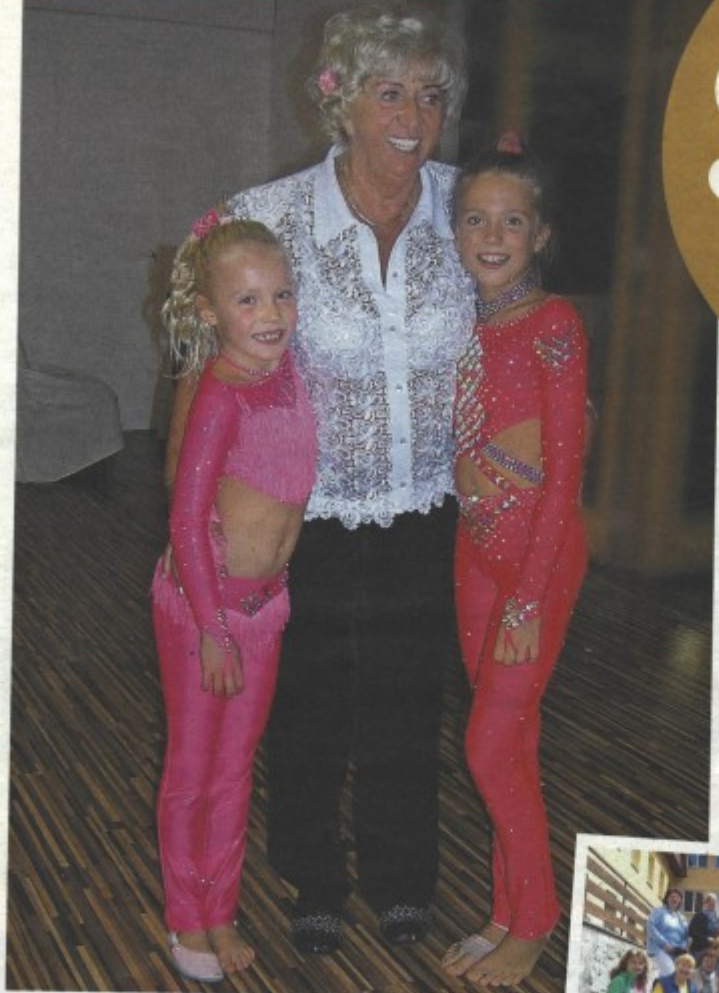


PRÍBEH

TEXT MARCELA MARTINKOVÁ



Pred dôchodkom pracovala 28 rokov v reštaurácii aj v obchode. „Mala som túto prácu veľmi rada, lebo som vždy pracovala s ľuďmi,“ hovorí pani Mária.

ZHON ma naštartuje

Napriek tomu, že má už nejaký ten krížik na krku, je stále aktívna a tvrdí, že sa nechystá spomaliť. Má veľmi málo voľného času, a keď jej zazvoní telefón, najskôr sa jej deti či vnúčatá spýtajú, kde je a či má čas, alebo kedy si ho nájde. Nevšedné, však?

Čiperná babka s dcérou vlastní darčekové predajne. „Starám sa najmä o potraviny a robím administratívu. Vlastne zatiaľ celú firmu zastrešujem a postupne pripravujem dcérku na to, aby raz, keď už nebudem vládvať, mohla viesť obchodíky ona.“

Pani Mária má najradšej rána. Vstáva o šiestej, naordinuje si pravidelnú dávku slabej kávy s mliekom, aby už o siedmej naštartovala auto a fujazdila do neďalekého skladu po čerstvý

SOM BABKA na plný úväzok

Žilinčanka Mária Tamášiová (71) sa na nudu naozaj nemôže sťahovať. Tancuje, učí sa angličtinu, podniká a chystá sa na zoskok padákom.

tovar. „Som tam skoro každý deň. Ľudia, čo tam pracujú, sú už vlastne mojimi priateľmi. S veselou si vyberiem tovar a doveziem ho do predajní.“ Tým sa však jej pracovný deň nekončí, skôr naopak. Zájde do banky, niečo ešte vybaví v obchode, aby s nákupom do domácnosti odišla domov. „Mám rada zhon. A povinnosti? Udržiavajú ma vo forme. Keď pracujem, cítim sa potrebná, vôbec sa mi nezdá, že by som už mala oddychovať, veď koľko už mám rokov. Vek je pre mňa nepodstatný,“ hovorí Mária s úsmevom.

NA ÚNAVU nemám čas

Nájde si vôbec čas na skutočný dôchodcovský relax? „Pri svojej práci a povinnostiach trávim veľa času v aute. Preto sa snažím urobiť niečo aj pre seba,“ hovorí. Tri-štyri razy do týždňa si dopraje rýchlu hodinovú chôdzu, potom si ide ešte na hodinu zaplávať do vonkajšieho bazéna v Rajeckých Tepliciach. Únavu z tréningu zaženie krátkym odpočinkom na ležadle a šup na nohy!

Mária však ani zďaleka nemá „fajront“. Zbožňuje hudbu, a tak dve hodiny v týždni venuje country tancu. Aby jej nezlenivel ani mozog, dopraje mu tréning v podobe kurzov ruštiny a angličtiny.



PODĽAHLA som country tancu

Pani Mária nie je bežná babka. „Vždy som rada tancovala a spievala. Keď som počula dobrú hudbu, na únavu aj na starosti som v okamihu zabudla.“ A ako sa dostala ku country tancu? „Ani neviem,“ hovorí s úsmevom. „Sme skupinka bláznivých ľudí

v pokročilom veku, ktorá sa dala dokopy a začala tancovať country. Najskôr len pre potešenie, neskôr sme začali vystupovať. Výsledkom je, že tancujú už 12 rokov a vďaka svojej záľube pochodili takmer celé Slovensko. Vystupovali v Bratislave, Trnave, Trenčíne, Považskej Bystrici, ale navštívili aj Prahu či Lotyšsko. Priemerný vek tanečníkov je 70 rokov. Tancujú dvanásti a publiku sa predstavujú ako skupina RUTY-ŠUTY. Každý rok usporadúvajú v Žiline Festival seniorov, kde vystúpí okolo dvadsať súborov. Je to vraj úžasné podujatie, ktoré organizuje ich Senior Klub Priatelka.

Nerobíme nič mimoriadne, len si všimáme starších a chorých a navštevujeme domovy sociálnych služieb.

OCHOTA pomáhať

Mária sa venuje dobrovoľníctvu so svojimi priateľmi z klubu a z country skupiny. Navštevujú domovy sociálnych služieb. Tvrdí, že nerobia nič mimoriadne, len si trochu všimajú starších, chorých a osamelých ľudí. Myšlienka začať s dobrovoľníctvom vznikla vďaka tancu. Vystupovali pred dôchodcami v Turí. „Zatancovali sme im a predstavte si, ženy, ktoré tam žijú a ako-tak sa môžu pohybovať, sa dali dohromady a začali podľa nášho vzoru tancovať,“ usmieva sa pani Mária. Spriatelili sa, začali navštevovať a časom sa k nim pridružili ďalšie zariadenia. Preto

Pôsobí v country skupine RUTY-ŠUTY a je vedúcou Senior Klubu Priatelka. Vďaka vystupovaniu si uvedomila, akú veľkú radosť jej robí pomáhať.



si Mária koncom roka 2016 vyslúžila ocenenie za dobrovoľníctvo a vlni ju Cardo - Národné dobrovoľnícke centrum nominovalo na titul dobrovoľníka roku 2016 v sociálnej a zdravotnej oblasti. Prijal ju prezident republiky a večer za účasti ministra zdravotníctva si prevzala ocenenie. „Na tie chvíle nezapudnem. Bola som z toho prekvapená a zároveň šťastná. Človeka zohreje pri srdiečku, ak si niekto všimne snahu pomôcť ľuďom, aby neboli osamotení a smutní,“ hovorí Mária, ktorá sa pred týždňom vrátila z Bojníc, kde dostala ďalšie ocenenie. Vďaka celoslovenskej ankete si domov odniesla diplom Senior roka 2017.

nosti boli proti. Ale verte, že túto jar mi to už nič neprekazí,“ duje sa pani Mária, ktorá adrenalín a zážitky doslova vyhľadáva. „Veľmi rada lyžujem, aj keď plávať a lyžovať som sa učila až v štyridsiatke.“ Nepohrdne ani vysokohorskou túrou, aj keď nie vždy dopadne podľa jej predstáv. „Prešla som hrebeňovku Tatier v nových topánkach. Zodrali ma sice do krvi, ale aj tak som o dva dni vystúpila na Risy. Syn povedal, že dokážem naco aj všetko.“

NESPLNENÉ sny

Napriek aktivitám, vďaka ktorým by potrebovala Mária dlhší deň, má ešte veľa nesplnených snov. „Vždy som si hovorila, že keď budem na dôchodku, musím sa naučiť aspoň čiastočne po anglicky a hrať na klavír. Angličtinu som zatiaľ zvládla len okrajovo a klavír sa svojej príležitosti čoskoro dočká,“ hovorí Mária Tamásiová, o ktorej by ste pokojne mohli povedať, že sa narodila s vrtulou v zadku... ➤

Som na dôchodku. Hovorí sa, že ráno vstanem a mám zarobené. No ja nie som bežná nečinná dôchodkyňa.

NA TURISTIKE

Sympatická Mária sa teda nezastaví. Deň má naplnený tak, že ani nevie, ako čas letí. Na sedemdesiate narodeniny dostala od najstaršieho vnuka darček - poukaz na zoskok padákom. „Žiaľ, nevyšlo to, okol-

AKCIA!
Zvýhodnené
predplatné



Ročné predplatné
MAMA a ja
+ časopis VČIELKA
len za **23€**



Ročné predplatné
MAMA a ja
+ KÁVOVAR
len za **38€**



PRÁVE
V PREDAJI!

FEBRUÁROVÁ MAMA

- **Začíname S PRIKRMMAMI**
Povíme vám, AKO a S ČÍM
- **Originálne RECEPTY** od 6. mesiaca
- **TEHULKUJEME** s čitateľkou Meg **TRUE STORY**

Prednostovia bratislavských pôrodníc:

„**Nebojte sa hovoriť o svojom strachu, aj o tom, čo sa vám nepáči...**“

- **Zasa ten KARNEVAL!**
Masky, ktoré vytvoríte za 5 minút
- **Testovali sme OVOCNÉ VÝŽIVY**
– ktorá vyhrala?

Rodičovstvo nás robí lepšími...