjalny, Mięslowicz/Komisja Rewizyjna) i nagłych wyjazdach (Gembicka)

A w międzyczasie Klub nam po cichutku rośnie! Z wielką radością informuję Państwa, że lista członków zapisanych od początku tego roku przez naszego Dyrektora Członkostwa i Skarbnika Polskiego Klubu w Denver przekroczyła dumną liczbę 100!



Pozdrawiam serdecznie z pola walki. Uściski i wiwaty!

Fragmenty Audytu Finansowego PKD

(tłumaczenie z angielskiego)

PODSUMOWANIE WNIOSKÓW (Strona 1)

1. Polski Klub Denver („Klub”) posiada procedury, które znacznie zwiększają ryzyko oszustwa. Ilość otrzymywanej przez Klub gotówki oraz brak wewnętrznej kontroli w zakresie wpłat gotówkowych znacznie zwiększa ryzyko sprzeniewierzenia mienia Klubu. Nie istnieją żadne zasady zapobiegające nadużyciom, a nadzór Komitetu Audytu jest niewystarczający.

2. Liczba transakcji, które były pod kontrolą kilku członków, jest bardzo nietypowa. Zazwyczaj w te zatwierdzenia była zaangażowana większa część Zarządu. Ta izolacja kontroli poważnie zwiększa ryzyko oszustwa. Nadzór Komisji Rewizyjnej

był niewystarczający, aby rozwiązać problem kontroli.

3. Finanse Klubu prowadzone są przez niewielką grupę członków, zgodnie z załączonym harmonogramem Zarządu i Komisji Rewizyjnej. Dokumentacja finansowa Klubu jest prowadzona w taki sposób, aby raporty finansowe generowane z QuickBooks nie dostarczały czytelnikowi jasnego i dokładnego obrazu działalności Klubu.

4. Biorąc pod uwagę brak kontroli i nadzoru, liczba płatności na rzecz Zarządu i innych członków z tytułu zwrotów kosztów i usług budzi poważne obawy dotyczące potencjalnego niewłaściwego zarządzania finansami.

5. Potrzeba zmiany procedur jest ogromna i natychmiastowa. Klub nie

może kontynuować działalności przy obecnym poziomie strat w działalności oraz obecnym braku nadzoru lub kontroli.

KLUCZOWE WNIOSKI

1. **GOTÓWKA** - znaczna część dochodów Klubu wypłacana jest w gotówce

- W 2015 roku ponad 63% całkowitego dochodu zostało wypłacone gotówką.
- W 2018 r. ponad 70% przychodów z wynajmu sali zostało wypłacone gotówką.
- Większość sprzedaży w barze i za jedzenie są opłacane gotówką.
- Znaczną część opłat za wejście (przy drzwiach) uiszczą się gotówką.

W takich warunkach jest to istotny

problem ze względu na możliwość sprzeniewierzenia majątku.

2. NIWYSTARCZAJĄCE RAPORTY Z KONTROLI

- Nie jest prowadzony przez trzech członków Komisji Rewizyjnej. Nie koncentruje się na istotnych sprawach.
- Niezgodne z faktycznymi dokumentami finansowymi. Nie poparte żadnym poziomem analizy.
- Nie dostarczone żadnej dokumentacji wskazującej, że raporty z audytu zostały przedstawione lub zatwierdzone przez członków.
- Nie wystarczający, aby chronić aktywa Klubów.

Członkowie Polskiego Klubu w Denver

Sekcja dotycząca Komisji Rewizyjnej w Konstytucji przekazana [Pani Auditor] Kerr zawiera istotną zmianę w porównaniu z sekcją dotyczącą Komisji Rewizyjnej w Konstytucji, która została przedłożona Sekretarzowi Stanu Kolorado.

3. REMONTY

- Wszystkie kontrakty podpisane tylko przez K. Żak (z łącznej kwoty 41,170.00 USD, tylko jeden kontrakt opiewający na sumę 320.00 USD miał drugi podpis).
- Pani Żak była jedynym sygnatariuszem wszystkich czeków (dostarczonych kopii) na koszt remontów, które były związane z umową.
- W roku, w którym poniesiono większość kosztów remontów, nie przeprowadzono żadnego audytu.
- Nie przedstawiono propozycji wycen remontów innych wykonawców (kontraktorów).
- Ceny umowne zostały błędnie przedstawione (szczegółowe koszty materiałów zostały dołączone do umowy, ale nie zostały uwzględnione w kosztach na awersie umowy)
- Nie było umów na większość przeprowadzonych remontów.

4. PŁATNOŚCI DLA CZŁONKÓW

- To samo w sobie nie jest problemem, ale w warunkach braku kontroli i nadzoru, ta sprawa staje się istotną czerwoną flagą.
- Na większość tych płatności zgodę wyraziła Pani Żak i Iwona Salamon, Barbara Wołoch, Robert Bruzgo i w znacznie mniejszym stopniu Pani Rocwa.
- Płatności na rzecz pani Żak są niezwykle wysokie (ponad 95,000 USD) w porównaniu z płatnościami dla wszystkich pozostałych członków.
- Druga najwyższa kwota wypłaty przypadła Agnieszce Nałęcz-Gembickiej w wysokości 21,305.91 USD.
- Pani Żak zapłacono 1,831.22 USD za kodowane do kategorii wydatków „Go Fund Me” bez wskazania aprobaty przez pozostałych członków Zarządu.
- Pani Nałęcz-Gembicka otrzymała 7,120.00 USD na Wydatki na Żywność bez zgody innych Członkowie zarządu.
- Członek, który został usunięty z Rady Dyrektorów z powodu braku uczestnictwa, otrzymał następnie ponad 50,000.00 USD za koszty remontów i inny zwrotów.

5. NIEDOKŁADNE INFORMACJE FINANSOWE

- Raporty Komitetu Audytu odzwierciedlają nieścisłości oparte na faktycznych danych

finansowych.

- Protokoły ze spotkań zawierają nieścisłe informacje lub odzwierciedlają brak wiedzy Członka Zarządu, który je prezentuje.
- Zestawienia zysków i strat są nieprawdziwe z powodu niewłaściwego rejestrowania

WNIOSEK / KONKLUZJA (strona 16)

Przypadek ten można najlepiej opisać jako kwestię typu „treść nad formą”(ang: *substance over form*). Chociaż rejestry są utrzymywane wraz z dokumentacją, informacje zawarte w rejestrach budzą poważne obawy dotyczące działań kilku

Niepokojące są niedokładne informacje przekazywane członkom, w szczególności odpowiedzi dotycząca kosztów sprzątnięcia i pilnowania, a także dochodów z wynajmu i działań związanych z remontami.

Niepokojący jest również brak precyzyjnej pracy Komisji Rewizyjnej

Dach	\$22,213.52
Kuchnia (w tym piekarnik i zmywarka)	\$14,668.84
Nagłośnienie AUDIO	\$11,106.08
Wejście do budynku (Entryway)	\$10,528.23
Usługi elektryczne (wszystkie zapłacone Thor Electric)	\$9,539.00
Zastony	\$2,999.02
Front budynku (Front of Club)	\$2,745.17
Szafa	\$2,711.77
Okna	\$2,068.47
Wykładzina podłogowa	\$1,247.00
Podłoga	\$992.18
RAZEM BEZ UMÓW	\$80,819.28

REMONTY (Strona 10) - Powyższe projekty (i wypłacone kwoty) nie miały umów

działalności finansowej.

- Bilans jest nieprawdziwy ze względu na niewłaściwą ewidencję działalności finansowej.

6. RAPORTY Z AUDYTU I PROTOKÓŁY ZEBRANIA

- Pani Kerr zaczęła prosić o „Kopie wszystkich protokołów posiedzeń zarządu od 1.01.2015 do 9.09.2021” dnia 10.01.2021.
- Radca prawny Pozwanych udostępnił Protokoły z posiedzeń Zarządu do 12.05.2021 r. na pięć dni przed tym jak sprawozdaniem trafiło do Trybunału.
- Radca prawny dostarczył jedynie Protokół z 2015 roku.
- Pani Kerr zażądała kopii protokołów z zebrań, na których sporządzano sprawozdania z audytu przedstawione członkom.
- Nie dostarczono takich protokołów zebrań.

członków Zarządu, którzy kontrolują zarządzanie finansami Klubu.

Ilość otrzymywanej przez Klub gotówki, w połączeniu z brakiem wewnętrznej kontroli nad postępowaniem z gotówką oraz niepoprawnie przeprowadzanym audytem, sprawia, że Klub jest niezwykle podatny na sprzeniewierzenie majątku.

Zarządzanie finansami jest nadzorowane przez niewielką grupę członków bez jakiegokolwiek wystarczającego nadzoru lub zatwierdzenia komitetu audytu. Wzorzec i praktyka zezwalania członkom Zarządu na kupowanie dóbr w imieniu Klubu i otrzymywanie zwrotu kosztów stworzyły wiele problematycznych sytuacji dla Klubu, w szczególności w śledzeniu historii zakupów, a także weryfikacji faktycznej własności kosztownych przedmiotów.

wykonującej audyty. Jak zauważono powyżej, w przeważającej części Pani Wołoch była jedynym audytorem podczas audytów, które omawiały wszelkiego rodzaju analizy finansowe. Sprawozdania z audytu koncentrowały się na sprawach nieistotnych, nie poruszając przy tym ważnych spraw finansowych Klubu.

Bez zmiany zasad i procedur oraz bardziej solidnych audytów Klub jest podatny na ciągły brak kontroli i na znaczny potencjał sprzeniewierzenia aktywów.

Koniec tłumaczenia.

Oryginał Audytu w całości, w pliku PDF mogą Państwo pobrać ze strony: <https://www.zycie-kolorado.com/2021>

Wspomnienia

Moja pierwsza komunia

Wiosna zawitała już na dobre. Zazieleniły się łąki, zakwitły pierwsze kwiatki, a dla mnie największą radością było rzucenie w kąć zimowych butów z cholewami na drewnianej podeszwie i bieganie boso, bo rzymki - sandały na drewnianej podeszwie - trzeba było oszczędzać do kościoła i na inne wyjścia.

Późnym popołudniem pojawiała się na przydrożnej łące Alisia z piłką. Ona jedna miała dużą piłkę. Dołączyli Bogdan, Maniek, Lutek, Danusia, Renia i graliśmy w walkę narodów, zbijanego, trzeciaka. Graliśmy w klasy, dziesiątki, pikora, urządzaliśmy wyścigi fajerek, wyliczanki, zabawy w czarnego luda, piekło-niebo. I tak do wieczora.

Nacinaliśmy pnie brzoź, a słodkawy ich sok spijaliśmy bezpośrednio z drzewa albo zbierany do butelek był najwspanialszym wiosennym napojem. Oczywiście nikt nam nie mówił o jego zdrowotnych właściwościach. Zbieranie szczawiu na łąkach, na pierwszą zieloną zupę było naszym obowiązkiem i wielką radością. Rósł on obficie w pasiece mojego pradziadka wokół uli stojących wydłuż płotów. Pradziadek pozwalał czasami już po zachodzie słońca na jego zrywanie, ale nie wszyscy mieli odwagę wchodzić do pasieki.

Chodziłam do drugiej klasy. W parafialnym kościele czyniono przygotowania do pierwszej komunii. Chodziliśmy do kościoła przez kilka tygodni na naukę katechizmu. Podczas tych spotkań poznawaliśmy życie i naukę Jezusa. Ksiądz proboszcz cierpliwie tłumaczył prawdy wiary, przykazania, wyjaśniał co jest grzechem. Wszyscy zostaliśmy dopuszczeni do pierwszej komunii. Nie miałam żadnych kłopotów z odpowiedziami na pytania, ale pierwsza spowiedź była dla ośmioletniej grzesznicy wielkim wezwaniem. Czy nie zapomnę swoich grzechów? Czy będę słyszała pukanie? Jaka będzie pokuta? Na drżących nogach odeszłam od konfesjonału i długo jeszcze to pamiętałam.

To był maj 1945 roku. Zakończyła się wojna. Z Niemiec Rosjanie pędzili stada bydła, koni całą szerokością Polski. Pędzili je łąkami, polami z wykłoszonymi już zbożami, zasadzonymi kartoflami i burakami. Tratowali, niszczyli wszystko. O nic

nikogo nie pytali. Przez naszą okolicę stada te przeprowadzili łąkami w dolinie niewielkiej rzeki płynącej ze wschodu na zachód.

My, wiejscy pastuszkowie przyczajeni za węglami budynków podpatrywaliśmy jak uzbrojeni żołnierze obchodzą stada, jak żołdatki piorą szmatki w rzece, czyszczą pepesze, a wieczorem wszyscy zbierają się przy ogniskach. Jak szykują się w dalszą drogę po krótkim postoju.



Zbliżała się niedziela mojej pierwszej komunii. Rozkładałam i składałam ciągle te komunijne rekvizyty. A było tego niewiele. I w pewnym momencie moja mama powiedziała: „Poszłabyś do ciotki, ona zrobi ci loki lepiej niż ja”. Zebrałam swoje skarby do chustki i zasuplując je na węzeł pognałam do sąsiedniej, rodzinnej wsi mojej mamy.

Dojść tam można było w różny sposób; „pod łąkami”, „za drogą”, „koło sadzonki”. Szybko przebiegłam dwukilometrową drogę znanymi mi ścieżkami i stanęłam przed domem dziadków. A babcia Agata zaczęła lamentować: „Dziecko po coś tu przyszła. Dziś ruskie będą nas palić. Boże, takie nieszczęście przed nami”.

Kiedy Rosjanie przepędzali stada polami tej wsi z lasu wyszli uzbrojeni ludzie i odbili kilkanaście krów. Rozwścieczeni żołnierze nie zdołali osiągnąć partyzantów czy złodziei więc otoczyli wieś i postawili warunek - jeżeli do

wyznaczonej godziny było nie zostanie zwrócone - spalą wieś. Gospodarstwo dziadka było trzecim z kolei od jej początku. Stąd mieli rozpocząć palenie. Zbliżał się wieczór. Żadnych wieści nie było. Ludzie zaczęli wynosić z domów dobytek i składać pierzyny, meble w bardziej bezpieczne miejsca.

Na podwórzu dziadków była duża piwnica, mówili na nią loch, obudowana powszechnie tu występującym białym

jedzenie, mówili na nich „to plenni, „plenni wracają.” Iwan był dużym chłopem i starym - dla nas dzieci wszyscy byli już starzy. I chyba lubił dzieci. Zabierał nas w niedzielę nad rzekę. On pływał, a nam pozwalał na chlapanie się w jeszcze chłodnej wodzie. Baraszkował z nami, nosił na barana, śpiewał. Już po mojej komunii powędrował do swoich. Iwan Ukrainiec - Plenny. Mój wybawca.

Niedzielny poranek na pogorzeliisku. Jeszcze tliły się deski, bale drzewa. Zwęglone zwierzęta. Zapach krwi, smród palącej się sierści, kopyt. Wszędzie gryzący dym. Wszystko przesiąknięte dymem. Spalił się kilkumiesięczny Stefanek, którego nie zdążyli wynieść z płonącej chałupy.

Na podwórzu, przy stole, który jakimś cudem nie spłonął, ciotka obmyła mnie zimną wodą, uczesała, założyła wianek. Na stole stała cukierniczka z cukrem pokrytym sadzami. Starannie wydmuchałam sadzę i pośliniony palec zawisł w powietrzu - pomyślałam - grzech, przecież idę dziś do komunii.

Poszliśmy z ciotką Janką do kościoła. Spłakana mama czekała już na nas. Dzień pierwszej komunii zatarł się zupełnie w mojej pamięci. Nie pamiętam nawet czy było kakao i słodka bułka.

Było na pewno zdjęcie tak starannie przechowywane przez lata, że dziś nie mogę go odnaleźć.

PS

Do końca września 1945 roku Sowieci przepędzili przez terytorium Polski 506 tysięcy bydła, 209 tysięcy koni, 114 tysięcy owiec, które przejęli od Niemców w ramach reparacji wojennych. Spowodowane tym straty w rolnictwie polskim (stratowane zasiewy i łąki) były olbrzymie i nigdy nie zostały zrefundowane przez ZSRR.

„Plenny” - od rosyjskiego „plen” znaczy niewola.

Od Redakcji: Nazwisko autorki pozostaje do wiadomości redakcji.

W tym czasie z niewoli niemieckiej, z obozów wracali ludzie do swoich domów. Zatrzymywali się u gospodarzy dla odpoczynku i nabrania sił. Pomagali w gospodarstwie za dach na głowę i

Teren nieogrodzony



Na Dzień Mamy

ELIZA SARNACKA-MAHONEY | Fort Collins, CO

Piosenka dla mamy

Pójdziemy ty i ja,

Pójdziemy w świat daleko.

Ty będziesz brzegiem szła,

A ja popłynę rzeką.

Ty będziesz lasem drzew,

Ja pojedynczym kwiatem,

Ty chmurą, niebem, dniem,

Ja gwiazdą, nocą wiatrem.

Ty powiesz - tak, ja - nie,

Ty szepniesz, a ja krzyknę.

Echo poniesie głos,

Zamieni go w muzykę.

Zmęczona drogą - siądziesz,

Ja wolno pójde dalej

Dźwigając serca dwa

Nierozłączone wcale.

Torba mamy

Są na świecie różne mamy
Niskie, średnie i wysokie,
Mamy szczupłe lub okrągłe
Czarno- lub niebieskookie.

W tłumie innych pań te mamy
Czasem trudno poznać z dala,
Gdy migają w jednakowych
Płaszczach, butach oraz szalach.

Lecz nie moją własną mamę!
Mamę różni cecha taka,
Że gdy idzie to z nią idzie
Najwspanialsza torba świata.

Torba całkiem wyjątkowa!
Unikalna! (choć bez frędzli)
Taka torba, w której zawsze
Wszystko się bez trudu zmieści.

Soczek i kanapka z serem,
Szalik oraz rękawiczki,
Zapasowa para butów,
Plastelina i nożyczki.

Lalka w wózku, książki wszystkie,
Klocki oraz układanki,
Latem chowa się w niej rower,
A gdy przyjdzie zima - sanki.

Gdy jedziemy na wycieczkę
Mama niesie w niej łóżeczko,
Bo nie lubię spać na trawie
Nawet jeśli jest nad rzeczką.

Nadto po kieszonkach licznych,
Na pamiątkę tam ukryte
Spoczywają moje skarby
Znalezione lub zdobyte.

Są tam kapsle i muszelki,
I wór piasku z wydm nad morzem,
I sześć kót od parowozu,
I staw z karpem, i wieżowiec.

Mamę da się poznać wszędzie,
Mamę różni cecha taka,
Że gdy idzie to z nią idzie
Najpękatsza torba świata!



Herbata czy kawa?



Zofia Tadla

z cyklu: Poezji nikt nie zji

WALDEK TADLA

Na próżno jest dzisiaj szukać poezji tej Damy, bo była Ona zaledwie jedną z nas. Bogobojną, skromną ale nade wszystko dobrą i szlachetną duszą. Być może właśnie dlatego nie zapisała się trwale na kartach literackiej historii. Nie umiała rozpychać się łokciami jak robili to inni. Była autentyczna i prawdziwa, stawy nie żądna. Jej doczesnym celem było - żyć godnie i zgodnie. Tyle i tylko tyle - dla wielu wręcz nieosiągalne. Od serca czule pisała, a swych wierszy rymować nie chciała - Zofia Tadla, prywatnie - moja Ciocia. Przez życie przeszła jak wiatr, który rześko smagał spocone czoła żniwiarzy, lub jak łyk studziennej wody, który kołił ich pragnienie. Kto zapamiętał wiatr i wodę? Chyba tylko natrętnie głośnie milczenie. Lecz teraz już cichutko... bo była Ona zaledwie jedną z nas.

To ona

*Kobiety słońcem malowane przy żniwach
Dźwigające swój trud do kościoła
Na ofiarny stół - były więcej niż piękne
W oczach mężów podziw
Nie wyrażony nigdy słowem*

*To ona wstawiała o świcie
By budować gmach jego życia
Kariatyda podpierająca wszystko
Co chciało runąć*

Słowo

*Niepotrzebny nikomu poeta
Napisal nikomu niepotrzebny wiersz
Wszyscy potrzebni ludzie śpią
A on szuka słowa na puentę
Już trzeci kur pieje a słowo
Gdzieś w kącie się śmieje
I cieszy się skrycie że poeta jest gotów
Szukać je choćby całe - niepotrzebne życie*

*

Była na wskroś inna. Kiedy myślę o niej zamykam oczy; widzę piękno i spokój. Sam się do siebie uśmiecham, bo wiem, że zbliżają się ku mnie delikatnie brzmiące nuty. Innym razem, w przestworzach mojego umysłu rozpościerają się wizje sielskich ogrodów. Miodem i mlekiem płynąca - wieś Gać. Kwitnąca do nieba malwy, polne chabry i kąkole. Krwiście czerwone maki, w odwiecznym kontraście soczystej zieleni traw. Żłociste łany zboża ścieliły się tuż za ogrodem. Dopiero gdzieś tam, hen w oddali zlewały się z błękitem nieba. Falowały przy tym spokojnie, w powiewach wiatru, w promieniach słońca i w cieniach pierzastych chmur. Pośrodku tego wszystkiego była Ona; dystygowana i miła zarazem. Uprzejmie podaje mi trójkącik ciepłej szarlotki z prodiża, bieluśkim cukrem pudrem posypaną. Porcelanowy talerzyk, srebrna tyżeczka, jem ze smakiem. Do popicia zimny kompot z kwaśnego agrestu i czerwonych porzeczek. Delikatnie uśmiechnięta, troskliwa, dba o mój komfort i dobrostan. Nasze zmysły mamy słodka woń fioletowej maciejki. Pływamy w niej aż do zmroku. Zapada noc. Leniwy kot miękko przeskoczył ze studni na ganek, przeciągnął się niczym struna i odszedł w siną dal. Kurtyna dnia powoli opada w dół. Atramentowe niebo zalewa widnokrąg i wypetnia mrokiem zmęczony dzień. Jawa zamienia się w sen. Mam 9 lat i boję się nocy, a Ona do snu czule mi gra Chopina.

Dom mojego dzieciństwa

*Pod sercem moim Dom wyrasta
Otoczony drzewami, kwitną czereśnie
Namiot nocy utkany gwiazdami
Kwitną jabłonie i bez pod oknem
Dym ulatuje z komina*

*To już jesień, już zima
Puszasty śnieg dom otula
Mróz firanki haftuje
Na ciepłym piecu kot wróży nam
Wędrowanie w mroźną noc.*



*

Była na wskroś inna. Kiedy myślę o niej zamykam oczy; widzę piękno i spokój. Sam się do siebie uśmiecham, bo wiem, że zbliżają się ku mnie delikatnie brzmiące nuty. Tym razem miejski gwar, który burzy święty spokój duszy. To nie my. Pośpiech ulicznego tłumu w pogoni za życiem bogatym. Wszehobecna materia zawłaszcza ludzką świadomość. Więcej i więcej, w bezustannym wyścigu po więcej. Progres. Wszak wczoraj była tu wojna, a dzisiaj; chodniki, mosty i wysokie do nieba wieżowce. Ciasne mieszkania i ciepła woda w kranach. Tymczasem my rodzimy się, edukujemy, pracujemy i umieramy. Po drodze wita nas świetlisty neon - Dobry wieczór we Wrocławiu. Centralny dworzec otwiera gwar tętniącego życiem miasta. Szkoły, fabryki, teatry, koleje. To nie my się śpieszymy, to zatłoczony pociąg, który wiezie nas turkoczając. Potem to samo robi nam tramwaj. Jedziemy donikąd. Jednak wtedy, wydaje się to być dla nas niezmiernie ważne. Dzisiaj już tego nie pamiętamy. Ze wsi do miasta, czy jakoś tak? Progres. Silni i młodzi. W wyścigu trwamy, namiętnie kochamy, wzrastamy. Dyplom. Muzyczna edukacja, której uwieńczeniem był spektakl operowy. Wielka gala. Stanisław Moniuszko i jego arcydzieło - Flis. Sala koncertowa Radia Wrocław przy ulicy Karkonoskiej. Tłumy rządne kultury. Siedzenia wypetnione po same brzegi, już na godzinę przed rozpoczęciem opery. Na jednym z nich siedzę ja, mam 6 lat i bukiet róż. Orkiestra symfoniczna stroi smyczki. Pośrodku tego wszystkiego była Ona; z batutą w rękę - dyrygentka, dystygowana i miła zarazem. Śliczna i powabna. Delikatnie uśmiechnięta, w dźwiękach zatopiona, na swojej orkiestrze uważnie skupiona. W tej życia dźwięcznej chwili, młoda dusza odnajdzie swą pasję. W tym dniu, wraz z nią odlecieliśmy w świetlisty kosmos - moniuszkowskich nut. Oderwaliśmy się od miejskiej szarości i próżnego dzieciństwa. Odlecieliśmy w duchowe spełnienie. Zaraz potem były niekończące się oklaski, aksamitna kurtyna, prowadzące na scenę ogromne schody i czerwone róże. Pamiętam pokutem się kolcami, ale to Ciocia płakała.

Pochwała instrumentów

*Wieczór nadchodzi już wiem że życie moje
Przemknęło szybko jak błyskawica
Śpieszę złożyć Ci Panie dzięki
Za altówki wiolonczele i flety
Za anielski głos skrzypiec
Być może odróżniabym kukanie kukutki
Od ryku wotu nie znając dźwięku harfy*

*Być może uszy przepetnione
Wszehobecnym ztorzczeniem
Miałabym głuche na puls klawesynu
Wola Twoja nie na próżno kierowała
Ręką człowieka budującego przez tysiące lat
Przedmioty w których nie ma ziarna zła - niepokalane
Mogłam w chwilach skupienia zanurzyć się
W czystych dźwiękach jak w źródle*

Zofia Tadla urodziła się 9 czerwca 1937 roku w Gaci, wsi położonej w powiecie przeworskim. Spędziła tam wczesne lata swojego życia, po czym wyjechała do Wrocławia, gdzie ukończyła studia muzykologiczne w Państwowej Wyższej Szkole Muzycznej. Jej pracą dyplomową był udział w operze Stanisława Moniuszki - Flis. W przedstawieniu tym dyrygowała wrocławską orkiestrą symfoniczną. Była także wirtuozem pianina, instrument ten wszędzie za nią podążał. Nawet pod strzechy, a może przede wszystkim... pod strzechy. Wielkomięjski zgiełk nigdy nie wypetnił jej duchowych potrzeb. Kochała Boga, naturę i ludzi. Była kustoszem sztuki, której deficyt był zauważalny w małych miastach i wsiach. Aby to zmienić, z tytułem magisterskim postanowiła powrócić w rodzinne strony. Oddała się temu co kochała najbardziej. Z wielką pasją pracowała jako pedagog w szkołach na Podkarpaciu. Uczyła muzyki, gry na instrumentach, prowadziła teatry amatorskie, a jak trzeba było to nawet... orkiestrą dyrygowała. Była osobą skromną, ciężko pracującą ale przede wszystkim niezwykle wrażliwą. W tajemnicy przed światem, całe swoje życie „pisała wiersze do szuflady”. Były one formą komunikacji autorki z jej bliższym i dalszym otoczeniem. Prosta i ludowy kunszt tego przekazu urzeka. Wiersze budowane są w stylistyce potocznej mowy. Nie ma w nich dbałości o rym. Dzięki temu zabiegowi forma przekazu jest bezpośrednia i szczerą. Pomaga nam zrozumieć zachwyty poetki nad otaczającym ją światem. Zofia Tadla w swoich wierszach opisuje porządek boskiego stworzenia. Bóg jest konstruktorem i zarządcą wszystkiego co żyje. Jest mu za to niezmiernie wdzięczna. Jej poezja, muzyczna egzystencja oraz troska o świat jest wyrazem wdzięczności za otrzymane łaski. Jak również swoistym preludium spełnienia w drodze do wieczności.

Po długiej i ciężkiej chorobie Zofia Tadla wypetnia swoją ziemską misję. 3 września 2001 roku w jednym z rzeszowskich szpitali odeszła do Domu Pana. W roku 2021, czyli równo 20 lat od śmierci poetki, na strychu rodzinnego domu w Gaci, na dzień szuflady, w tekturowej teczce pani Katarzyna Michno odnajduje zbiór 40 wierszy Zofii Tadli pisanych na przestrzeni 30 lat. Cały ten skarb zostaje opublikowany i wydany w formie książkowego albumu w roku 2021. Każdy z wierszy został profesjonalnie zilustrowany przez pasjonatów Rzeszowskiego Stowarzyszenia Fotograficznego. Plenery zdjęciowe odbyły się w rodzinnym domu poetki, w Gaci. Album został zatytułowany bardzo znamienne: „Zofia Tadla - Z innej gliny”.

Z innej gliny

*Jak to jest Panie Boże
Ktoś kto skrzywdził mnie bez powodu
Chwyta za Twój płaszcz
Odpycha mnie łokcie ma twarde*

*Czyżbyś rozdawał posady
Otoczył się murem okrzyków
Rodem z Forum Romanum
Jakże zawołam -
Od wrogów moich zachowaj mnie
Jak powiem że w życiu moim
liczyła się tylko uczciwość
Jak to jest Panie Boże
Jedni są odporni na świat
Wszystko im się mnoży
A mnie ulepites z jakiejś innej gliny
Duszę tchnąłeś wrażliwą
Trwożną a nieustępliwą
I wypuścites ze swoich Boskich Rąk*

*Wzniostam się
I spadłam
Czy mogłam inaczej żyć?
Nie mogłam
I nie chciałam*

Z.T. 1995r

Polskie sylwetki w Kolorado

Annie Jarosz z okazji 100 urodzin:



Kochanej Mamie, Babci i Prababci Annie z okazji zbliżających się 100 urodzin chcemy z serca płynące najserdeczniejsze życzenia: 100 lat życzyć to za mało, - 150 by się chciało! Zdrowia, szczęścia, pomyślności, w każdym dniu samych radości! Gości wielu, kosza kwiatów, moc toastów i wiwatów!

Gratulujemy osiągnięcia tak pięknego wieku. Dziękujemy za wszelkie trudy i owoce minionych stu lat życia. Życzymy wielu Bożych Błogosławieństw i opieki Matki Bożej na dalsze lata życia.

Rodzina:
Marzena i Rafał Jarosz
z Kubą i Amelią
oraz
córka Maria z mężem Zbyszkiem



Polska Szkoła w Denver



Konkurs “Miś Wojtek”

ANIA CAMPLIN

W marcu w Polskiej Szkole w Denver odbył się konkurs „Miś Wojtek” przeznaczony dla klas I-IV. Gra ‘Miś Wojtek’ wydana przez Instytut Pamięci Narodowej jak i główne nagrody zostały ufundowane przez nowatorską

Polską Szkołę SEN z Irlandii. Ta planszowa porusza tematy wędrowki Armii Andersa jak i wzruszającej więzi jaka nawiązała się pomiędzy polskimi żołnierzami i sympatycznym pupilem Wojtkiem.

Konkurs poprowadziła nauczycielka klasy

I pani Ola Boczkowska i nauczycielka klasy VII pani Ania Camplin. Zwycięzczynią konkursu została uczennica klasy I - Vivienne Golkowski.

Ponieważ dzieciom bardzo podobał się konkurs, Szkoła Polska chciaaby uczynić te rozgrywki coroczną tradycją.



Z Polski

My z Wami!



część I

tekst i zdjęcia: ANNA KAJKOWSKA | WARSZAWA

30 marca ląduję na Lotnisku imienia Fryderyka Chopina, kiedyś Okęcie. Odbieram bagaż. Sprawna obsługa, lekki szmer odgłosów lotniska. Siostra ze szwagrem podjadą dopiero za pół godziny. Spokojnie siadam na ławce na hali przylotów przy kawiarni Costa. W oczu rzuca się ogromny ekran: błękitne niebo i żółte kłosa zbóż: napis: *My z Wami!* W pobliżu mnie zdjęcie tego ekranu robi kobieta trochę młodszą ode mnie, widać, że też w podróży. Podochozę do niej. Okrągła miła buzia. Włosy koloru żyta.

- Ja z Ukrainy. Ja przyleciała z Londynu.

muszę hamować się. Łzy lecą same. Moi jeszcze nie podjechali na lotnisko. Jak to dobrze. Mogę spokojnie otrzeć łzy. Już w samochodzie szwagra. Mijamy część Mokotowa, centralną dzielnicę Warszawy. Widzę namioty na placach, pierwsze punkty kontaktu dla wolontariuszy i uchodźców.

Mija prawie miesiąc od mojego przylotu do Polski. Jestem szczęśliwa - tak chcę określić to, co czuję. Uczucia podbudowane w pełni rzeczywistością codziennego życia, tu, gdzie pragnęłam dotrzeć, być i działać - teraz kiedy tworzymy historię. To kolejny rozdział książki, która kiedyś pojawi się na półkach księgarń. Zdaję sobie sprawę,

- Teraz lecisz do Polski?! - Mnie wojna zastała, nie miałam wyboru. Ale po co ty i to teraz?! Nie boisz się?!
- A czego mam się bać?

Żegnam Krystynę, a ona już mnie nie pyta po co przyleciałam do Polski. Jest szczęśliwa, że ktoś pożegnał ją przed odlotem do Nowego Jorku. Kilka miesięcy temu zmarła jej kuzynka, która zawsze odprowadzała Krystynę na lotnisko. Wracam na przystanek autobusowy przy lotnisku, stamtąd planuję dotrzeć do siostry i szwagra na Stegny. Powoli do przystanku zbliża się kobieta po trzydziestce. Z nią dwoje dzieci, chłopiec może 12-letni, dziewczynka 9 lat? Rozglądają się niepewnie,

Są w odpowiednich rękach. Kieruję się do innej kolejki, oficjalnie rejestruję się jako ochotniczka.

- Znasz ukraiński?
- Nie, ale znam rosyjski i angielski no i polski też...
- Dobrze, wpisz się i podaj, na którą zmianę możesz przyjść. Brakuje nam ludzi od 6 rano...możesz?
- Tak, mogę.

Nie wiercie tym, którzy twierdzą, że w Polsce nie ma dobrej organizacji. Jest dobrze zorganizowana struktura pomocy, która zdaje egzamin. W tym najważniejsi są ludzie bezinteresownie dający swój czas, swoje serce. Jest współpraca między prywatnymi osobami i firmami. To jest naprawdę dobrze koordynowana pomoc i przepływ informacji. Prywatne osoby, ochotnicy, firmy i różne organizacje polskie oraz zagraniczne operujące w Polsce dostarczają żywność, produkty pierwszej potrzeby, schronienie. Sieć komputerowa, laptopy, komórki - w celu zorganizowania ludzi i pomocy



A teraz do Kijowa.

- Do Kijowa?!
- Tam Mama moja... Ona staruszka, sama.
- I ty tam lecisz? Tam wojna...!
- Tam Mama moja.

Przytulam ją mocno... przez długą chwilę. W podświadomości słyszę słowa dezaprobaty ze strony mojej rodziny: „Ania, u nas tak się nie robi! Nie możesz być taka wylewna, co ludzie powiedzą!” Nie ważne co powiedzą...! Ja tak to odbieram, i tak będę się zachowywać, to jestem ja. Mam w nosie konwenanse. Czy to tylko mój odruch? Nie, potrzeba serca, chwili, która nigdy może się nie powtórzyć. I tak przez moment witamy się. Ja już u siebie, w Polsce, ona jeszcze nie u siebie...

- Kochana... Jesteśmy z Wami...
- Tak, ja znam... Mnie teraz dalej trzeba.
- Tak, rozumiem... Jak masz na imię?
- Irena, a ty?
- Ania.
- O, to dobre imię!
- A Twoje też piękne, Irena...
Uśmiecha się, odwraca i szybko oddala...
- Z Bogiem!
Obejrzała się na mnie, macha ręką. Za chwilę znika mi z oczu. Już teraz nie

że to ambitne plany, ale coraz bardziej wierzę, że to się kiedyś wydarzy. Bliskie mi osoby, a do tych z pewnością zaliczam moją rodzinę duchową jaką stali się dla mnie redaktorzy „Życia Kolorado”, oraz czytelnicy jeszcze w czasów mojej pracy w Boulder w latach 2013 - 2014. Motywują mnie i dają inspirację do podjęcia się tego zadania. Chcę tutaj przytoczyć popularne dzisiaj w Polsce określenia: „damy radę - wyzwanie przyjęte!” A więc, przyjmuję!

Cofam się w czasie. Oto moje refleksje z pobytu w Polsce, który zaplanowałam aby aktywnie włączyć się do pomocy uchodźcom z Ukrainy. Jeszcze przed wylotem z Waszyngtonu zapisałam się na dyżury pomocy na Dworcu Centralnym w Warszawie.

Wtorek 6 kwietnia

Lotnisko Chopina, pożegnałam koleżankę powracającą do Stanów po dwóch miesiącach pobytu w jej rodzinnym mieście Lublinie. Doglądała remontu mieszkania po zmarłym rodzicach. Rok temu pochowała też zmarłą na raka młodszą siostrę. Początek wojny na Ukrainie zastał ją w Polsce. Wcześniej, na wieść ode mnie, że też lecę do Polski, ostro zareagowała:

łatwo zauważalne zawahanie, zbliża się do mnie: „Mnie trzeba do Italy, tylko sewodnia nam nużna do Dworzec Centralnyj i tam ochotniki...”

O, dobrze! Ja też do Dworca Centralnego, pokażę wam! Patrzę na buzie dzieci, dziewczynka kurczowo ściska matkę za rękę. Chłopczek stoi przed siostrą, patrzy mi prosto w oczy, odważnie, badawczo. Za chwilę wchodzimy do autobusu. Przejęta, że to już od tej chwili jestem w akcji czuję, że mocno bije mi serce. Kupuję cztery bilety, 2 normalne, 2 studenckie. W podzięce uśmiech kobiety, dzieci tylko pilnie obserwują mnie, ale spokojniejsze siadają przy matce. W autobusie, na afiszach za oknem wszędzie napisy: „My z Wami!” Za chwilę widzę też napis, że linie autobusowe udzielają bezpłatnych przejazdów uchodźcom z Ukrainy.

Dworzec Centralny - Warszawa

Dojeżdżamy do Dworca Centralnego. Ktoś mówi mi, że w Hali Głównej są ochotnicy i główny zarząd informacji dla uchodźców. Kieruję moich podopiecznych do kolejki kobiet z dziećmi. Za chwilę rozmawiają przez tłumacza, opowiadają swoją historię...

potrzebującym. Ochotnicy to nie przypadkowi ludzie rzucający się bezmyślnie na pierwszą linię frontu. Pamiętajmy o tym.

Środa 7 kwietnia

Stawiam się o 7 rano. Spóźniona o godzinę, ale jestem już zarejestrowana. Ubiaram odblaskową żółto-neonową kamizelkę. Uchodźcy wiedzą, że bezpiecznie mogą nas prosić o pomoc. Na dworcu setki i więcej ludzi przewijają się bez przerwy.

- Gdzie możesz pracować?
- Tam, gdzie mnie najbardziej potrzebujecie, mogę w kuchni, mogę przy dzieciach, sprzątać...
- No to dziś pracujesz na garmazerii, przy wydawaniu gorących napojów: kawy, herbaty, gorącego kakao. Przy dzieciach dziś mamy wystarczającą pomoc, w kuchni zawsze potrzebują.

Zostaję skierowana w stronę dwóch ogromnych namiotów na zewnątrz hali Dworca Centralnego. Jeden namiot służy jako centrum dystrybucji ciepłych, zdrowych posiłków, świeżych kanapek z wędliną, z sałatą, z żółtym serem. Ogromna hala, długie stoły z ławami do siedzenia. Napoje po przeciwnej stronie, trenuje mnie tam wesolek z

Z Polski

Kutna. Andrzej jest na nogach od 14 godzin.

- Nie pamiętam, ile kubków kawy wypilem w przeciągu ostatnich kilku godzin i kiedy tak naprawdę spałem...

- To co tu jeszcze robisz?! Zabieraj się i wynocha!

- Nie, muszę pokazać ci, gdzie co jest...

- Dobra, herbatę potrafię zrobić, kawę też...

Po kilku godzinach wchodzi do namiotu wolontariusze, oni też potrzebują coś gorącego. Pogoda nieprzyjazna: mokry śnieg, grad i zimny deszcz. Niemiłosierny wiatr szarpie drzwiami, nie domykają się. Podstawiam ciężkie pojemniki z wodą, żeby zabezpieczyć jedną stronę. Przenikliwie zimno. Ziębnięta Magda prosi o dużą kawę. Dobrze zbudowana, piękna dziewczyna w polowym mundurze wojskowym.

- Jest nas tu więcej, zaraz zawołam, ktoś naprawi te drzwi.

Czwartek 8 kwietnia

Dzisiaj jestem na „chemii”. Trenuje mnie Konrad, dwudziestokilkuletni koordynator (w pomarańczowej koszulce) z przemęczonymi oczami. W drugim ogromnym namiocie odbywa się dystrybucja owoców i środków higienicznych. Kolejki - matki z dziećmi, matki z prawie dorosłymi dziewczynami. Niektóre podchodzą do kolejki kilkakrotnie...

- Nie, to nieuczciwe. Przesuwajcie się w kolejce, następni czekają... nie dostali jeszcze nic, wy już dostaliście. - Ale mnie trzeba mokre chusteczki...ja chcę się umyć...-

- Umyć? Idź na górne piętro, nad Halą Główną dworca, tam znajdziesz bezpłatne łazienki, prysznice.

- Nie, nie, daj mi mokre chusteczki...O, o, tam leżą, za tobą!

- Nie, mam tylko jedną paczkę, mogę ci dać tylko kilka w oddzielnej plastikowej torebce...

Bierze...niechętnie odchodzi. Za chwilę ponownie wraca do kolejki i znów prosi o to samo, chcę całą paczkę. Powtarzam się, znów odsyłam do łazienek. Podchodzi mężczyzna w starszym wieku. Podtrzymuje słabszą od siebie żonę, bierze gotowy pakiet dla niej, dla siebie zyletkę do golenia.

Podczas krótkiej przerwy, pora na tyk wody, inni jedzą jakieś na chybicka przygotowane posiłki. Ja zrobiłam sobie kanapkę w domu siostry.

Thomas do mnie:

- Nie mogę uwierzyć, że to robię!

- Tak, ja też nie mogę...

To urywek mojej rozmowy z drugim szaleńcem z Waszyngton, D.C. Jest małomówny, zna kilka słów po polsku, żadnych polskich korzeni, porozumiewa się na migi z większością osób albo tylko wyrazem twarzy. Kiedyś profesjonalnie zajmował się opracowywaniem map. Odszedł na emeryturę wcześniej. Na wieść o wojnie kupił bilet lotniczy do Warszawy - Bo musiałem to zrobić! Przyleciał z Waszyngtonu 2 tygodnie temu.

- Ah, so you are my neighbor, I can't believe it!

Naszą krótką refleksję przerywa David z Las Vegas, emerytowany pilot kipiący niekończącymi się zasobami energii. Jego funkcja tutaj w punkcie „Pomoc Ukrainie” polega na przyjmowaniu, zarządzaniu i dystrybucji produktów pierwszej potrzeby dla uchodźców. Ma wielu pomocników.

Obok mnie rozpoczęła właśnie południowy dyżur Tracy, 36-letnia Chinka zamieszkała w Warszawie od 3 lat.

- I ty tutaj pomagasz?! A twój rząd?

- Nieważne. Ja wiem co słuszne...

Za chwilę stawia się Darko, Kurd z Turcji, władający świetnym polskim plus bardzo dobrym angielskim. Młody chłopak wdzięczny Polsce, bo dała mu schronienie kilka lat temu. Magda, studentka z Warszawy przejmując po mnie dyżur przy wydawaniu pojedynczych owoców oraz pakietów dla matek z dziećmi. Jeden pakiet dla każdego dziecka. Nie wydajemy dodatkowych, jeśli słyszymy: „dziecko tam, drugie, czeka...”, machnięcie ręką w nieznanym kierunku.

- Przeprowadź to drugie dziecko, damy

mocnego dźwięku „r”, śpiewnego tonu akcentu z Białostoczczyzny albo mowy góralskiej (dzięki kontaktom z ludźmi w mojej grupie teatralnej z koto Waszyngtonu) i - jestem gotowa! Gdy chcę być poprawna, proszę o powtórzenie wyrażenia.

Wielkanoc już wkrótce. W myślach przesyłam życzenia moim najbliższym - tym co w Polsce i tym, którzy daleko, za Atlantykiem. Alleluja! Niech Zmartwychwstały Chrystus niesie



Wolontariusze z USA: David z Las Vegas, Anna Kajkowska i Thomas z Washington DC, Dworzec Centralny w Warszawie - kwiecień 2022

wam więcej jak wrócisz z tym drugim, bo to już dostało...

Dobrze, że dziś włożyłam wygodne buty. Najlepsze na niskim obcasie i grubej podeszwie. Powinny być skórzane, żeby stopa oddychała. Wracam na stanowisko przy wydawaniu środków higienicznych dla kobiet, na widok kremu Nivea błyśk w oczach!

- Oj, dajcie kremy do rąk i pastę do zębów! Pieluchy dla niemowląt i dla dzieci w różnym wieku. Podchodzi młoda ciężarna kobieta, za rękę trzyma 3 letnią dziewczynkę. Podaję jej przygotowany pakiet, podaję też podarowane przez kogoś specjalne nosidełko dla małego, które ma się urodzić za miesiąc.

Ja jestem kroplą w morzu, ale to dobra i istotna kropla. Doskonale zdaję sobie z tego sprawę. Pomaga mi znajomość trzech języków angielski, polski, rosyjski, trochę hiszpańskiego i francuskiego, chęć do pracy tam, gdzie w danej chwili potrzeba, czyli wszędzie. Swobodnie porozumiewam się już i ukraińskim, bo łatwy w wymowie, podobny do polskiego. Dodaję trochę

nadzieję i miłość i oby ci, co o Nim zapomnieli, uwierzyli na nowo. Bo On naprawdę zmartwychwstał! Najpierw za nas umarł, a potem zmartwychwstał, żeby dać świadectwo Jego miłości do nas. Dojeżdżam do Płocka. Na dziś wystarczy.

Środa 20 kwietnia

Niedzielę Wielkanocną spędziłam w Białobrzegach u brata Kazimierza i jego żony. Przyjechał również mój bratanek Szymon z żoną i trzyletnim synkiem. Atmosfera zabarwiona obawą przed tym co dzieje się na wschodnich granicach Polski. Moja bratowa prosi o wyłączenie telewizji. „Ania, ja już nie mogę tego oglądać, mam w nocy koszmary, nie mogę spać”. Brat wyłącza, ale tylko na chwilę. Zmienia kanał na rozgrywkę tenisa. Walczy nasz słynny tenisista Hubert H. Za chwilę Kazik zmienia kanał znów na wiadomości. Ewa oddała się do kuchni.

Jeśli jesteś otoczona najbliższą rodziną, z dala od pocisków raketowych, z dala od huku wojny na Ukrainie, jest wspaniale. Jeśli nie włączysz

biejących wiadomości, nie widzisz ofiar bombardowań, zniszczeń w Mariupolu, a teraz ataku na Donbas, jeśli nie słuchasz spekulacji i „dyskusji” polityków różnych orientacji politycznych i jeśli nie pozwolisz się wciągnąć w tematy zdrowia i pogody oraz wiesz, że masz stałą amerykańską pensję - życie w Polsce może być piękne!

Wiosna budzi się do życia, coraz więcej zieleni i kwitnących rajszych jabłonek przydrożnych i białoróżowego kwiecia dzikich czereśni. Kasztany niepokornie rozchylają pączki i szybko skręcają je z powrotem przestraszone porannymi przymrozkami. Minęło kilka słonecznych dni, potem pochmurnie, deszczowo. Deszcz też potrzebny.

Niedziela 24 kwietnia, cudowne słońce nad Warszawą. Na niebie nie znajdziesz jednej chmury. Msza święta w Kościele Garnizonowym na ulicy Długiej. Idę przez Stare Miasto. Potem przedzieram się przez tłum przy kościele prawosławnym. Dzisiaj Wielkanoc w kościele prawosławnym. Mijam Plac Kopernika, głośno tu i życie tętni! Młodzież i dorośli. Polacy i Ukraińcy, polskie i ukraińskie flagi. Orkiestra, spikerzy nawiązują kontakt z publicznością, wszyscy śpiewają razem po ukraińsku. Wieczorem planowany koncert muzyki klasycznej w celu zebrania dalszych środków na pomoc uchodźcom. Warszawa zawsze pamięta.

CDN

Od Redakcji:



Anna Kajkowska - mieszka w USA od sierpnia 1980 roku. Tutaj ukończyła studia w kierunku informatyka i programowania. Od początku pobytu aktywna w ośrodkach polonijnych, m.in. nauczycielka języka polskiego. Mieszkała w stanie Nowy Jork, w Ohio, Kolorado (2013 - 2014). Od 2015 roku mieszka w Odenton, Maryland i podróżuje pomiędzy Waszyngtonem D.C. a Baltimore. Aktywna działaczka w Kongresie Polonii Amerykańskiej, oddział Waszyngton D.C. Jej pasją jest literatura polska, muzyka klasyczna i sport. Zdobywczyni czarnego pasa w taekwondo. Jest członkiem Polskiego Klubu Dramatycznego Polish Drama Club w okolicach Waszyngtonu pod kierownictwem Doroty Ponikiewskiej. Wiodące role: Maria Skłodowska-Curie w „Słynnych Polkach”, Franciszka w sztuce Gabrieli Zapolskiej, Alicja w „Powrocie” Doroty Ponikiewskiej, Samarytanka i Służąca w „Oskarżeniu Nieśmiertelnego” wg tekstu Anny Krogulskiej. Anna Kajkowska tłumaczy teksty polsko angielskie. Od kwietnia 2022 wolontariuszka przy Pomoc Ukrainie w Warszawie.

Zdrowie, ten tylko się dowie...



Pokochaj dietę bezglutenową

KASIA SUSKI

Kolejny poranek, kolejny dzień wita nas słońcem, ciepłą temperaturą i rozśpiewanym głosem ptaków. Trawka, która zieleni się na klombach w mieście czy wokół naszych domów mówi wiele... Owady budzące się do życia nawet, muchy, których na ogół nikt nie lubi malują uśmiech na naszej buzi. To maj tak na nas działa. Maj miesiącem ciepła, radości, życia, miłości i wielu emocji dla każdego z nas. Komunie, wesela, narodziny dzieci nowe miłości, zauroczenia, koniec szkoły, jeśli

doprawdy imponujący, ale ja osobiście wypróbowałam tylko chlebek bananowy. Poza tym u nich można znaleźć gotowe miksy do wypieku pancakes, chlebka kukurydzianego, chlebka bez drożdży czy chlebka dyniowego. Naprawdę godne polecenia.

Skoro zakupy mamy już za sobą zapraszam na śniadanie. Lekkie, kolorowe i zdrowe. Śniadanie od razu przyrządzamy dla całej rodziny by brzuszki domowników przed wyjściem do pracy czy szkoły były pełne.

szybki i smaczny obiad to makaron w towarzystwie krewetek. szparagów w białym sosie.

Pasta prego!

- makaron bezglutenowy (najlepsze szerokie tasienki)
- 10 szparagów
- 15 krewetek
- ząbek czosnku
- 100ml białego wina
- 150ml śmietany kremówki
- 2 łyżki oliwy z oliwek plus 1 łyżka soku z cytryny (wedle uznania)

Puszyste racuszki owocowe

- 3 jabłka
- ½ szklanki migdałów
- 3 jajka podzielone na żółtko i białko
- ½ proszku do pieczenia
- 200 ml kefiru
- szczypta cynamonu

Jabłka obieramy i kroimy na dość duże kawałki. Z białek ubijamy pianę z dodatkiem szczypty soli. Mielimy migdały na mąkę migdałową (można też mąkę migdałową kupić gotową). Mieszamy ją z żółtkami, proszkiem do pieczenia oraz



chodzi o USA, plany wakacyjne i ten fakt, że mimo iż na zegarze 21 to za oknem nadal widzimy jasność dnia. Czego chcieć więcej? O co prosić byśmy byli bardziej szczęśliwi? O więcej słońca czy kolorów? O co? A o jakiś nowy przepis? Może kolorowe dania, może coś szybkiego na ząb, może coś większego - „grubszego” (slangiem młodzieżowym mówiąc) na obiad, może coś niezdrowego lub fit. Pozwólcie, że pomyślę: śniadanie, obiad, kolacja... Spróbuję was rozpieszczyć kolorem, smakiem, czasem uśmiechem i zadowoleniem z efektu końcowego.

Zanim zaczniemy naszą podróż po majowej kartce kalendarza pozwolę sobie przekazać wam kilka nowinek sklepowych. Zacznę od tych szybkich smaków na ząb takich jak chipsy. Firma Siete zaprasza nas do zakupu ich produktów które są paleo i gluten, i nut free. Ich wyroby można kupić w Walmart, King Soopers i Targecie. Zachęcam do spróbowania chipsów o wielu smakach. Lekkie i naprawdę smaczne. Idąc dalej ta sama firma proponuje kukurydziane muszelki do tacos oraz sosy w 4 smakach. Kolejną nowością dla mnie jest gotowy mix do wypieku chleba bananowego od firmy „Breads from Anna”. Asortyment tej firmy jest

Sałatka jajeczna z awokado

- 6 jajek
- 1 duże awokado
- ½ drobno posiekanej czerwonej cebuli
- 2 łyżki majonezu
- 1 i ½ łyżeczki soku z cytryny
- sól, pieprz
- 1 łyżeczka drobno posiekanego szczypiorku, koperku i natki pietruszki (opcjonalne)

Awokado kroimy w niedużą kostkę, jajka gotujemy na twardo i kroimy je. Mieszamy z majonezem, cytryną, przyprawami i całą zieleniną jaką przygotowaliśmy. Sałatka ta świetnie smakuje z tostowym lub razowym pieczywem. Po takim śniadaniu energia naszej wydajności na pewno pójdzie w górę. Sałatka świetnie sprawdzi się też na imprezach grillowych czy piknikach w plenerze. Pamiętajmy jednak, że wszystkie majonezowe sałatki lubią przebywać w chłodnej temperaturze, więc planując pikniki przygotujmy lodówki turystyczne z dużą ilością lodu, który będzie chronił nasze jedzenie przez wysoką temperaturę i niepożądanymi skutkami ubocznymi przegrzanych produktów.

Propozycja na majowy kolorowy

- garść posiekanego świeżego koperku

Makaron gotujemy. Szparagi kroimy w kawałki długości 2 cm gotujemy na al dente. Na patelnię wlewamy oliwę oraz posiekany ząbek czosnku. Na lekko podsmażony czosnek wrzucamy krewetki, smażymy około 2 minut po czym dorzucamy ugotowane szparagi, podgrzewamy około minuty. Następnie podlewamy wszystko winem i na wysokim ogniu mieszając podgrzewamy około minuty tak by alkohol się odparował. Dorzucamy makaron. Zalewamy śmietaną i podgrzewamy tak aby śmietana lekko zgęstniała. Przekładamy na duży talerz i dekorujemy posypując dużą ilością posiekanego koperku. Świetna potrawa. Ładnie się prezentuje w towarzystwie pomidorków koktajlowych i żółtej papryki.

Dziś dość szybko przejdę do kolejnej potrawy, którą będzie kolacja lub podwieczorek, zwal jak zwal - jak kto lubi. Racuszki! Kto nie lubi racuszków? Z jabłkami, bananami, truskawkami, mango - z owocami całego świata Przecież tego typu deser jest niczym innym jak spełnieniem marzeń. Dziś zarazę was racuszkami z maki migdałowej z jabłkami. Owoce można zmienić na takie jakie się lubi.

kefiru. Dodajemy jabłka i mieszamy. Na koniec łączymy bardzo delikatnie z naszą pianą uzyskaną z białek. Smażymy na rozgrzanej patelni na oleju. Rewelacyjny smak na ciepło jak i na zimno. Polecam pobawić się w dodatki różnych owoców, można wkruszyć startą na grubych oczkach czekoladę, dodać wiórki kokosowe, żurawinę, słonecznik czy rodzynki. Jaka wasza wyobraźnia takie smaki. Polecam gorąco.

Letnio-wiosenne przepisy na majowe dni w kuchni: coś dla siebie, coś dla rodziny, przyjaciół, ukochanych. Jakkolwiek by nie było obiecuję, że efekt końcowy będzie zadowalający dla każdego. Kochani chciałabym życzyć wam cudownego maja. Ciepła, koloru, słońca na niebie, błękitu, który okala przestrzeń nad nami. Śpiewu ptaków, delikatnych zefirków i może nawet aksamiitnych wiosennych deszczyków. Ściskam, pozdrawiam życząc zdrowego smacznego. Do usłyszenia w czerwcu drodzy czytelnicy, kłaniam się nisko.

kasiacol@gmail.com

Wygraj z cukrzycą



Stres a poziom glukozy

RAFAŁ NEJMAN

Tak, stres podnosi poziom glukozy. Prawdą jest też, że długotrwały stres jest czynnikiem, który w znaczący sposób przyczynia się pogorszenia stanu zdrowia lub nawet utraty zdrowia. Świat boi się to sprawdzić, ale głośno mówi się o tym, że ostatnie lata pandemii i izolacji okropnie zwiększyły zachorowalność na cukrzycę typu 2 i znacznie pogorszyły stan zdrowia ludzi. Dlaczego tak to działa?

Pandemia i lockdowny znacznie ograniczyły nam możliwości przemieszczania się i normalnego ruchu. Trudno zakładać, że to jest czynnik wiodący, ale jest pewne, że mieliśmy w tym czasie o wiele za mało aktywności fizycznej. Przyzwyczajenia konsumpcyjnym powodowały, że jedliśmy nawet więcej a przy tym ilość ruchu codziennego była znacznie mniejsza. Do tego strach przed nieznanym, brak poczucia bezpieczeństwa spowodowały, że nasze organizmy zaczęły zachowywać się jak byśmy przebiegli maraton. To powodowało często jedzenie jeszcze większych ilości kalorii i mechanizm zniszczenia został zapoczątkowany.

Można wygrać z chorobą, można doprowadzić swój organizm do odporności na stres, który wpływała na poziom glukozy. Chodzi o to, aby skoki glukozy były na poziomie niezauważalnym albo niewielkim. Wymaga to zrozumienia o co chodzi. W niedalekiej przeszłości mieliśmy większą kontrolę na naszym życiem, bo przecież pracę, środowisko można było relatywnie łatwo zmienić. Te czasy bezpowrotnie minęły. Dzisiaj żyjemy w stanie, w którym stres a wymiar ogólnosiwiatowy i nie mamy na to najmniejszego wpływu. Zostajemy poddani ciągłej negatywnej komunikacji, która wynika z zagrożeń dla świata. Nie ma dnia, żebyśmy nie przeczytali, bądź usłyszeli czegoś bardzo niepokojącego, stanowiącego dla nas bezpośrednie zagrożenie. W tej sytuacji, aby nie doszło do powikłań, aby nasz stan zdrowia i komfort życia destruktywnie nie wpływały na nasz stan zdrowia, musimy podjąć działania, które nas przed tym zabezpieczą. To jest możliwe, realne. Można żyć z poziomami glukozy w normie, można doprowadzić organizm do stanu, w którym czynniki oparte o strach i stres nie będą podnosiły poziomu glukozy we krwi.

Gdyby zapytać przypadkowe osoby co to jest stres to zapewne wszyscy będą identyfikowali ten stan z podenerwowaniem wynikającym z czynników i bodźców zewnętrznych. Idąc dalej, gdybyśmy poprosili pytanych o to, aby rozróżnili stres długotrwały od stresu nagłego to pojawi się

przypisywanie mniejszego czynnika zewnętrznego przy stresie długotrwałym i większego, łączonego ze strachem przy stresie nagłym. Do niedawna jednak można było powiedzieć, że mamy mniejszy lub większy wpływ na to jaki stres odczuwamy i chyba tylko osoby chore na terminalne choroby mogłyby się wypowiedzieć co to jest stres wynikający z czynników na które nie mamy wpływu. Od rozpoczęcia pandemii Koronawirusa świat się zmienił bezpowrotnie. Pojawił się czynnik powodujący stres (stresor),

odpowiedzi na czynnik zewnętrzny dochodzi do uwolnienia katecholamin (noradrenalina i adrenalina). Hormony te podnoszą poziom skupienia i gotowości organizmu. Jednak to działanie jest czymś w rodzaju zwiększonego zapotrzebowania na paliwo/energię, czyli glukozę. Analogia do samochodu, w którym wciskamy pedał gazu chcąc wykorzystać maksymalną moc, co przekłada się na większe zużycie paliwa. Efektem wewnętrznym działania katecholamin jest zatem podniesienie

istnieje jeszcze gorsze następstwo złej odpowiedzi na stres. W wyniku uwalniania zapasów glukozy powstaje swojego rodzaju dług energetyczny, który musimy uzupełnić. Dług energetyczny jest miarą zmęczenia, które odczuwamy po przejściu przez mocny stres, po kontakcie z pomocnymi czynnikami stresującymi. Zapasy umniejszone o uwolnioną energię w postaci glukozy muszą zostać uzupełnione. To powoduje, że, zaczynamy odczuwać wzmóżony głód i ochotę na pożywienie, które natychmiast przyswajamy i najczęściej jest to, co najbardziej lubimy (nie trudno się domyśleć, że w większości jest to bardzo niezdrowe jedzenie).

Jeśli w przypadku stresu psychicznego nasz organizm miał być gotowy do obrony, a uwolnione hormony prowadziły do okresowego podniesienia ciśnienia krwi, poprawy krążenia o tyle w stresie fizjologicznym trwałym, najczęściej dochodzi do trwałego podniesienia poziomu ciśnienia krwi, podniesienia poziomu glukozy i jednoczesnego spadku aktywności i zdolności do wysiłku. Długotrwałe działanie opisane powyżej ma na pewno negatywny wpływ na serce, co jest powodem części zagrożeń krążących wokół układu sercowo naczyniowego u osób z otyłością będącą zespołem

metabolicznym i wszystkimi jej następstwami łącznie z cukrzycą typu 2. Jako potwierdzenie tej tezy wystarczy przytoczyć fakt, że osób chorujących na nadciśnienie wynikające z czynników wtórnych (otyłość z zespołem metabolicznym) jest na pewno dwa razy więcej niż osób chorujących na cukrzycę typu 2 (późniejsze stadium powikłania/rozwoju zespołu metabolicznego).

Zewnętrzne długotrwałe czynniki będące stresorami (współcześnie: strach przed wojną, pandemią) są zestawieniem czynników zapalnych, które tym bardziej działają destrukcyjnie, im bardziej nakładają się na czynniki stresu fizjologicznego pochodzącego od nadmiaru już zgromadzonej tkanki tłuszczowej. Im trudniejsze czasy tym poważniej musimy podejść do tematu utrzymania zdrowej wagi lub leczenia diety.

Zapraszam do kontaktu:

- rafalnejman@gmail.com
- **Whatapp: +48510184222**
- www.wygralemzucukrzyca.pl
- <https://www.facebook.com/groups/cukrzycatypu2>
- <https://www.facebook.com/wygralemzucukrzyca>



na który nie mamy wpływu. Pojawiło się pierwsze od bardzo dawna zagrożenie dla życia i zdrowia ludzi. Czas trwania i poziom emocji jakie wywołała pandemia spowodował, że musieliśmy i musimy żyć pod wpływem bodźca wywołującego stres, który nie mijał długi czas. Po wszystkim pojawia się zagrożenie wojną, cierpienie i śmierć niewinnych ludzi, które dodatkowo zmieniają komfort naszego życia teraz zdawałaby się bezpowrotnie.

Aby dokładnie przeanalizować z jakim zagrożeniem dla zdrowia w cukrzycy typu 2 i nie tylko, mamy do czynienia, postarajmy się dobrze i dokładnie poznać mechanizm stresu i jego rodzaje oraz to jaki dokładnie ma wpływ na utrzymanie poziomu glukozy lub kiedy i jak się przed nim zabezpieczyć. Warto wiedzieć, że odpowiednią dietą, można swój organizm doprowadzić do takiego stanu, że stres, pomimo że będzie odczuwalny psychicznie to nie będzie miał najmniejszego wpływu na poziom glukozy i ryzyko rozwoju powikłań w cukrzycy typu 2.

Stres jest reakcją organizmu na czynniki do niego prowadzące - stresory. Reakcja organizmu jest tym większa im większy jest tzw. stresor lub im dłużej utrzymuje się obecność czynnika stresującego. W reakcji na stresory dochodzi do łańcucha reakcji hormonalnych, które są swoistą odpowiedzią obroną organizmu. W pierwszej kolejności w

poziomu glukozy we krwi (dostarczenie dodatkowego paliwa). W następstwie działania w/w hormonów dochodzi do podniesienia poziomu kortyzolu, którego najważniejszym zadaniem jest również podniesienie/uwolnienie dodatkowej glukozy.

Jeśli chcemy zrozumieć, dlaczego wszystkie procesy będące odpowiedzią na stres wiążą się z uwalnianiem dodatkowej glukozy/energii wystarczy wyobrazić sobie człowieka pierwotnego, którego głównym celem było przeżycie. Opierało się ono o polowanie oraz obronę przed atakiem wroga. Każda z tych czynności wiązała się z dodatkową nagłą pracą układu mięśniowego: bieganie, uciekanie, walka, skupienie, oczekiwanie. Każda dodatkowa nagła, mocna i niespodziewana praca układu mięśniowego to wykorzystanie tej dodatkowo uwolnionej dawki glukozy. Jeśli 20g cukru to ok. 60-80mg glukozy a 10 min wolnego biegu lub szybkiego spaceru to ok. 80kcal to można przyjąć, że 80kcal zostaje pokryte przez 20g cukru, czyli 60-80mg glukozy we krwi. Dochodzimy do wniosku, że nasza ewolucja nie jest dla nas łaskawa, bo dzisiaj stres rzadko kojarzy się z dodatkową pracą mięśni, wysiłkiem. Można powiedzieć, że dzisiaj stres ogranicza aktywność, bo przecież pod wpływem stresu stajemy się mniej aktywni. Wobec tego uwalniamy glukozę, z której nie skorzystamy.

Pani BOOK



O świniach i ludziach

KARINA BONOWICZ | Nowy Jork

Polish American Strategic Initiative (PASI) i PASI Educational Organization (PASI EDU) przygotować miały petycję przeciwko antypolskiemu - w nich odczuciu - komiksowi „Maus” Arta Spiegelmana, który jest lekturą w amerykańskich szkołach. Mam z tym kłopot. Polega on na tym, że nie znalazłam ani jednego, ani drugiego: ani petycji, pod którą miało się podpisać ponad 200 przedstawicieli organizacji polonijnych, ani antypolskości w komiksie Spiegelmana. Mam wrażenie, że mamy tu do czynienia z casusem Biblii - wszyscy mają o niej dużo do powiedzenia, a nikt tak naprawdę jej nie przeczytał.

„Maus. Opowieść ocalałego” autorstwa Amerykanina polsko-żydowskiego pochodzenia Arta Spiegelmana to nagrodzony Pulitzerem komiks, będący historią ocalałego z Holocaustu Vladka - ojca autora. W USA był publikowany w latach 80. i na początku lat 90., w Polsce pojawił się dopiero w 2001 roku i to od razu w atmosferze skandalu, a to z racji tego, że Polacy zostali tam przedstawieni jako świnię. I to dostownie. W komiksie wszyscy bohaterowie narysowani są jako zwierzęta. Niemcy jako koty, Żydzi - myszy, Amerykanie - psy, Polacy - świnię. Oburzenie nastąpiło, zanim jeszcze komiks trafił do księgarń, nie mówiąc już o rękach czytelników. Polacy to świnię? Wszak w naszym języku i kulturze nazwani kogoś świnią to obelga. Czy to właśnie miał na myśli Spiegelman? Tak twierdzi PASI, zarzucające komiksowi nie tylko antypolski wydźwięk, ale także próbę przeinterpretowania historii II wojny światowej i zawężenia jej wyłącznie do prześladowań narodu żydowskiego. Nie wiem, jak wygląda petycja PASI, ponieważ nie mogłam jej znaleźć ani na stronie internetowej organizacji, ani też nigdzie indziej, ale z obszernego jej opisu, który można było znaleźć w artykule Wojtka Maślanki w „Nowym Dzienniku” z 15 kwietnia br. wynika dla mnie jedna prosta rzecz: nikt z twórców petycji, osoby, które ją podpisały, ale też - jak wnoszę po treści artykułu - sam autor tekstu nie przeczytał „Maus” w całości. A może nawet i w ogóle.

Dlaczego tak myślę? Bo nie znalazłam ani jednego przykładu wyjętego z komiksu, o cytatach nawet nie wspominając, potwierdzających tezę o antypolskim wymiarze komiksu. Właściwie, oprócz ogólników, które wypełniły aż 10 kolumn, nie znalazłam żadnego merytorycznego argumentu przemawiającego za tezą petycjonariuszy. Z racji tego, że ja go przeczytałam, i to jak Pan Bóg przykazał, czyli od początku do końca, podzielę się moimi spostrzeżeniami. Oprócz najważniejszym, który powinien być oczywisty: nie wypowiadaj się na temat czegoś, o czym nie masz pojęcia.

Po pierwsze, komiks Spiegelmana to na poly autobiograficzna historia jego ojca, który przeżył Holocaust. Powstał na podstawie wspomnień Vladka Spiegelmana, które zostały spisane przez jego syna a następnie przełożone na komiks. Co ciekawe, mamy tam do czynienia z dwiema perspektywami czasowymi: pierwsza - lata 70. i 80. w USA, kiedy to Art rozmawia z ojcem na temat jego przeszłości, druga - lata II wojny światowej, kiedy to Vladek przebywa w obozie koncentracyjnym w Auschwitz. Już



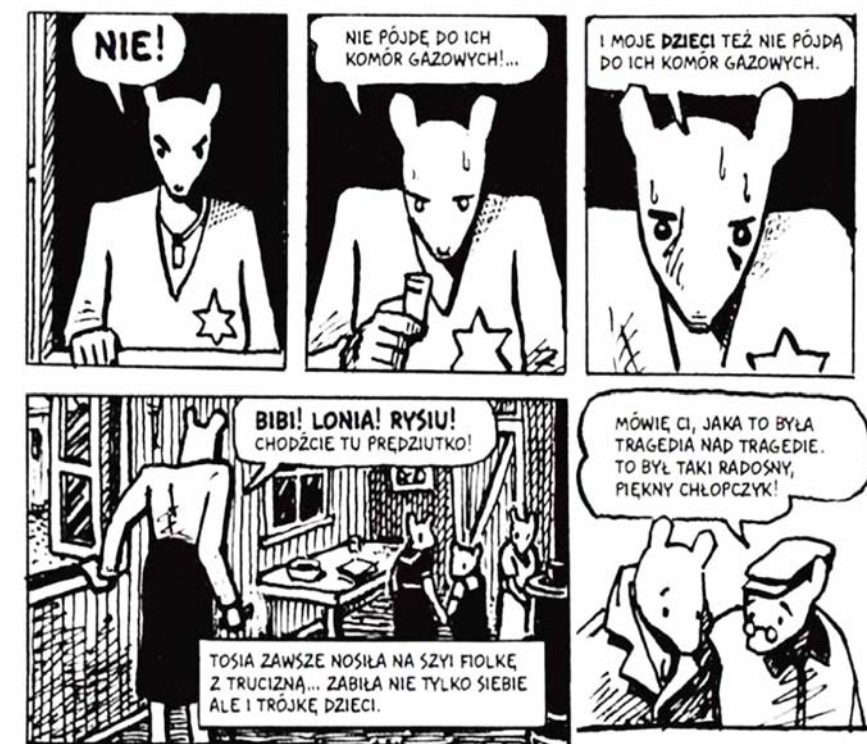
Autor: Art Spiegelman
Tytuł: Maus
Wydawnictwo: Wydawnictwo Komiksowe

Przedstawienie grozy Holocaustu w postaci rysunków, gdzie zamiast ludzi mamy zwierzęta na dwóch nogach, w niczym nie umniejsza powagi sytuacji ani też nie sptyca przekazu.

Komiks ten trafił jako lektura do szkół w Stanach Zjednoczonych w ramach akcji „Never Again Education Act

się zgodziły na jej uwzględnienie w swoim spisie lektur, tłumacząc to zbyt drastycznym obrazem wojny w komiksie Spiegelmana, który może strauumatyzować młodzież. Opierając się na moim osobistym nauczycielskim doświadczeniu w USA, mogę śmiało powiedzieć, że obawa o morale nastolatków, których jakoś nie traumatyzuje dostępne na wyciągnięcie ręki twarde porno ani zamieszczane na Facebooku filmu z egzekucji dokonywanych przez dżihadystów, jest trochę jednak przesadzona. Oczywiście, ja też bym wolą, żeby młodzież amerykańska nie opowiadała mi historii fantasy, jak to Amerykanie przylecieli we wrześniu 1939 i pomogli Polakom wygrać wojnę, ale na pewno nie pomoże w tym bojkotowanie komiksu Spiegelmana za rzekomą antypolskość.

A teraz najważniejsze. Antypolskość, której jakoś nie mogę się dopatrzeć u Spiegelmana, będącego, nomen omen, pochodzenia polskiego. Czy Polacy bywają pokazani jako szmalcownicy i denuncjatorzy? Tak. Ale Żydzi też. Mamy w komiksie scenę, kiedy Polacy linczują Żyda, ale mamy też scenę, kiedy głównego bohatera, czyli ojca Arta - Vladka denuncjuje Żyd, który donosi na niego nazistom. Czyli co? „Maus” jest nie tylko antypolskie, ale też antysemitki, tak? Czy pokazuje się Polaków ratujących Żydów i ryzykujących przy tym własnym życiem i życiem swojej rodziny. Tak. A Żydów, którzy współpracują w ramię w ramię z Polakami, żeby przetrwać piekło Auschwitz? Tak. Czyli co? Może to, że „Maus” jest opowieścią o pewnej historii, historii pojedynczego człowieka spotykającego na swojej drodze pojedyncze osoby na tle wielkiej historii. Może po prostu to, że ludzie są ludźmi i dzielą się nie na Polaków i Żydów, ale na dobrych i złych. Na świnię i ludzi. Tak uważał mój dziadek. Ale co on tam wie. W końcu był tylko w obozie koncentracyjnym, a nie podpisywał się pod petycją PASI szukających antypolskości tam, gdzie jej nie ma. A co do bycia świnią... Najlepiej, żeby każdy sam przejrzał się w lustrze, żeby sprawdzić czy można tam jeszcze zobaczyć (ludzka) twarz.



samo przeniesienie historii ocalałego z Holocaustu na karty komiksu było bardzo oryginalnym posunięciem. Jeszcze bardziej interesującym zabiegiem było przedstawienie bohaterów jako zwierzęta (co ciekawe, także współczesne postaci: ojca i syna są narysowane jako myszy).



of 2020”, a także był proponowany nauczycielom amerykańskim przez izraelską organizację Vad Vashem - Centrum Pamięci Holocaustu (w której to organizacji konferencjach brałam udział i ostatnie, co mogę o niej powiedzieć to to, że jest ona antypolska albo antyludzka). Nie wszystkie szkoły

Przewodniczka



Łazienki Królewskie

DOROTA BADIERE | Warszawa

Śniadanie gotowe! - głos Jerzego rozbrzmiewał w całym domu.

Helena schodziła właśnie z pierwszego piętra do kuchni. Zdążyła się już przyzwyczaić do obecności Jerzego w domu. Poranki były zdecydowanie najlepszą częścią dnia. Najpierw budził Helene zapach kawy przyprawionej cynamonem i goździkami oraz niesamowitej jajecznicy po hiszpańsku. Dopiero później słyszała podśpiewywanie, które słycać było w całym domu, a Helena była przekonana, że przy otwartych oknach, cała ulica znała już program poranny Jerzego. Najczęściej słycać było stare przeboje z lat sześćdziesiątych i siedemdziesiątych. Między nimi królował Szczepanik.

„Dzień niepodobny do dnia
Luźne kartki bez dat
Czasem ból, czasem żart
Jak żyć, żeby nikt
Pustki nie odgadł w nich
Nim marzenia oblekę w ich kształt?”

Przerwał, jak tylko zauważył ją stojącą w drzwiach.

- O, dzień dobry! Nie zauważyłem, kiedy wesłaś! - krzyknął wesolo.

- Nie chciałam ci przerywać, Jerzy, ale w kółko śpiewasz tylko refren - zaśmiała się.

- O tak? Nie zauważyłem. Śniadanie gotowe - Jerzy zmieszał się i wskazał miejsce przy stole Helenie. Szybko zmienił też temat.

- Dzisiaj idziemy do Łazienek, prawda? Mam nadzieję, że moje wycieczki pod twoją nieobecność przyniosą rezultat. Ty bytaś we Lwowie, a ja w tym czasie poznałam wiele ciekawych historii o tym parku, więc będziemy się wymieniać naszą wspólną wiedzą na temat tego miejsca. Ciekaw jestem, czy uda mi się ciebie czymś zaskoczyć - Jerzy puścił oko do Heleny na koniec i zamilkł, stawiając na środek stołu gorącą jajecznicę.

- Wiesz, że nie lubię niespodzianek - stwierdziła krótko.

- Ale Gienia lubi - skwitował.

Jerzy wiedział, że Helena nie lubiła, kiedy się z nią droczył wspominając jej drugą osobowość. Rozmawiali dużo o jej stanie zdrowia i często mówili, że Helena-Genowefa posiada dwa komplety cech charakterystycznych. Jerzy postanowił pomóc obu charakterom swojej przyjaciółki spotkać się gdzieś w połowie drogi. Nie był pewien, czy to dobra strategia, ale wierzył, że zarówno stonowana, dobrze ułożona Helena, jak i pełna szalonych pomysłów, spontaniczna Genowefa stanowią całość, której się nie da rozdzielić. Z biegiem lat, osamotniona kobieta była skazana na samą siebie. Po prostu zdziwaczała.

- Ja też często mówię do siebie i debatuję sam ze sobą - powiedział Jerzy głośno, myjąc później naczynia po śniadaniu.

- Tak, Jurku? Nie usłyszałam dobrze, co mówiłeś? - Helena wyglądała wówczas zaniepokojona z drugiego pokoju.

- A nie, nic, ja tak tylko głośno myślę - odparł lekko zawstydzony - cieszę się, że zamieszkaliśmy razem, Helenko. Dochodzę do absolutnego przekonania, iż człowiek to jednak zwierzę stadne - zaśmiał się - nikt nie powinien być sam.

Helena Genowefa Kowalewiczówna w dalszym ciągu uczestniczyła w terapiach.

Pracowała nad wewnętrznym pogodzeniem się ze swoimi, tak różnymi osobowościami. Rozprawiała się ze swoją ciemną przeszłością. Wracali do jej pamięci wątki, o których zapomniała, a które ją przerażały lub śmieszyły. Miało to miejsce podczas sesji z psychoterapeutką. Ale także podczas rozmów z Jerzym, bo teraz Jerzy był jej swego rodzaju drugim terapeutą, z czego zdawał sobie sprawę i cieszył się za każdym razem, kiedy odkrywali wspólnie szczegóły konkretnych epizodów Gieni z ostatnich lat. Były postępy i pomatu Helena godziła się z Gienią, a Gienia z Heleną.



Posąg śpiącego psa w Łazienkach Królewskich w Warszawie | Fot: FB Łazienki Królewskie

- Łazienki w maju są przecudowne, popatrz, Jerzy, jak zielono. Ile przestrzeni - zachwyciła się Helena.

- Tak. Cieszę się, że wybraliśmy się w tygodniu, omija nas wprawdzie niedzielny koncert Chopina, ale jest tak cicho i spokojnie.

Podczas spaceru wyprzedzali się w wymianie faktów historycznych o założeniu parku, galerii artystycznej, architekturze oraz dziejach tego zabytkowego miejsca. Łazienki były letnią rezydencją ostatniego króla Polski, Stanisława Augusta. Każda zaprojektowana część odzwierciedla wizję króla na republikę idealną. Władcy marzyło się, aby Rzeczypospolita była państwem nowoczesnym, sprawiedliwym, pełnym pokoju, dostatku, a jednocześnie prostoty życia. Ostatecznie poniósł klęskę w polityczną, ale warszawski park do dzisiaj łączy te historyczne czasy i dawną architekturę z duchem dzisiejszego dnia. Park jest pełen ludzi, zarówno turystów, jak i mieszkańców Warszawy o każdej porze roku bez względu na pogodę.

Jerzy i Helena przeszli spory odcinek ścieżek i usiedli na ławkach amfiteatru. Przez długą chwilę nie rozmawiali.

- Mam dla ciebie niespodziankę - zaczął wreszcie Jerzy.

- Niespodziankę? Brzmi bardzo tajemniczo!

- Helena spoglądała z boku na przyjaciela i próbowała zgadnąć jakiego rodzaju niespodziankę przygotował. Mieszkali już ze sobą trzeci miesiąc, a wciąż jeszcze odkrywała jakieś nowinki na temat Jerzego. Właściwie przyzwyczaiła się do tego, że ciągle ją czymś zaskakiwał.

- Nie trzymaj mnie w niepewności, Jurku, co to takiego?

- Heleno Genowefo - Jerzy zwrócił się do niej bezpośrednio i zapauzował, obserwując przyjaciółkę z boku - co ty na to, żebyśmy

- Umówił się tam ze znajomym, który ma przyprowadzić naszego nowego domownika. Miałem ogromną nadzieję, że się zgodzisz, Heleno, wręcz liczyłem na to. Znajomy jest wolontariuszem w schronisku i właśnie szukali domu dla jednego z podopiecznych, więc okazja nie mogła być lepsza.

- A zatem chodźmy czym prędzej, nie ma na co czekać! - Helena szybkim krokiem kierowała się w stronę ostatniego punktu programu.

Jerzy próbował dotrzymać kroku Helenie,

przysięgnęli jakiegoś pieska do domu? - Wypalił i próbował napędzić zgadnąć, czy stoi obok niego w dalszym ciągu Helena, czy może już Gienia.

- Wyśmienity pomysł - zakrzyknęła i klasnęła kilka razy w dłonie.

- Gienia - pomyślał Jerzy.

- Myślałam o tym już wcześniej, ale zawsze coś stało na przeszkodzie. I przyznam, że nie byłam pewna, czy to byłoby odpowiedzialne, biorąc pod uwagę moje zaniki pamięci. Teraz czuję się lepiej i myślę, że to dobrze zrobi nam obu. Nam trojgu - tu Helena Genowefa parsknęła śmiechem, jakim nie śmiała się już dawno. - Jerzy, ja też ogromnie się cieszę, że mieszkamy razem. Myślałam o tym, co powiedziałaś Czuję, jakbym się budziła z jakiegoś głębokiego snu i nareszcie żyję.

Siedzieli jeszcze chwilę przy amfiteatrze zamyśleni. Jerzy zerknął na zegarek.

- Proponuję, abyśmy na koniec naszej dzisiejszej wycieczki odwiedzili jeszcze pomnik psa Asa koło Starej Oranżerii - powiedział Jerzy.

- O, teraz to mnie naprawdę zaskoczyłeś! Niewiele osób wie o tym pomniku. Ja sama już dawno tam byłam - wyraźnie ożywiona, Helena wstała z ławki.

ale nie było to łatwe, prawie, że wołał do niej, idąc za nią szybkim krokiem.

Pomnik Asa jest jednocześnie smutną i piękną rzeźbą. Przedstawia śpiącego wyżła na wzór podobnego, który znajdował się i jest dzisiaj ponownie odrestaurowany przy nagrobku pisarza Adolfa Dygasińskiego na Powązkach. Teren przy Starej Oranżerii to stary cmentarz psich strażników parku łazienkowskiego.

Po dojściu na miejsce, pies wyrwał się z rąk znajomego, z którym umówił się Jerzy i wybiegł im na spotkanie. Helena Genowefa zaczęła głaskać i bawić się ze zwierzątkiem, jakby znali się od zawsze. Psiak, wyraźnie zadowolony z udzielonej mu uwagi podskakiwał niecierpliwie w miejscu i merdał ogonem jak oszalały.

- Rysiek, siad! - krzyknął mężczyzna przyjaźnie w stronę rozbawionej pary. Pies posłusznie usiadł, oglądając się na tego, który go przyprowadził i - jak mu się dobrze wydawało - swoją nową panią.

- Dobrze wychowany! Rysiek. Wspaniale! - Helena zrobiła dwa kroki w kierunku Jerzego, objęła go serdecznie i ucałowała głośno w policzek. - Dziękuję ci, Jurku!

Bo dobro wraca



Ukraińskie sieroty w Gorzowie Wlkp.

KASIA SUSKI

W kwietniowym wydaniu ŻK nagłośniłam sprawę ukraińskich sierot i uchodźców, którzy przybywają do Polski w związku z atakiem Rosji na Ukrainę. Jak śledzicie wasze magiczne szkła telewizorów i telefonów sytuacja nadal jest bardzo napięta. Rosyjskie wojska nie wycofują się, wręcz przeciwnie dokonują okrutnych egzekucji, mordów, kradzieży, gwałtów... Ludzie nadal uciekają między innymi do Polski. Artykuł mój dotyczył Gorzowa Wielkopolskiego, który przyjmuje setki kobiet z dziećmi jak i dzieci z domów dziecka, sierot, które prócz pomocy obcych ludzi nie mają nic i nikogo. Mój apel zaadresowałam w kilka lokalnych punktów polonijnych z apelem do zbiórki rzeczy, które potrzebne są dla sierot, które zostają pod opieką Ośrodka Adopcyjnego w Gorzowie. Pani kierownik, z którą na co dzień jestem w stałym kontakcie robi wszystko by pomóc dzieciom.

Po ogłoszeniu zbiórki Wasz odzew był na najwyższym poziomie. Odebrałam dziesiątki telefonów ze słowami uznania, ale co najważniejsze z chęcią pomocy. Szkoła Polska zebrała ogromną ilość rzeczy, które były wyszczególnione na ulotkach jak i w kwietniowym artykule w ŻK. Polskie sklepy otrzymały również ogromne dary w postaci artykułów szkolnych o które głównie prosiłam. Polacy jak i Amerykanie i zaprzyjaźnieni Ukraińcy obywatele energicznie wzięli się do pracy i z wielką mobilizacją koordynowali akcję. W tym czasie zaprzyjaźniłam się Natalią Zasadko, z którą utworzyliśmy bardzo obszerną listę potrzebnych artykułów na Amazon.com, która pozwalała jednym kliknięciem zakupić potrzebne rzeczy i wysłać je na mój lub jej adres, aby zaoszczędzić czasu na bieganie po sklepach. Moje wzruszenie sięga dziś zenitu, bo piszę ten tekst z koniec kwietnia i zbiórka nadal trwa i wiem, że do ostatniego dnia przed wysyłką

do Polski będę wylewała łzy radości na widok kolejnych przychodzących paczek i dodatkowych darów w lokalizacjach, które zostały do tego wyznaczone.

wszystkie dary, które zostały zebrane tutaj w Kolorado będą przekazane na cele Ośrodka Adopcyjnego pod kierownictwem pani Magdy Białowąs.

dzieci jest dużo i o nich też nie można zapomnieć.

Już na dzień dzisiejszy znalazły się osoby, które ofiarowały mi pieniądze na wysyłkę kontenerów do Polski. Są to datki o które nie prosiłam, a mimo wszystko znaleźli się ludzie, którzy stwierdzili, że wesprą moje osobiste wysiłki i dołączą się finansowo do kosztów transportu. Pieniądze, które zostaną z przesyłek będą wykorzystane na dodatkowe zakupy już dla potrzebujących dzieci, kiedy ja dotrę do Polski. Bardzo dziękuję wszystkim tym, którzy o tym pomyśleli! Wszyscy jesteście niesamowici! Poznałam wielu rodaków, którzy przenieśli się ostatnio do Kolorado z innych stanów i zaangażowali się w pomoc sierotom. Zupełnie nie znając mnie zaufali mi jak i ludzie innych narodowości - wszyscy macie serca większe niż kula ziemiska. Kontenery do Polski dotrą w połowie lipca, więc całe sprawozdanie, które skrętnie będę spisywała przeczytacie we wrześniu. Będą fotorelacje z Ośrodka Adopcyjnego w Gorzowie Wlkp. i z granicy z Ukrainą.

Do głębi jestem poruszona Waszym realnym zaangażowaniem, które jest dowodem na piękno Waszych serc. Są wśród nas cudowni, empatyczni ludzie, którym nieszczęście innych nie jest obojętne. Dziękuję wszystkim tym, którzy pomagali, pomagają i chcą pomagać.

Dziękuję Natalii, która poświęciła swój czas, także dziękuję mojemu mężowi Arturowi, za fizyczną pomoc oraz za jego cierpliwość do mojej upartej osoby i za wyrozumiałość w tym trudnym czasie. Kochani dziękuję Wam wszystkim i każdemu z osobna. Jesteście jak zwykle niezawodni z ręką na dłoni biegnąc by pomóc tym, którzy tej pomocy potrzebują najwięcej.

kasiacol@gmail.com



Mój plan obejmuje koordynację transportu darów. Kontenery zostaną zawiezione do Chicago w pierwszych dniach maja, a tam z pomocą zaprzyjaźnionej firmy Plus Express popłyną statkiem do miejsca przeznaczenia, czyli do Gorzowa Wielkopolskiego. Tam osobiście odbiorę je i pod moim wymagającym okiem

Mało tego, lista, którą razem z Natalką stworzyliśmy posiada wiele dodatkowych rzeczy jak środki przeciwbólowe, ubranka, pieluszki, butelki, smoczki, itp. Te ostatnie mam zamiar osobiście dostarczyć na granicę polsko-ukraińską i przekazać je organizacji, która zajmuje się pomocą chorym dzieciom z wadami wrodzonymi a uwierzcie mi takich

REKLAMA



MH - INTERNATIONAL

Mira Habina
działa od 1980 roku, Lic.# 01825

MH

**Notariusz Publiczny
Tłumacz Przysięgły
Rozliczanie podatków
(Income Tax)**

720-331-2477
mirahabina@gmail.com

8760 Skylark Street
Highlands Ranch, CO 80126



Magda Taylor
Residential Mortgage Broker
NMLS#:1940333 CO DRE#100517908

Pożyczki na zakup domu | Inwestycje | Refinancing

Conventional, FHA, USDA, Jumbo, Self-Employed, Asset, Reverse (62+), commercial i nie tylko

720-470-7094
mtaylor@c2financialcorp.com | www.c2financialcorp.com/mtaylor




TRENDY

European Skin Care

SPECJALNA OFERTA!

\$20 zniżki dla nowych klientów

W codziennej pracy wykorzystuje najnowsze techniki oczyszczania i odmładzania skóry.

Moja wiedza i umiejętności połączone z najnowszymi technologiami dają Państwu niepowtarzalną okazję zadbania o wygląd skóry tak dobrze, jak to tylko możliwe.

Beata Jamshidi

720.271.1198

www.trendyeuropeanskincare.com



ŻYCIĘ Kolorado
POLISH NEWSPAPER IN COLORADO

czy wiesz, że:

u nas zawsze jest
miejsce dla
Twojej Reklamy:
zadzwoń już dziś:
720-933-8819



Barber

Kinga Rogalska

LICENCJONOWANY FRYZJER MĘSKI

1996

Dla moich klientów
oferuję 50% zniżki na
TRADYCYJNE GOLENIE BRZYTWĄ
przy stryżeniu.

(303) 674-2257

The Barber Stop Evergreen
4570 Co Rd 73, Evergreen, CO 80439

AGNIESZKA M HOMA

Homa-Rickert CPAs



Oferuje bezpłatne konsultacje i doradztwo w zakresie planowania podatków dla osób indywidualnych oraz dla osób posiadających biznesy.

Profesjonalna, rzetelna i poufna pomoc w przygotowywaniu podatków i księgowości dla osób indywidualnych oraz dla osób posiadających biznesy

Wieloletnie doświadczenie w przygotowywaniu podatków i wykonywanie audytów.

Certified Public Accountant
since March 31, 2012
License #CPA.0029895

AGNIESZKA M HOMA
303.667.6814

6422 South Quebec Street
Centennial, CO 80111
E-mail: ahoma@hrcpa.co

www.hrcpa.co

6624 Wadsworth Blvd., Arvada, CO 80003
www.europeangourmet.net

ZAPRASZAMY:
wt.-pt. 10.00-18.00
sobota: 9.00-17.00
niedz. i pon. - nieczynne



Odrobina Polski w Kolorado!



OFERUJEMY:

- Szeroki wybór wędlin z najlepszego miejsca w Chicago: "Mikolajczyk-Andy's Deli"
- Świeże pieczywo, słodczyce oraz inne różnorodności europejskie
- Specjalności kuchni polskiej: pierogi, flaki oraz bigos
- Karty okolicznościowe, prasa, kosmetyki, lekarstwa i karty telefoniczne
- Tace z wędlin, serów na różne okazje

303-425-1808

Niektórzy lubią historię...



Tradycja - Nić Ariadny w labiryncie wieków

HANNA CZERNIK

Napisała pięknie współczesna polska poetka, Mira Kuś. Ariadna, królowa kreteńska zakochana w Tezeuszu stojącym przed zadaniem walki z potworem Minotaurum ukrytym w głębi labiryntu - wybudowanego przez wielkiego Dedala na polecenie jej ojca i króla wyspy, Minosa - podarowała mu kłębek nici, by przywiązał go przy wejściu i mógł po owej nitce wrócić z przepastnej płataniny korytarzy, w której niejeden przed nim zginął. Nić Ariadny stała się synonimem ratunku, wskazaniem drogi z sytuacji wydawałoby się bez wyjścia, pomocną dłońią podaną, gdy grozi niebezpieczeństwo.

Mit o Tezeuszu i Ariadnie, jak wiele mitów greckich, sam należy do naszego kulturowego dziedzictwa, do europejskiej tradycji. Pojęcie to ma tyle odcieni i znaczeń, jest przedmiotem rewerencji i sporów. Bo czymże jest tradycja i jaką rolę powinna odgrywać w naszym życiu indywidualnym i społecznym? Tyle się przecież na nią składa - i mity właśnie, nie tylko śródziemnomorskie, i dorobek kulturowy, i wyznawane przez nas wartości, nawet nasze zachowania, pielęgnowane przez nas lub odrzucane rytuały. Są wśród nas niemal fanatycy tradycji i buntownicy uznający ją za więzy krępujące rozwój i swobodę. Tacy, którzy widzą w niej ratunek i inni, dla których jest zbędnym ciężarem.

Jednym z najwyraźniejszych przejawów tradycji w naszym życiu są oczywiście święta. Powtarzające się w rocznym cyklu wyznaczają dla większości z nas rytm życia religijnego, rodzinnego, społecznego. Towarzyszące im rytuały właśnie przez swoją powtarzalność dają poczucie bezpieczeństwa, zapewniają coroczny kontakt z tym, co od dzieciństwa znajome, bliskie, stanowią oparcie w rozdygotanym nierzadko świecie. Kiedy piszę te słowa, trwa w najgorsze brutalna wojna na Ukrainie i właśnie kończy się najważniejsze święto chrześcijan - Wielkanoc (oczywiście w obrządku zachodnim, wschodnie kościoły wg kalendarza gregoriańskiego obchodzą je później), a nie minęło jeszcze żydowskie święto Pesach - oba wywodzące się ze ściśle splecionej ze sobą judeochrześcijańskiej tradycji, dzielące nawet do pewnego stopnia te same księgi święte. Miały one wspólne źródło i nie przypadkiem Pascha może oznaczać zarówno święto żydowskie jak i chrześcijańskie. „Odptynęliśmy z Filipi po Święcie Przaśników” - pisał św. Łukasz w Dziejach Apostolskich i nie jest do końca pewne, czy już o odrębnym chrześcijańskim święcie myślał, czy jeszcze o tym wspólnym wczesnym obrządku. Oczywiście obecna religijna tkanka tych świąt jest całkowicie różna - żydzi celebrują wyjście Izraelitów z niewoli egipskiej, chrześcijanie zmartwychwstanie Syna Bożego, Chrystusa. Idea wyzwolenia



Tezeusz i Minotaur - Mistrz z Tavarnelle XV wiek - Zbiory Muzeum w Luwrze

- z opresji, z grzechu - wpisana jest jednak w oba święta i oba też włączyły ludową, odwieczną tradycję wiosny do swoich rytuałów - przychodzą one w tej porze roku, kiedy odradza się życie, kury się niosą, króliki mnożą, bazie kwitną, forsycja żółci świat. Oba też obrosły przez wieki w aspekty ważne dla celebrujących je społeczności. I tu nie religijny, choć dla wierzących oczywiście najważniejszy, aspekt i znaczenie świąt jest przedmiotem naszej uwagi - przekraczałoby to o wiele kompetencje autorki i wkraczałoby w wymagającą rewerencji domenę sacrum, ale towarzyszące im obyczaje i całkiem świeckie obrzędy. Wszecobecne zwyczaje mieszają się bowiem ze specyficznymi dla danego narodu tradycjami, religijne ze świeckimi i do wszystkiego rozbuchany komercjalizm współczesności dorzuca swoje trzy grosze.

Powszechną - poprzez kraje, narody i wyznania - jest obecność jajek, tych symboli życia. Jajek prawdziwych, wydmuchanych, jajek z czekolady. Jajek dla dekoracji, jajek jako potraw. Polacy i inni Słowianie malują pisanki (i tu widzimy to prastawiańskie źródło słowa: jak ikony są tradycyjnie do dziś *pisane*, a nie malowane, bo dawniej *pisac* znaczyło także malować). Francuskie dzieci szukają w ogródkach

jajek z czekolady, jak głosi legenda - rozrzuconych przez bijące od Wielkiego Czwartku dzwony, który to



Postać Wiosny z obrazu Sandro Botticellego, 1470-1482, Galeria Uffizi

zwyczaj, jak tyle innych całkowicie się zinternacjonalizował i obecnie w wielu krajach *une chasse aux oeufs* stanowi dla małych dzieci główną atrakcję świąt wielkanocnych. We Włoszech podobnie - jajka czekoladowe nierzadko niespodziankami są najpopularniejszym prezentem świątecznym nie tylko

dla najmłodszych. W wielu domach w trakcie Postu w centralnym miejscu stawia się wielkie, nawet metrowe jajo, które można rozbić z pomocą specjalnego młotka dopiero w Wielkanoc. Czekoladę zbiera tradycyjnie głowa rodziny i wszyscy zjadają się nią przez całe święta. W Anglii i w Stanach bardzo popularne są zawody w toczeniu jajek, nieobce oczywiście i innym narodom, jeśli tam ich zaprowadzi inwencja w wymyślaniu wiosennych rodzinnych czy komunalnych zabaw. Można toczyć pojedynki na jajka - czyje nie zostanie stłuczone, ten wygrywa.

Innym oczywistym symbolem wiosny stają się słynne z rozrodczości króliki, zające. Pojawiają się w dekoracjach, w niektórych krajach, szczególnie protestanckich, przyjmują nawet rolę wiosennego św. Mikołaja przynosząc prezenty. Jako że w tradycyjnych zachowaniach człowieka wszystko się spleta, przenika - symbolizm, praktyczność i estetyka - młode

zwierzęta urodzone na wiosnę pojawiają się też na świątecznych stołach dostojnie i przenośnie. Formę baranków, królików, gotębic i jaj przyjmują rozmaite popularne wypieki, jak choćby włoska *la colomba*, czyli puszysta, drożdżowa babka, pełna skórki pomarańczowej, udekorowana cukrem i migdałami, czy francuskie *nid de Pâques*, dosłownie gniazdo Wielkanocy. Nie przypadkiem też najpopularniejszym daniem obiadowym jest jagnięcina w wielu odmianach, od baraniego rosółu z pierożkami *cappelletti* we Włoszech, przez udziec jagnięcy z fasolką we Francji (jak to u Francuzów jest on w środku praktycznie surowy) po grillowaną baraninę w Stanach. W Polsce akurat baranina nie miała nigdy tej samej popularności, może z powodu ograniczonej do terenów górskich hodowli, głównie na wełnę i mleko, a może z powodu rewerencji religijnej. Baranek pozostaje symbolem ukrzyżowanego i zmartwychwstałego Chrystusa, choć niewątpliwie i to skojarzenie sięga czasów pogańskich, kiedy składało się bogom ofiary ze zwierząt i ludzi, nawet z dzieci jako daninę największą. Ifigenia ofiarowana przez Agamemnona Artemidzie, Izaak poświęcony przez Abrahama, Chrystus - złożony przez swego Ojca w ofierze dla zbawienia ludzi...

Niektórzy lubią historię...

*He is called by thy name,
For he calls himself a Lamb:
He is meek and he is mild,
He became a little child:
I a child and thou a lamb,
We are called by his name.*

Little Lamb God bless thee.

Little Lamb God bless thee...

(William Blake, *The Lamb*, 1789)

Wiele tradycyjnych obrządków wielkanocnych szczególnie wśród narodów wyraznie katolickich ma oczywiście ściślejszy związek z religią i historią Kościoła. Są one nierzadko specyficzne dla danego kraju. Hiszpanie na przykład celebrują nie tyle Niedzielę Wielkanocną, ile Wielki Tydzień, skupiając się na przypomnieniu Męki raczej niż Zmartwychwstania. Co więcej, obchody te nie zamykają się w kościołach czy gronie rodziny, ale wychodzą na ulice miast w niekończących się procesjach organizowanych przez różne bractwa, z których najstarsze istnieją od XIV wieku. Wzdłuż głównych ulic ustawia się krzesła, pozostawiając centralne miejsce dla procesji, aby nawet ci, którym brakuje sił, mogli uczestniczyć w wydarzeniach. Dla jednych jest to ważne przeżycie religijne, dla wielu innych po prostu spektakl kulturalny, tradycyjny rytuał, nierzadko umiejętnie wykorzystywany dla turystycznej reklamy miejscowości. Najbardziej spektakularne procesje odbywają się w Valladolid, Saragossie i na południu - w Sewilli, Maladze, czy Murcji. Ubrani w historyczne stroje członkowie bractw noszą ogromne *pasos*, czyli platformy z figurami przedstawiającymi Matkę Boską, Chrystusa i sceny pasyjne. Często towarzyszą im osoby ubrane jak postaci z Biblii i pokutnicy w specyficznych nakryciach głowy - *capirotes*. Tradycja pokutników (jak i historia samych bractw procesyjne organizujących) sięga średniowiecza, kiedy osoby ukarane przez inkwizycję musiały przywdziewać *san benito* - szaty pokutnicze oraz zakładać spiczasty kaptur.

Niezwykłą tradycją jest florencka *scoppio del carro*, czyli eksplozja wózka. Jej korzenie sięgają czasów wypraw krzyżowych i historii młodego Florentczyka, Pazzino de' Pazzi, który w czasie pierwszej z nich wyróżnił się szczególną odwagą i otrzymał w nagrodę trzy krzemienie ze Św. Grobu. Relikwie te przechowywane są do dziś w kościele Santi Apostoli i one stały się inspiracją dla spektaklu przyciągającego corocznie tłumy turystów. Około godziny 10 rano kapłan pociera krzemienie Pazzino, by zapalić wielkanocną świecę. Ona z kolei służy do podpalenia kilku kawałków węgla umieszczonych w specjalnym kontenerze na wozie pełnym fajerwerków, po czym procesja w historycznych strojach, z bębniami i flagami prowadzi święty ogień do katedry Santa Maria del Fiore, zwanej popularnie, jak w każdym włoskim mieście, po prostu Duomo. Około jedenastej, kiedy wewnątrz kościoła śpiewana jest Gloria, arcybiskup zapala świętym ogniem małą raketę w kształcie gotębicy - symbol Ducha Świętego, która po drucie wystana zostaje do oczekującego wozu. Efekt pirotechniczny jest oczywiście niezwykle powtarzany rytualnie od kilku stuleci, choć teraz rejestrowany natychmiast przez tysiące kamer w rękach zgromadzonych głowa przy głowie widzów.

Procesje wielkanocne, choć wyrastają z chrześcijańskich tradycji, bywają obecnie całkowicie świeckie, jak słynna nowojorska parada kapeluszy. *Easter Bonnet Parade*, organizowana od ostatnich dziesięcioleci dziewiętnastego wieku i dla wielu będąca emblematem amerykańskiej Wielkanocy, łączy w sobie dawne tradycje z nowoczesnym festiwalem. Przekonanie, że święta i wiosnę trzeba witać także nową szatą, nowym nakryciem głowy sięga dawnych czasów - w czasach Tudorów w Anglii na przykład sądzono, że osobom, które nie będą miały na Wielkanoc nowej tkaniny grozi zniszczenie przez mole całego dobytku, a i w wielu innych krajach zaniedbanie włożenia nowej części garderoby wróżyło nieszczęście. Jeszcze nasze babcie nie wyobrażały sobie Wielkanocy bez nowego kapelusza i nowych rękawiczek, nawet jeśli już nie wiązały z tym grozy złego omenu.

Ale co z Polską i jej tradycjami? Przecież, jak pisał cudnie Norwid:

*Do kraju tego,
gdzie kruszynę chleba
Podnoszą z ziemi
przez uszanowanie
Dla darów Nieba...
Tęskno mi, Panie...
Do kraju tego,
gdzie winą jest dużą
Popsować gniazdo
na gruszy bocianie,
Bo wszystkim służą...
Tęskno mi, Panie...*

Nawet mieszkając za granicą i siłą rzeczy przejmując wiele obyczajów nowego kraju, wracamy myślą do ojczyzny przede wszystkim w okresie świąt, bo one, pamiętane z dzieciństwa zawsze w nas gdzieś tkwią. Szczególną i szczególnie piękną polską tradycją jest oczywiście święconka. Znana w różnych formach i w niektórych innych regionach, ale nigdzie nie mająca takiej rangi i ogólnonarodowego zasięgu, jak w Polsce. Piszę ogólnonarodowego, bo nie zamyka się w granicach kraju nad Wisłą, rozrzucony po świecie Polacy przywiązują do niej często wielką wagę, dekorują z pieczołowitością koszyki z chlebem naszym powszednim, solą (od dawna cenioną jako niezbędną do życia i konserwująca żywność, symbolicznie oznaczała kogoś głęboko prawego lub coś, co niezbędne: *bo nie jest światło, by pod korcem stało, ani sól ziemi do przypraw kuchennych* - Norwid), jajkami do dzielenia się przy wielkanocnym śniadaniu, wędlinami, ciastami i przede wszystkim Barankiem z czerwoną chorągiewką:

*I wiem, gdy łzę swoją trzymam
jak złoty kamyk z procy -
zrozumię mnie mały Baranek
z najcichszej Wielkiej Nocy.
Pyszczyk położy na rękę -
sumienia wyrwóci podszewkę -
serca mego ocali
czerwoną chorągiewkę*

(Jan Twardowski, *Wielkanocny pacierz*)

Święcenie jada ma oczywiście szersze korzenie niż obecny polski rytuał. Przy różnych okazjach prosiło się kapłana o błogosławieństwo stołu. Modlitwy przed posiłkiem choćby są bardzo rozpowszechnione wśród protestantów, szczególnie w północnej Ameryce, bo w laickiej Europie ten zwyczaj zanika. Niemniej jednak ma on to samo, co polska wielkanocna święconka sens - odwieczna ludzka prośba o przysłowiowy chleb na stole, o to, by nigdy nie zabrakło jedzenia dla wyżywienia rodziny.



Christus Zmartwychwstały - Bartolomeo Suardi, 1490
Thyssen-Bornemisza National Museum

Mniej poważną i bardzo w swojej istocie ludową tradycją jest polski śmigus dyngus, choć sama nazwa ma niemieckie proveniencje. Być może pochodzi od słowa *dingen*, co oznacza *wykupywać się*, ale Zygmunt Gloger, historyk i etnograf, dostrzegł również może bardziej trafnie podobieństwo do niemieckiego słowa *Dünnguss*: kałamarz, chlusta wody. Jak i tyle innych obrządków wielkanocnych i on wyraża radość z odradzającego się na wiosnę życia. Wyrósł najprawdopodobniej z wiary, że oblewanie wodą ma sprzyjać płodności, stał się formą odświętnych, pierwszych w roku zalotów. O wiele bardziej popularny na wsiach, obecnie trwa głównie w nazwie świątecznego *lanego* poniedziałku, albo okazjonalnie w zupełnie symbolicznych gestach kropienia się wzajemnego perfumami czy wodą kolońską.

Szczególną tradycją jest ubieranie w kościołach grobów, do których w Wielki Piątek składa się obrzędowo ciało Chrystusa. Zwyczaj nie jest

ekskluzywnie polski, oczywiście, ściśle związany z chrześcijańską religią i powszechny szczególnie w katolicyzmie. W Polsce jednak, w okresie komunizmu, *'groby'* odgrywały niezwykłą rolę - były najczęściej wyrazem politycznej opozycji w sferze, gdzie cenzura miała wstęp ograniczony i interpretację symboli zawężoną. Kościoły, szczególnie w wielkich miastach wprost prześcigały się w pomysłowych i wymownych grobach, najstydniejsi artyści angażowali się we współpracę, a ludność ustawiała w ogromnych nieraz kolejkach, wędrując od kościoła do kościoła w rytuale politycznego wyzwania. *Chodzenie na groby* było wprost społecznym obowiązkiem w ostatnie dni Wielkiego Tygodnia i to zarówno wśród wierzących jak i agnostyków.

Tradycja, jak widać choćby z tego pobieżnego szkicu, jest raczej ewoluującym procesem, niż zamkniętą księgą z nabożeństwem przez pokolenia odczytywaną. Nie można wstąpić dwa razy do tej samej rzeki, bo to już nie jest ta sama rzeka i już nie ten sam wstępujący... W rzeczach ludzkich jedyną stałą jest, paradoksalnie, ciągła zmiana. Ale Heraklit tworzący słynną metaforę rzeki zawsze zmieniającej, jednocześnie zauważa istnienie uniwersalnego prawa, uniwersalnego porządku. My także przyglądając się ludzkiej tradycji zauważamy, że pewne treści, nomen omen archetypy, się nie zmieniają, znajdują one jedynie nową szatę, nową formę wyrazu. Jajka czekoladowe mogły pojawić się dopiero dobrze w dziewiętnastym wieku - na początku XVI w wyniku tzw. wymiany kolumbijskiej ziarna kakao przywędrowały pierwszy raz do Europy, ale długo zadawano się ono na nowym kontynencie, a i później pozostawało jedynie napojem i to dla niewielu wybrańców. Czekolada w stanie stałym to wynalazek trzeciej dekady XIX stulecia. Jej obecność w wielu wielkanocnych zwyczajach nie ma więc długiej historii. *Easter Bonnet Parade* jest nowym dodatkiem do starej tradycji, ale jakże kreatywnym i radosnym! Bo radość z odradzającego się życia, triumfu tego życia nad śmiercią jest tak stara, jak ludzka społeczność. Podobnie jak sama potrzeba świętowania, obrzędu, powtarzalności rytuałów dających psychiczne i emocjonalne oparcie. Lubimy teatralność, wizualność obchodów, lubimy zasiadać z rodziną i przyjaciółmi do stołu, lubimy po prostu być - odświętnie - razem. Tradycja w swojej esencji, choć niekoniecznie w ciągle ewoluujących szczegółach, jest dla nas istotnie tą nicią Ariadny w nierzadko groźnym labiryncie wieków.

Profesjonalne porady

Ekonomiczne

fakty, statystyki i ciekawostki

WALDEK TADLA

U podstaw każdej wielkiej i małej ekonomii znajdują się ludzie. Ich cele, interesy, motywacje ale też ich świadomość, charakter oraz etyczna spójność. Te wszystkie czynniki formują naszą rzeczywistość. Dzisiaj jednak nie będzie o pieniądzach, ani też o inflacji. Porozmawiamy sobie o ludziach, a raczej posłuchamy tego, co na ten temat ma do powiedzenia Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski.

Kijów, 27 marzec 2022. Rozmawiając z dziennikarzami The Economist w rządowym budynku wzmocnionym workami z piaskiem i otoczonym przeciwczołgowymi zaporami, Zełenski jest autentyczny, bezpośredni i do bólu szczery. Wszak tragedia, która spotkała jego naród, nie pozostawia miejsca na kurtuazję i polityczną poprawność narracji. Mówi jak jest: o stałej potrzebie Ukrainy na broń, o swoich poglądach na prezydenta Bidena i innych zachodnich polityków oraz o tym co oznaczałoby zwycięstwo jego rodaków dla całego świata. Jednak z perspektywy „bombardowanego okopu” w przekazie Zełenskiego najbardziej wybrzmiewa nieludzki wręcz obraz rosyjskich najeźdźców.

Są to ludzie źli i podli, o bardzo niskim morale. Nie oplakują nawet własnych ofiar. „To jest coś, czego nie rozumiem. Około 15 000 rosyjskich żołnierzy zostało zabitych w ciągu jednego miesiąca... Tymczasem Putin traktuje swoich żołnierzy niczym kłody drewna wrzucane do pieca. Nawet ich nie pochowa... Ich zwłoki walają się na ulicach. Mieszkańcy ukraińskich miast i miasteczek mówią, iż nie da się tu oddychać z powodu... ulicznego smrodu - rozkładających się ciał.”

Zełenski porównuje bezdusność maszyny wojennej Putina z bohaterską postawą żołnierzy broniących ukraińskich miast. „Nasi waleczni żołnierze bronią teraz Mariupola... Bitwa wydaje się być przegrana, mogliby już dawno stamtąd wyjechać, ale nie opuszczają swojego miasta.” Po 31 dniach bombardowań i krwawego oblężenia nadal walczą. Robią to nie dlatego, że im rozkazałem, ale dlatego, że chcą zostać aby móc pochować zabitych, ratować życie rannych oraz chronić wszystkich tych, którzy tam zostali. Taka postawa różni nas fundamentalnie od rosyjskich najeźdźców. Jest to inny sposób pojmowania świata

dwóch walczących ze sobą stron.”

Zarówno Putin, jak i Zełenski są rosyjskojęzyczni, jednak mówią diametralnie innym językiem władzy. W świecie Putina, życie ludzkie jest marne i tanie, a chwala należy się „nieomylnym władcom”. Nie ma miejsca na litość czy zrozumienie słabszych, dlatego też nie ma miejsca dla wolnej, europejskiej Ukrainy. „Nie sądzę aby Putin we własnym umyśle wyobrażał sobie tę samą Ukrainę, którą teraz mamy. Postrzega nas, jako składową część swojego świata. Jednak obraz ten nie odpowiada rzeczywistości ostatnich 30 lat. Dlatego uważam, że Putin nie jest zamknięty w bunkrze przez ostatni miesiąc, lecz siedzi tam, już przeszło dwie dekady.”



Wyznacznikiem potęgi i siły Putina jest przemoc. Każdy, kto jest wrażliwy, jest słaby. Terrorizm polityczny we wschodniej Ukrainie trwa już od roku 2014. „Porywają burmistrzów naszych miast. Niektórych z nich nie możemy do dzisiaj odnaleźć. Niektórzy z nich zostali zabici. Tych, których już nie ma, podstępnie zastąpiono moskiewskimi wasalami... To właśnie oni przeprowadzają dzisiaj wojenną operację.” Po drugiej stronie barykady Zełenski widzi wielką siłę w postawie pokornych Ukraińców; „Na samym środku ulicy machali rękami i próbowali zatrzymać czołgi. Było to w Chersoniu, jednym z miast okupowanych przez siły rosyjskie. Mieszkańcy z własnej woli postanowili zatrzymać czołgi swoim ciałem. Nie mogłem im tego zabronić, ani tego aby rzucić się pod gąsienice czołgu. Dlatego zostaną z tymi ludźmi na zawsze.”

Zełenski przepowiada jaki będzie koniec, krwawego starcia: „Wierzymy w zwycięstwo. Nie możemy wierzyć inaczej. Na pewno wygramy, bo to jest nasz dom, nasza ziemia, nasza wolność i niezależność. Jest tylko kwestią czasu kiedy to się stanie. Nie wszystko jednak zależy od bojowego ducha Ukraińców, dużo zależy też od wsparcia Zachodu. Jeśli Ukraina ma bronić europejskiego standardu życia, to potrzebuje czołgów, pojazdów opancerzonych, samolotów wojskowych i amunicji - potrzebuje ich tu i teraz. Bo - ‘pomóżemy wam w nadchodzących tygodniach’ - już nie działa.”

Zełenski dzieli kraje NATO na pięć grup:

1 - Tych, którzy nie mają nic przeciwko długiej wojnie, która prowadzi do osłabienia Rosji. Nawet jeśli będzie to kosztem upadku Ukrainy i kosztem ukraińskiej krwi.

2 - Tych, którzy chcą szybkiego zakończenia walk, ponieważ rosyjski rynek jest zbyt duży, a ich gospodarki cierpią z powodu wojennej destabilizacji.

3-4 - Bardziej zróżnicowana grupa krajów, która określa „nazizm w Rosji (rasyzm)” za fakt oczywisty. Dlatego chcą szybkiego zwycięstwa Ukrainy. Dołączają do nich również mniejsze, bardziej liberalne kraje, które chcą zakończyć wojnę, ponieważ uważają, że życie ludzkie jest najważniejsze.

5 - Piąta grupa to kraje najbardziej zakłopotane, chcą pokoju, bo są „urzędami Federacji Rosyjskiej w Europie”, czyli są jej sprzymierzeńcami.

Zełenski chwali Amerykę i Wielką Brytanię. Przyznaje, że Biden coraz bardziej angażuje się w pomoc i jest skuteczny. Z drugiej strony Niemcy, próbują odnaleźć równowagę między Rosją a Ukrainą. Takie podejście wynika z długotrwałej i bogatej współpracy z Rosją. Dlatego też, Niemcy patrzą przez pryzmat gospodarki. Jeżeli czują presję świata to pomagają. Przestają pomagać gdy uznają, że zrobili wystarczająco dużo. Na pytanie: dlaczego przywódcy, tacy jak prezydent Francji Emmanuel Macron, nie dostarczyli czołgów, aby pomóc Ukrainie? Zełenski odpowiada prosto: „Boją się Rosji. I to wszystko.” Istnieje również problem sankcji nałożonych przez kraje zachodnie na Rosję. Dla przykładu największy rosyjski Sberbank nie został odcięty od systemu szybkich płatności. Ponieważ jest to jeden z głównych sposobów, w jaki Europa płaci za gaz. Ameryka nałożyła embargo na rosyjską ropę i gaz. Z drugiej strony Europa, która jest znacznie większym klientem tego nie zrobiła. „Najważniejszą

rzeczą jest aby kraje zachodnie postawiły się w naszej sytuacji i bardzo szybko zaczęły działać... My słyszymy, że decyzja o uszczelnieniu sankcji zależy od tego, czy Rosja przeprowadzi na nas atak chemiczny. To nie jest właściwe podejście. Nie jesteśmy królikami doświadczalnymi.”

Jak zdaniem Zełenskiego będzie wyglądać ukraińskie zwycięstwo? Po długiej chwili milczenia udziela odpowiedzi, która byłaby wręcz niewyobrażalna w ustach Putina: „Zwycięstwo to możliwość ocalenia jak największej liczby istnień ludzkich... ponieważ bez tego nic nie miałoby sensu. Nasza ziemia jest ważna, tak, ale ostatecznie to tylko ograniczone terytorium”.

24 lutego 2022 roku pan Zełenski był w domu z żoną i dwójką dzieci. Obudzili go o świcie. „Powiedzieli mi, że były głośne eksplozje. Po kilku minutach otrzymałem sygnał, że trwa atak rakietowy. Po rozpoczęciu inwazji Amerykanie zaproponowały mi bezpieczną ewakuację. Zdecydowałem się zostać. Nie chodzi o bycie odważnym. Muszę zachowywać się tak, jak ja tego chcę - nie jak chcą tego inni. Jeśli nie wiesz, jak masz zrobić, to wystarczy być szczerym. Musisz nade wszystko być szczerym, żeby ludzie mogli ci zaufać. Nie możesz udawać, ważne jest aby być sobą... aby nie pokazywać innym, że jesteś od nich lepszy.”

W świecie Putina uczciwość to słabość. Jego moc opiera się na matactwie i oszustwie. Kiepsko skrywanym tajemnicach oraz psychicznym zastraszaniu drugiego człowieka. Jego kult władzy został zbudowany na przemocy i kłamstwie. Wydaje mu się, że jest bogiem. Tymczasem pan Zełenski jest człowiekiem ludzi. Jego siła tkwi w otwartości i zdolności do słuchania innych. Doskonale odzwierciedla on to, czego wszyscy od życia oczekujemy. Czy wspominałem już o jego odwadze?

Kolejny raz, kremlowski dyktator bardzo dużo nam uświadomił. Przede wszystkim to, że Zachód wcale się nie kończy i nie zdycha. Przez ostatnie lata w tysiącach esejów i setkach książek narzekaliśmy na kondycję Zachodu, a NATO wyrzuciliśmy do kosza. Teraz widzimy jasno, że mimo pojawiających się problemów, na końcu dnia łączą nas wspólne wartości, których zawsze będziemy bronić. U podstaw każdej wielkiej i małej ekonomii znajdują się ludzie. Ich cele, interesy, motywacje ale też ich świadomość, charakter oraz etyczna spójność. Te wszystkie czynniki formują naszą rzeczywistość. W której rzeczywistość chciałbyś żyć; Putina czy Zełenskiego?



"Bo Dom jest najważniejszym miejscem na świecie"

TADLA & TADLA REAL ESTATE GROUP
 Świadczy pełny zakres profesjonalnych usług w dziedzinie wynajmu, kupna i sprzedaży każdej nieruchomości na terenie stanu Kolorado. Ponad 1000 ofert zamieszczonych ekskluzywnie na naszej stronie internetowej:

www.TadlaRealty.com

Tel: (720) 935-1965



Waldek Tadla
Managing Broker

Polska Parafia pod wezwaniem św. Józefa



Trudny uczynek miłosierdzia

STANISŁAW MICHAŁEK SCH

Ciągle jeszcze trwamy w Wielkanocnej radości i przed oczyma mamy przychodzącego do apostołów z m a r t w y c h w s t a ł e g o Chrystusa, który przekazując im pokój, pokazuje swoje rany i przekonuje: „To ja jestem”. I dalej mówi: „Weźmijcie Ducha Świętego! Którym odpuscicie grzechy, są im odpuszczone...” Słowa te ukazują przeogromne Boże miłosierdzie i z woli samego Jezusa druga niedziela po Wielkanocy, obchodzona jest jako Święto Bożego Miłosierdzia.

Takie życzenie wyraził Chrystus wobec siostry św. Faustyny Kowalskiej w 1934 r. podczas objawienia się jej w Wilnie. Wszyscy znamy obraz

niewinnych, potrzeba miłosiernej miłości Boga, w której świetle odstania się niewypowiedziana wartość każdego ludzkiego istnienia. Potrzeba miłosierdzia, aby wszelka niesprawiedliwość na świecie znalazła kres w blasku prawdy. Może właśnie dlatego, przez świadectwo skromnej zakonnicy z Łagiewnik Chrystus niejako wchodzi w nasze czasy, ażeby wyraźnie wskazać na to źródło ukojenia i nadziei, jakie jest w odwiecznym miłosierdziu Boga”.

Ta postawa ufności, rozumiana jest jako

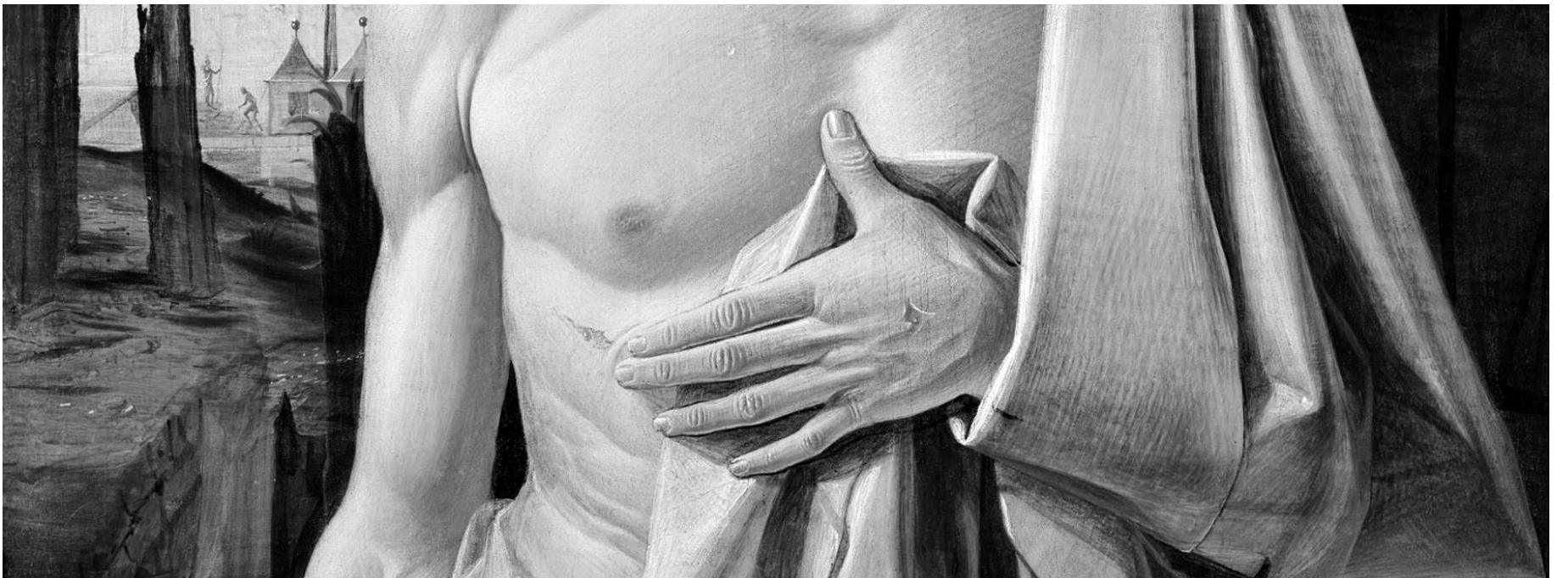
modlitwy za żywych i zmarłych słyszemy często i zazwyczaj staramy się o tym pamiętać w swojej osobistej modlitwie i czynimy to zawsze podczas Mszy Świętej. Większy problem mamy z okazywaniem miłosierdzia poprzez słowo. I tak jak jeszcze pamiętamy i łatwo nam przychodzi, aby, strapionych pocieszać czy wąpiącym dobrze radzić to o wiele większy problem mamy z tym, aby grzeszących upominać czy nieumiejętnych pouczać, a przecież są to dwa pierwsze uczynki miłosierdzia względem duszy wymienione w katechizmie.

Może dzieje się to dlatego, że za bardzo odchodzimy od wskazań Ewangelii a

Piotra, który zachowywał się dwulicowo. A więc czasami nawet najwyższy przełożony potrzebuje napomnienia. Pismo św., uczy, że Bóg jest pierwszym, który w imię miłości wciąż nas upomina, a my sami mamy obowiązek udzielania sobie wzajemnie upomnień (Rz 15,14).

Trzeba liczyć się z tym, że nie każde upomnienie zostanie przyjęte. Pociechą może być fakt, że Bóg ma ten sam problem na większą skalę z każdym z nas.

Upominanie jednak wymaga zachowania szeregu warunków, żeby, jak powiada Jezus - „pozyskać swego brata”. Jednak szczególnie w tym dziele miłosierdzia bardziej liczy się forma niż treść. Św. Tomasz powie, że aby uczynek



Fragment obrazu *Chrystus Zmartwychwstały* - Bartolomeo Suardi, 1490r

Bożego Miłosierdzia przedstawiający Zmartwychwstałego Jezusa w długiej białej szacie z jedną ręką uniesioną do góry (jakby w geście rozgrzeszenia z sakramentu pokuty) i drugą wskazującą na swoje serce, z którego wychodzą dwa promienie: niebieski oznaczający wodę i czerwony symbolizujący krew; obraz podpisem: „Jezu Ufam Tobie”. Obraz ten namalowany po raz pierwszy przez Eugeniusza Kazimirowskiego pod natchnieniem siostry Faustyny doznaje czci na całym świecie.

Pomni na słowa Jezusa staramy się ten dzień obchodzić uroczystie, czego wyrazem jest między innymi procesja między naszymi kościołami świętego Józefa a sanktuarium Matki Bożej z Guadelupe. W ten sposób zachęcając do udziału w procesji i idąc ulicami miasta chcemy przypominać o tym co podczas konsekracji świątyni Miłosierdzia Bożego w Krakowie, 17 sierpnia 2002 roku mówił Ojciec święty Jan Paweł II:

„Jak bardzo dzisiejszy świat potrzebuje Bożego Miłosierdzia! Na wszystkich kontynentach z głębin ludzkiego cierpienia zdaje się wznosić wołanie o miłosierdzie. Tam, gdzie panuje nienawiść i chęć odwetu, gdzie wojna przynosi ból i śmierć

wewnętrzna postawa wobec Boga, która wyraża się w pełnieniu Jego woli, stanowi o istocie nabożeństwa do Miłosierdzia Bożego tak dalece, że bez tej postawy nie może być mowy o kulcie Miłosierdzia Bożego, jakiego sobie życzył Pan Jezus. Z postawą ufności wobec Boga wiąże się miłosierdzie wobec bliźnich. Miłosierdzie masz okazywać zawsze i wszędzie bliźnim - przypomina Pan Jezus przez s. Faustynę podstawowy chrześcijański obowiązek - nie możesz się od tego usunąć ani wymówić, ani uniewinnić. Podaję ci trzy sposoby czynienia miłosierdzia bliźnim: pierwszy - czyn, drugi - słowo, trzeci - modlitwa; w tych trzech stopniach zawiera się pełnia miłosierdzia i jest niezbitym dowodem miłości ku Mnie. W ten sposób dusza wystawia i oddaje cześć miłosierdziu Mojemu (Dz. 742). Pan Jezus pragnie, aby Jego czciciele spełnili w ciągu dnia przynajmniej jeden akt miłosierdzia wobec bliźnich z miłości ku Niemu przez dobry czyn, słowo lub modlitwę. Wyjaśnił też, że większą usługę ma miłosierdziu wobec duszy i dodał, że na to nie potrzeba zasobów materialnych. Miłosierdzie może i powinien świadczyć każdy człowiek. Jest to wymaganie, jakie przed każdym ochrzczonym stawia Ewangelia. Akt miłosierdzia wobec bliźniego to nie tylko pomoc materialna, o której myślimy najczęściej, lecz również i pomoc duchowa wyrażająca się poprzez słowo i modlitwę. O konieczności

ulegamy wpływowi świata. Współczesna kultura z wielu powodów kwestionuje upominanie grzeszących, a nawet dochodzi do tego, że zabrania to czynić. Mówi się, że upominanie to brak szacunku dla wolności. Zwrócenie komuś uwagi bywa odbierane jako zamach na jego autonomię. Upominanie jest tolerowane, gdy ktoś wprost szkodzi innym. Ale jeśli uznamy, że szkodzi tylko sobie, to reakcją bywa wzruszenie ramion: „Jest dorosły; wie co, robi; jego sprawa”. Nie dajmy sobie wmówić, że przestrzeganie kogoś, gdy schodzi na złą drogę, jest naruszeniem jego prawa do wyboru. Wolność jednostki rozumiana jako prawo do robienia wszystkiego jest dziś traktowana jako wartość absolutna. Dochodzi do tego, że nawet rodzice boją się upominać swe dzieci, albo żeby mieć tak zwany „święty spokój” przysmakują oczy na ich grzechy.

Ale wolność nie jest wcale absolutem. Upominanie nie narusza niczyjej wolności. Przeciwnie - jest odpowiedzialnym procesem wychowawczym i właściwym kształtowaniem sumienia. Wezwaniem wolności, aby służyła dobru, a nie złu.

Zalecenie Jezusa nie pozostawia wątpliwości: trzeba upominać, bo jesteśmy wzajemnie związani ze sobą. Grzech jednego szkodzi innym. Św. Paweł nie bał się upomnieć nawet samego św.

miłosierdzia przyniósł zamierzony owoc powinien być spełniony „tam, gdzie należy, wtedy, kiedy należy, i w odpowiedni sposób”.

Celem napomnienia nie jest karcenie czy poniżenie bliźniego, ale skłonienie do refleksji i opamiętania. Nikt nie lubi upominać, bo naraża się w ten sposób na utratę sympatii czy przyjaźni. Nikt też nie lubi być upominanym. Ale i jedno, i drugie jest potrzebne dla wzrostu, rozwoju człowieka. Nie zbuduje się żadnej więzi bez szacunku dla prawdy.

Tak jest też i w relacji z Bogiem. On oczekuje przyznania się do winy i nawrócenia, którego owocem byłoby przebaczenie jako kolejny dar i przejaw Bożego miłosierdzia. Gdy więc wystawiamy niezgłębione Miłosierdzie Boże i składamy naszą ufność w Boga, musimy pamiętać że, całe dzieje zbawienia to historia wysiłków Boga dla ocalenia człowieka - stąd, gdy ostrzegamy i wzywamy do zawrócenia ze złej drogi stajemy się narzędziami Bożego miłosierdzia i spełniamy Jego wolę.

Filmowe rekomendacje Piotra



Trying to kill off Superman

PIOTR GZOWSKI



What you are about to read is almost completely true. If the characters resemble real persons, it is because they were real persons. However, the names have been encrypted to protect the guilty.

It was February of second semester at Fordham University, Bronx NY, in the latter half of the last millennium before the age of internet, when a college student could still buy a mug of beer at the Blarney Stone on Webster Avenue for twenty-five cents. The Mimes and Mumpers, Fordham's drama society was about to stage their version of the Broadway musical *Superman* and perform something that no other college drama club in the area had ever attempted - to fly an actor across the stage just like on Broadway.

It was a Tuesday two and a half weeks before the opening night. Everything was set to go except for one thing. The flying rig that was to convey Superman across the stage was not 100% .

(A brief explanation of the flying rig at Fordham. - The mechanism was based on the concept of weight distribution. Under the catwalks the actor was attached to a dolly from the flying harness by two cables. On the other end, the dolly was attached to the counterweights calibrated to the actor's weight. As the counterweights dropped the actor rose, and as the counterweights rose the actor dropped. It was all based on proper equilibrium)

Rich K and Tony G, the student special effects technicians, had spent months designing and then building the flying rig, however, the pulley system for the counterweights still snagged. The cables that were to suspend Richard, the star of *Superman*, had not yet been installed and a length of strong curtain rope acted as a substitute for setting the counterweights. Furthermore, the entire mechanism had yet to be tested on a live person. But the two "student engineers" assured Gerald P, the producer, that it was "Going to be unbelievable!" Coco, the director, on the other hand, was nervous, and when he became nervous, he

was irritable, and when he was irritated, he irritated Gerald P. "Two and a half weeks, Gerald! Two and a half weeks! Superman still hasn't left the ground!" To which Coco's assistant, the costume designer/creator, crooned in with "That's right! AND we have, as of YET, to test the Superman costume in the air to make sure the harness works and the cape drapes correctly, GERALD!" Gerald P, however, always knew how to diffuse their temperaments by assuring them that they were absolutely right.

At the Tuesday afternoon production meeting he polled the staff as to the whether the rig was safe enough to attempt a suspension test with Richard, in full costume, that evening. Rich K and Tony G felt that if it were just a matter of suspending Richard a few feet off the ground, and if Richard didn't jiggle the rope, it was feasible. I seconded the motion. Sam M, my best friend, a master of sarcasm, chimed in with "Sure, why not? If we kill him, we still have an understudy." The final consensus was to run the "test" that evening.

A few hours later, Richard, in full Superman regalia, was attached to the flying rig by the substitute rope. Rich K and Tony G staffed the counterweight pulley, the remainder of us took seats in the front row of the house. Richard, however, seemed a bit anxious. (What Richard had intentionally failed to disclose to anyone, from first auditions up until this very moment, was that he had a deathly fear of heights, any heights. Standing on a chair unsettled him. However, the thought of playing Superman, someone who actually flew on and off the stage in full view, would undoubtedly impress the ladies, and Richard was a notorious ladies' man. Furthermore, he was confident that his talent would compensate for the fear. So, he kept mum about it.)

Richard was lifted off the ground about a half foot. The pulley snagged. Rich K and Tony G gave the pulley a hefty tug. Suddenly, Richard vaulted up from a few inches to about ten feet. His eyes burst wide open. His body stiffened and he emitted a barely audible whimper. Nevertheless, the harness held. The costume looked magnificent. Everyone was both relieved and pleased and applauded enthusiastically. Richard, on the other hand,

hovered there silent, frozen stiff, his eyes large as moons, like a lifeless marionette.

"Okay, Richard!" said Coco "spread the cape, assume a heroic pose and call out 'Don't worry, Lois. I'll save you!' Then, we'll lower you down gingerly and we can all call it a night. OK?... Let's do it!"

The best Richard could muster up was to jam his elbows against his ribs, which restricted his arms, bend his hands at ninety-degree angles, one up, the other down, jam his right knee forward and left knee backward. He looked like a bizarre broken swastika pendant. As Rich K and Tony G tried to lower Richard the rope kept snagging in the pulley. Richard began to sway. When he shouted out his lines with forced enthusiasm, the momentum accelerated the sway into a pronounced swing. As he reached the apex of the forward arc there was a sudden SNAP! The rope split and for a nano second, Richard was frozen in midair. But gravity took over and tossed Richard forward into an arc, and Richard plummeted downward and slammed "full body" onto the stage floor. The impact reverberated like a cannon in Tchaikovsky's 1812 Overture. Coco gasped and bit his knuckles, Gerald P covered his face, Rich K and Tony G muttered a slow "Wowwww!" Sam M who was seated by my side turned to me and said, "You know I was only kidding earlier, right?" The only movement was Coco's assistant who leapt from his seat and onto the stage, knelt down next to Richard, uncovered the cape which had draped over Richard's head, patted Richard's back, then looked up and said "It's OK. It's OK. The costume and the harness are fine! Thank God!" Poor Richard lay face down, quietly sobbing that his arm was broken.

Campus security was notified. An ambulance was summoned. Important phone calls were placed to important people. Rich K and Tony G, Coco, his assistant, and Sam M tended to Richard who was conscious but weakly sobbing in intense pain. I was posted outside the Theatre to meet the ambulance, which arrived quickly from Fordham Hospital which was just across the street from the campus. The medical techs rushed into the Theatre with a gurney, examined Richard, confirmed that the arm was injured, splinted the

forearm, loaded Richard onto a gurney, and wheeled him to the ambulance.

Then the weirdest thing happened. As Richard was loaded into the ambulance, a tiny priest appeared out of nowhere wearing a thin purple stole around his neck carrying a small black satchel. He walked over to the gurney and in a thick Irish brogue said "Sonn, I hair there was a tragedy that befell ye! Do ya need sum spiritual confortin'?" Richard looked at the priest, and weakly but dramatically, answered "Oh...I'm OK, Father. I think I just... broke my arm". To which the tiny priest replied "Well sonn, as lang as ye didn't break yer heart!" He blessed Richard and then just disappeared into the night.

A short ride later, Richard, costumed as Superman, was wheeled into the emergency room with us in tow as his entourage. As the ambulance tech wheeled the gurney up to the reception desk, the nurse behind the counter bolted up and said "WHAT...in the WORLD?" To which ambulance tech with a deadpan answered "Yep! It's Superman. Where do you want him?"

Of course, it didn't take very long for word to spread that Superman was in the emergency room. Heads popped out of every nook. Even those patients that were conscious enough strained from their beds to get a glimpse of Superman on a gurney. "What happened, someone hit hm with a Kryptonite bat?... Does Lois Lane know?... Someone call the Daily Planet! ... Screw the Daily Planet, call the New York Post! ... Camera! Does anyone have a camera? I want a picture of this!"

Richard was placed into an isolated room off the main fairway away from all the hubbub. While Coco, his assistant, Rich K and Tony G wandered off to find a coffee, the rest of us kept Richard company awaiting the doctor's arrival. Then, in the open doorway, we noticed a young thin black orderly with a huge Afro. Without missing a beat, he spread his arms out like little wings, glanced at us, smirked, and whispered "Wooooosh!" and disappeared out of the frame.

When the attending physician arrived with her crew, we were herded out of the room. Coco's assistant stayed behind and insisted on helping the medical staff remove the Superman costume and harness. (As we later learned, the X-rays determined that Richard's arm was not broken but only sustained a substantial albeit painful hairline fracture because the fake muscle padding in the costume had buffered the fall and prevented a serious break in the bone.) Richard's arm was placed in a cast. He was sedated and kept overnight for observation. The rest of us were told to go home.

I called Hank C, the understudy, and told him that he was Superman. He sounded concerned for Richard, but I sensed that he was smiling.

The following evening, Wednesday, Hank C was on the Fordham stage. Coco's assistant made final adjustments to Hank's harness which was created simultaneously with Richard's. The caped upper torso portion of the Superman costume, which covered the harness, was adjustable. Therefore, Hank wore only the caped torso part and a pair of jeans rather than the full costume. After the Tuesday night fiasco Rich K and Tony G returned to the Theatre and spent the entire night and all of Wednesday bringing the flying rig up to par. The rope was replaced with proper airplane grade cables, the snagging pulley problem was resolved. It operated smoothly. The excitement that evening was that Hank would be the first actor to make a full flight across the Fordham stage. Although he was a head shorter and nearly twenty pounds lighter than Richard, and not as musically gifted, Hank was a natural athlete

Filmowe rekomendacje Piotra

- firm, toned and strong as iron - with a pleasant singing voice. However, what made him most appealing was his fearlessness. And this evening Hank bubbled with eagerness.

Everyone took their places like the night before. Coco reviewed the flight plan. Hank would lift off the stage floor, fly in an upward angle and disappear into the wings stage left. It was going to be a marvel to watch. Except for one small, overlooked item. Although the flying rig was fully operational, the counterweight system was still set at Richard's weight. So, when Hank struck a heroic pose and called out "Up! Up! And Away!!" and Tony G released the counterweights on the pulley, they dropped. Since they were heavier than Hank, they accelerated, and so, naturally, did Hank. Suddenly, Hank vaulted across the stage like an ancient Roman javelin launched from a catapult and disappeared into the wings where there were sounds of steel crashing against steel, followed by a staccato of horrible thuds. Hank appeared from the wings, dazed, cupping his hand over a nasty gash on his right temple, swaying and shouting "Okay, let's do this thing!" . Then he plopped to the ground sitting upright, but dazed.

The evening turned into a horrid déjà vu on the night before - the same phone calls, the same ambulance, the same ambulance techs, the same ride to the same emergency room staffed by the same personnel. The only difference was that Hank was not on a gurney but in a wheelchair with a bandaged head and the upper portion of the Superman costume. As the ambulance tech passed the reception

desk the ambulance tech said, with the same deadpan expression on his face said, "That's two." The nurse shook her head and turned on us like an angry mother "WHAT THE HELL ARE YOU GUYS DOING AT THAT COLLEGE - TRYING TO KILL OFF SUPERMAN?"

Fortunately, Hank had broken nothing. His athletic prowess saved him. When he slammed into the catwalk ladder in the wings the rebound sent him into a violent spin. The spinning harness cables dislodged the dolly and sheared its restraining clamps. The dolly came off the track and fell pulling Hank downward with it. But Hank had Tarzan reflexes. He grabbed the rungs of the ladder and despite being pulled downward, he managed to grasp every few of rungs which slowed his fall. Unfortunately, when he hit bottom, his forehead struck the last rung which left a nasty gash which required a few stitches. The X rays revealed no damage to the skull. There was no internal bleeding. Fordham hospital kept him overnight for observation. And Gerald P condemned the flying rig and ordered it to be dismantled.

But this story has a happy ending. Two and a half weeks later, *Superman* opened at the Fordham Theatre. Richard came back to star in the leading role. Coco's assistant made the costume adjustments to the to hide his arm cast. Since Hank was too bruised to play the part, Coco's assistant assembled a soldier's uniform for him, and Hank joined the chorus as a wounded veteran (The program still listed him as the understudy). There was no flying on stage. Instead, the flights were simulated with gobos (metal silhouettes placed on the

front end of spotlights) and sound effects. However, before the show opened, rumors about the near massacre of the Supermen spread throughout the student grapevine, and ticket and T-shirt sales soared. The Fordham Hospital emergency room was offered a packet of complementary tickets. At the cast party Sam M awarded Rich K and Tony G each a lapel badge with the word TERMINATOR in bold letters on it. Hank was re-christened as Tarzan. And the story of TRYING TO KILL OFF SUPERMAN attained legendary status. It became the favorite entertainment at parties for the remainder of the semester. Each person who told the story offered their own unique version of what happened. What you have just read was mine.

What inspired me to pass this story on to you is a film recently been added to Netflix menu titled *The Bubble*. Directed, produced, and co-authored by Judd Apatow and Pam Brady, it features an ensemble cast composed of Leslie Mann, Fred Armisen, Karen Gillan, David Duchovny, Kate McKinnon, among others. It is labeled a comedy but in actuality it is a broad farce about a fictitious major Hollywood studio that decides to shoot another installment of the *Cliff Beasts* franchise called - *Cliff Beasts 6: Battle for Everest: Memories of a Requiem* in the midst of the COVID 19 pandemic. The film pokes fun at everything - green screen technology, contemporary gadgetry, ZOOM, egos, relationships, producers, actors, agents, and those that the studio hires because as expert consultants but who actually no nothing.

The Bubble is a very silly film, which makes

no pretense about being a sophisticated comedy. However, it does contain a high giggle factor. One particular scene in the film, when the cast, in denial that they have contracted COVID, decide to continue shooting a scene where they are all harnessed in midair against a green screen, is what reminded me of the Fordham story. Perhaps, the film it is not worthy of a large screen in a motion picture theater, but it is perfect for an end of workday cocktail in the living room, and a good film to watch if you just want a tickle.



But as always, dear reader, pour yourself a tall dry martini and judge for yourself.

Piotr Gzowski

AKCJA Życie Kolorado

Kochani Przyjaciele i Czytelnicy,
z całego serca liczymy
na Waszą przychylność i wsparcie!

ŻYCIE Kolorado
POLISH NEWSPAPER IN COLORADO

Dziękujemy za wsparcie
2022 roku

- Michael Wanasz - \$1,000
- Tadla & Tadla Realty - \$,1000

Jola Lefler, Andrzej & Irena Motas, Mary Brzeski, Mike Chilimoniuk, Claudia Tadla, Teresa M Lesna, John & Teresa Czyszczonek, Bożena i Ryszard Rykowski, Jan Bialasiewicz & Ewa Wanasz-Bialasiewicz, Paulina & Rafał Ciochon, Marzena i Rafał Jarosz, Urszula i Kazimierz Tylicki

Serdecznie zachęcamy do wsparcia finansowego Życia Kolorado w tym roku.
Każda, nawet najmniejsza suma ma dla nas wielkie znaczenie!
<https://www.gofundme.com/f/ycie-kolorado-2022>



Różności

Yo papa, yo mama czyli Internet, cyrk i lama

w sieci wyszperał MARCIN ŻMIEJKO

SKANDAL NA OSCARACH

Ceremonia przyznawania nagród filmowych, firmowana przez Akademię Filmową - popularne Oscary to niestety nie to samo co kiedyś. Imprezy zostały całkowicie zdominowane przez poprawność polityczną, prowadzący są bardzo ostrożni, a do nagród są mianowane filmy z klucza oczekiwanej adekwatności, jednym słowem nuda i brak niezależności. W tym roku do tej miernoty nad miernotami doszedł incydent, podczas którego aktor Will Smith wszedł na scenę i z „liścia” uderzył żartującego komika - Chrusa Rock’a. Rock zażartował z żony Smitha (Jada Pinckett Smith), nawiązując do jej fryzury (aktorka cierpi na łysienie plackowate i pokazała się na gali z ogoloną do skóry głową). Chris Rock pozwolił sobie na żart, w którym powiedział, że czeka na GI Jane II - filmy, który miałby być kontynuacją pierwszej części (tej z Demi Moore). Taki film nie jest w żadnych planach a Will Smith poczuł się urażony po czym wszedł na scenę...i zrobił co zrobił. Sprawa przez kilka tygodni był na tapecie portali plotkarskich. Jedni twierdzili, że Smith powinien zostać aresztowany inni, że zrobił dobrze broniąc czci żony. W dalszej części gali Will Smith został nagrodzony Oscarem za rolę w filmie King Richards (bazowany na postaci ojca tenisistek Williams). Akademia Filmowa postanowiła zakazać Smithowi wstępu na galę Oskarów a aktor sam zrezygnował z uczestnictwa w Akademii.

SKARB ZNALAZŁ... PIES

Gliniany garnek pełen średniowiecznych monet to największy skarb, jaki znaleziono w Polsce od 100 lat. Jak podaje Gazeta Wyborcza takiego odkrycia dokonał w Wałbrzychu pies Kajtuś. Osoba, która zgłosiła znalezisko do wałbrzyskiego konserwatora powiedziała, że podczas spaceru pies w pewnym momencie zaczął kopać w ziemi i tak natrafił na dzbanek z monetami. W ziemi znajdowały się średniowieczne brakteaty w zniszczonym glinianym garnku. Konserwatorzy ocenili, że pochodzą z pierwszej połowy XIII w., a identyfikacja mennic wskazuje na warsztaty Śląska, Brandenburgii i Saksonii. Znalezisko jest w bardzo dobrym stanie i ma dużą wartość historyczną i materialną.

UWOLNIONA SPOD KURATELI OJCA: BRITNEY SPEARS JEST W CIĄŻY

O niestychanie popularnej w latach 90-tych wokalistce byto bardzo głośno w związku

z filmem dokumentalnym opisującym jej ojca, który przez lata sprawował kuratelę nad córką, która miała być niezdolna do decydowania o samej sobie. W dokumencie przedstawiono ojca Britney Spears jako zaborczego typu, który wykorzystuje córkę a szczególnie jej źródła dochodu. Pod presją społeczną Spears senior postanowił uwolnić Britney spod kurateli i oddać jej prawa do samostanowienia o swoim życiu. W kwietniu w świecie celebryckim gruchnęła wieść: Britney Spears jest w ciąży. Piosenkarka i jej narzeczony - Sam Asghari spodziewają się dziecka. Britney ma już dwoje dzieci ze swoim byłym mężem Kevinem Federlinem. O nowej płycie na razie nic nie słychać.

AL PACINO Z NOWĄ PARTNERKĄ

Aktor znany z roli Michaela Corleone (Ojciec Chrzestny) czy Tony’ego Montany (Człowiek z blizną) niedawno ukończył 81 lat. Znany aktor ostatnio został namierzony przez dziennikarzy na kolacji z młodszą o 50 lat Noor Alfallah. Para miała rozpocząć swoją znajomość podczas trwania pandemii. Związki osób o dużej różnicy wieku mogą szokować i świadczyć o równym niekoniecznie związanych z emocjonalnym przywiązaniem powodach. Obecna partnerka Pacino, 28-letnia Noor Alfallah jest tu nieco innym przypadkiem. Pani ta bowiem w swoim „portfolio” znajomości ma panów, którzy są już z bardzo słusznym wiekiem. W niedalekiej przeszłości spotykała się między innymi z byłym wokalistą The Rolling Stones, 78-letnim Micke’em Jaggerem, aktorem Clintem Eastwoodem lat 91 oraz najmłodszym w tym całym towarzystwie, 60-letnim Nicolasm Berggruenem. Pani zdecydowanie wyspecjalizowała się w związkach partnerów w wieku zaawansowanym.

JOHNNY DEEP I AMBER HEARD SPRAWA W SĄDZIE

Para celebrytów przeszła przez ciężki rozwój a obecnie Johnny Depp i Amber Heard biorą w rozpoczętym 11 kwietnia procesie, określanym jako proces dekady. Całe zajście można oglądać za pośrednictwem Court TV. Dodatkowo ten wielkoprofilowy konflikt jest obserwowany przez największe plotkarskie portale i gazety. Kilka lat temu na łamach „The Washington Post” Amber Heard oskarżyła byłego małżonka (choć nie wymieniła go z nazwiska) o fizyczne i psychiczne znęcanie się nad nią. Kariera Johnny’ego Deppa zawisła wówczas na włosku. Obecnie Deep sądzi byłą małżonkę o 50 milionów i zarzuca jej

Krzyżówka Życia Kolorado

RYBA DRAPIEŻNA O ZIELONKAWYM GRZBIECIE	WĘGIERSKI AUTOBUS	MEBEL NA SEGMENTCIE	PODNOŚNIK WĘGLOWODÓR W OLEJKACH ETERYCZNYCH ROŚLIN; WYRAZ Z LITER: E, I, N, N, P	EWANGELISTA W CZESNA PORĄ DZIA	23							
...BOŻA TO TALENT	SZARPANINA		PAŃSTWO Z LIMA	16	19							
ARKUSZ WOSKU PSZCZELEGO		EKSCENTRYK										
		STOP NA MAGNESY	11									
DUŻY BALKON			SFILMOWANA POWIEŚĆ EMILA ZOLI		10							
			BÓG MIŁOŚCI W MITOLOGII GRECKIEJ		5							
ZGIEŁK WRZAWA				BRON WYRZUCAJĄCA STRZAŁY, DZIS UŻYWANA TYLKO W SPORCIE								
DRZEWO IGLASTE	15											
GRANICZY Z KAMERUNEM	WYMIANA	JEDNA Z WIERZB		KWOTA, KTÓRA SIĘ DOPLACA, DODATEK DO PŁACONEJ SUMY	TŁUSZCZYKU PRZYBYŁO TU I ÓW DZIE							
			21									
	18		OGÓL DZIEŁ UCZONEGO, PISARZA	SPEC OD PIECÓW WYKWIT SKÓRNY	3							
SKAFANDER				DOPEŁY WOLEGI	22							
WŁADCA MUZYKAŃSKI			13	USTAWA BRITYJSKA	2							
			MUZYKA EMINEMA		9							
MIASTO KOŁO KRUSZWICY			24		POREKA NA WEKSŁU LUB CZEKU							
				1	12							
8			USTAWIONY NA ŁADZIE STAŁY ZNAK NAWIGACYJNY NA POTRZEBY ŻEGLUGI		4							
MARKA SAMOCHODÓW Z ALEJKAMI W MIĘŚCIE	STAŁA POSADA		14	NAJDŁUŻSZA RZĘKA NA PÓŁWYPIE IBERYJSKIM								
			20									
			17	UTWÓR CHATEAUBRIANDA	7							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
		14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24

klamstwo, w wyniku którego ucierpiał jego profesjonalny image. Para co chwilę wyrzuca na siebie pomyje a obserwatorzy mają okazję do zobaczenia jak naprawdę wygląda życie par w Hollywood. Według sąsiada Deep’a oskarżenia jego byłej żony są kłamstwem i Amber Heard zwyczajnie kłamie. Nie ulega wątpliwości, że małżonkowie dopiero się rozkręcają i najlepsze jeszcze przed nami.

SPŁĄDROWANY GRÓB KOMIKA

Benny Hill w latach 80 był jednym z najbardziej popularnych komików na świecie, jego Benny Hill Show był obecny w stacjach telewizyjnych na całym świecie. Show

brytyjskiego komika dotarł do Polski wraz z napytym technologii do odbioru telewizji satelitarnej. Życie Hilla było wesole tylko z pozoru, tylko prawdziwi przyjaciele (a miał ich dwóch) wiedzieli, że w życiu prywatnym Benny Hill był bardzo samotny. Benny Hill zmarł 20 kwietnia 1992 roku w wieku 68 lat. Wkrótce po pogrzebie pojawiły się plotki, że Benny Hill został pochowany z ogromną ilością biżuterii. W nocy 4 października grób został splądrowany. Nieznani sprawcy rozkopali mogiłę i otwarli trumnę, w której znaleźli tylko zwłoki komika. Wiadomość o splądrowaniu groby Benny’ego przypomniaty portale plotkarskie w związku z trzydziestą rocznicą śmierci komika.

OGŁOSZENIE



CALL US!
WE ARE HERE TO HELP!
303-940-5696
5783 Sheridan Frontage Rd, Ste 302
Arvada, CO 80002
www.daamerica.org

DROGADICTOS ANONIMOS,
is a non-profit association composed of men, women and children who meet voluntarily to free ourselves from the slavery of drugs. To regain our health, faith and morals we rely on a recovery program of twelve spiritual principles. Sharing our knowledge and experiences of pain and overcoming.

Polska Grupa AA w Denver

Jeśli naprawdę szczerze chcesz, a nie potrafisz przestać pić lub podczas picia nie jesteś w stanie kontrolować ilości wypijanego alkoholu, to prawdopodobnie cierpisz na chorobę - ALKOHOLIZM, którą można opanować i całkowicie wyzdrowieć. Zapraszamy na nasze spotkanie AA, gdzie dowiesz się jak wielu z nas już wyzdrowiało i jak także Ty możesz pozbyć się tej strasznej choroby. Spotkania odbywają się w każdą niedzielę o godzinie 8:15 rano pod adresem:

2525 W. Evans Ave. Denver CO 80219
Po więcej informacji dzwoń pod numer:

303-882-1038 lub 720- 231-1586
Pełna anonimowość uczestników jest zachowana!



Nasi w Polsce

Polonijna pomoc - Kolorado - Mystówice

RADA DZIELNICY W MYSŁOWICACH-WESOŁEJ

Agnieszka Koralewicz, mystowiczanka, mieszkająca ma stałe w Kolorado zorganizowała akcję HELP KIDS FROM UKRAINE, której finał miał miejsce 27 kwietnia w Mystowicach-Wesołej.



Dzięki ogromnemu wsparciu finansowemu od rodziny, przyjaciół i społeczności Polonii amerykańskiej w stanie Kolorado, a także pomocy organizacyjnej ze strony Radnej Marii Krutysza, Rady Dzielniczy Wesoła, Dyrekcji szkół i przedszkoli na Wesołej, właścicieli Sali zabaw Kosmos, Fundacji „Sport i Edukacja” udało się przekazać 35 paczek prezentowych dla dzieci mieszkających w dzielnicy Wesoła. Pani Agnieszka chciała, aby prezenty odpowiadały na potrzeby, ale także zainteresowania młodych ludzi. Zostały zakupione m.in. gry i książki w języku ukraińskim, tablety do nauki, zabawki dla najmłodszych, ale także piłki i hulajnogi, aby dzieci mogły aktywnie spędzać czas. Serdecznie gratulujemy realizacji całego przedsięwzięcia. Jesteśmy dumni z takiej postawy naszej rodaczki!



W środku: Agnieszka Koralewicz z mężem Przemkiem, synkiem Kostkiem i córeczką Felką | 27 kwietnia Mystowice-Wesoła



POLECAMY



HAIR & BEAUTY FUNDRAISING FOR UKRAINE

June 12 2022
10am -4pm
hairandbeauty@gmail.com



The most known and liked polish specialist in beauty industry.
Hairstylist, esthetician, physical therapist
working together to help Ukraine



LIVE MUSIC:
JUREK KAMIŃSKI Z AMBERBAND



SERVICES:

Hairdressers: Women's cut, Styling, Highlights, Color,
Barbers : Men's cut, Face Shave

SPA: Eyebrows wax, Henna, Facial Massage, Dry needling

ALL PROFITS will be directly donated to organization helping Ukraine people, hospitals and orphanages:
«FUNDACJA GOTOWI DO DZIAŁANIA»
TIPS for «Ukrainians of Colorado»

PLEASE TEXT MESSAGE THE PERSON THAT YOU WOULD LIKE TO SCHEDULE AN APT WITH:

Hairdressers and Barbers:		SPA
Agnes Wsol 303-278-8988	Kinga Rogalska 773 750 8197	Cosmetologist - Beata Jamshidi 720 271 1198
Ania Krasowski 773 610 8933	Kinga Zabron 847 977 4481	Physical therapist- Alicja Rybiarczyk 773 501 9871
Janet Rakowicz 303 807 8781		

VAIA Salon & Spa 922 Washington Ave Golden



Joanna Sobczak - Managing Broker, GRI



Wiem, że kupno lub sprzedaż nieruchomości jest poważną decyzją.

Pomogę Ci podjąć ją rozsądnie - z najlepszym rezultatem dla Ciebie. Mam ponad 15 lat doświadczenia, wspaniałe rezultaty oraz zadowolonych Klientów. **ZAPRASZAM!**

2015-2020 SMDRA Diamond Circle Club Awards



Właściciel Adobe Homes Realty, LLC

720-404-0272 | www.adobehomesrealty.com



POŻYCZKI na zakup i refinancing

Conventional Loan and FHA | Residential and commercial

Pożyczki pod zastaw domów, mieszkań, ziemi i na inwestycje

Zadzwoń dziś:

Agnieszka Gołąbek: 720-935-8686

Aga8686@gmail.com

KUZBIEL
INSURANCE BROKERS

"Jestem kiedy potrzeba"

Oferuję swoje usługi w zakresie bezpłatnej konsultacji i wyceny polis ubezpieczeniowych dla Klientów indywidualnych i komercyjnych

- Profesjonalna pomoc i doradztwo w szukaniu i kompozycji polis dostosowanych do indywidualnych potrzeb klientów.
- Szeroka oferta spośród ponad 20 firm ubezpieczeniowych pozwala na znalezienie najlepszej cenowo oferty dla każdego.
- Wieloletnie doświadczenie i referencje.

Daniel Kuzbiel

720.351.2066

1930 Sherman Street | Denver, Colorado 80203

Email: daniel@kibins.com

72 SOLD

Sprzedaj swój dom w 72 godziny!

Z programem 72SOLD:

- + Masz możliwość pozostania w domu do 6 miesięcy po sprzedaży
- + Większość sprzedających swoje domy zarobiła dodatkowo 5%-18% powyżej ceny rynkowej

Sprawdź wartość swojego domu w 15 minut na stronie:

www.72SoldTopPrice.com

Odpowiedz na kilka krótkich pytań i podamy Ci precyzyjną cenę Twojej nieruchomości



JACEK GŁOWACKI

303.356.1693

YOUR CASTLE
REAL ESTATE

