



Aż w uszach szumi od tej ciszy...

Zapiski w samotności

Aż w uszach szumi od tej ciszy...
Zapiski w samotności

Aż w uszach szumi od tej ciszy...
Zapiski w samotności

Praca zbiorowa pod red. Joanny Nicole - Urbanowicz,
Katarzyny Pogodowskiej, Sylwii Prądyńskiej

Wydanie I

Data Wydania: Listopad 2020

ISBN: 978-83-959485-0-3

Dzienniki zostały sfinansowane ze środków Ośrodka Pomocy
Społecznej Dzielnicy Bemowo m.st. Warszawy w ramach projektu
pt.: „Dzienniki z czasów pandemii”

Dzienniki udostępniane są nieodpłatnie

Skład i druk:
Centrum Poligrafii Sp. z o.o.
www.drukomatic.pl

SPIS TREŚCI

Słowo wstępne	7
Rozdział I Elżbieta Wirth - Dzieciołowska - „Paraliżuje wszystkich słowo pandemia”	11
Rozdział II Maria Ozdobińska - „Aż w uszach szumi od tej ciszy...”	17
Rozdział III Halina Adamowicz - „Gdy się nie ma obowiązków, to nie ma się czasu”	33
Rozdział IV Irena Różycka - „...tylko ten strach przed nieznanym”	45
Rozdział V Stanisław Jaros - „Nie zbliżajcie się do dziadków”	49
Rozdział VI Barbara Zalewska - „Więcej zakazów i nakazów, niż swobody”	69
Rozdział VII Irena Łukasiak - „Trzeba myśleć optymistycznie, snuć plany”	103
Rozdział VIII Danuta Rawska - „Zaleca się chodzenie w maseczkach”	107
Rozdział IX Janina Anna Denis - „Mam dość siedzenia w domu”	113
Rozdział X Aniela Laferi – Piechowska - „...to jakieś science fiction”	121
Rozdział XI Leokadia Flader - „Musimy pozostać w domu”	127
Epilog Elżbieta Wirth - Dzieciołowska.....	141

SŁOWO WSTĘPNE

Szanowni Państwo,

Oddajemy do Państwa ręk dzienniki pisane w okresie od marca do lipca 2020 roku przez seniorów z Klubu Seniora „Sami Swoi”, który działa przy Ośrodku Pomocy Społecznej Dzielnicy Bemowo m. st. Warszawy.

Opisywane w dziennikach wydarzenia, przeżycia i refleksje dotyczą pierwszych miesięcy pandemii koronawirusa SARS-CoV-2 w Polsce. Każdy z rozdziałów to osobna opowieść ukazująca życie w przymusowym odosobnieniu z perspektywy osób szczególnie zagrożonych chorobą, ale też izolacją i wykluczeniem społecznym.

Tytuł książki, to cytaty zaczerpnięty z jednego z prezentowanych tu dzienników, również tytuły poszczególnych rozdziałów to wykorzystane z dzienników cytaty, wybrane przez koordynatorkę projektu, po uzgodnieniu z ich twórcami. Rozdziały ułożone są

w losowej kolejności, a niektóre myśli w nich zawarte są bardziej uwidocznione, gdyż naszym zdaniem dobrze oddawały nastroje z tamtego okresu.

Sam pomysł stworzenia tej książki zrodził się nagle, tak samo, jak nagle dotarła do nas wiadomość o pandemii. Regularne, telefoniczne rozmowy z członkami Klubu „Sami Swoi” uświadomiły nam - animatorkom Klubu, różnice w reakcji seniorów na przymusową izolację. Niektórzy, w strachu i beznadziei dziękowali za słowa wsparcia, inni informowali o sposobach radzenia sobie z przymusową „przerwą” w normalnym funkcjonowaniu, jeszcze inni zaprzeczali rzeczywistości.

Jestem przekonana, że pisanie dzienników w tym trudnym okresie, było dla ich twórców formą terapii i wewnętrznego wsparcia oraz pozwoliło skoncentrować się na przeżyciach i emocjach.

Pisanie dzienników zaproponowałyśmy 70 uczestnikom Klubu Seniora „Sami Swoi”. Na nasz apel odpowiedziało 11 osób, którym chcemy pogratulować i podziękować.

DZIĘKUJEMY!!! Za to, że chcieliście się Państwo podjąć niełatwego przecież zadania, jakim jest pisanie, a potem zgodziliście się przekazać nam swoje dzienniki. DZIĘKUJEMY za odpowiedź na naszą prośbę. Zdajemy sobie sprawę, że nie zawsze jest łatwo przelać na papier swoje myśli, opisać to, co się widzi i czuje, ale Państwu to się udało.

Książka „Aż w uszach szumi, od tej ciszy... Zapiski w samotności” pokazuje jak można radzić sobie w przymusowym

odosobnieniu w czasach, gdy hasło "zostań w domu" jest raczej nakazem, niż prośbą, gdy jedną z nielicznych form kontaktów społecznych są rozmowy telefoniczne, a wyjście na spacer największą atrakcją.

Pandemia, ponad wszelką wątpliwość, pozostawi po sobie ślad w ludzkiej pamięci. Przeżycia, które w tym okresie towarzyszyły uczestnikom Klubu Seniora, bardzo często trudne, uznałyśmy za konieczne do spisania i zachowania dla przyszłych pokoleń.

Kiedy piszę te słowa, pandemia niestety nie jest jeszcze historią, a wręcz przeciwnie, stale słyszymy o wzroście zachorowań i o potrzebie ponownej izolacji osób starszych. Może zatem przedstawione tutaj zapiski zainspirują innych do przelania na papier swoich myśli i refleksji, zaktywizują do działania, w czasach, gdy nie ma wielu innych możliwości.

Zapraszam do lektury

Joanna Nicole-Urbanowicz (koordynatorka projektu „Dzienniki z czasów pandemii”)

ROZDZIAŁ I

ELŻBIETA WIRTH - DZIĘCIOŁOWSKA

PARALIŻUJE WSZYSTKICH SŁOWO PANDEMIA

Epidemia spadła na nas jak grom z jasnego nieba w marcu, chociaż było o niej słyhać już w grudniu poprzedniego roku. Prawda, działo się to bardzo daleko, na drugim krańcu świata, bo w Chinach w jakimś Wuhan, o którym wielu z nas usłyszało po raz pierwszy. Nikt się tym nie przejął, bo przecież już nie-jeden raz jakiś wirus atakował ludzi w Azji czy Afryce, ale nas oszczędzał.

W kolejnych miesiącach pojawiały się informacje, że korona-wirus, Sars-CoV-2 pojawił się w Europie, we Włoszech, Fran-cji, Hiszpanii, ale to nas nie dotyczy, bo Polska jest dość dale-ko od zachodnich granic Europy. Co prawda, był to luty, gdy w szkołach są ferie zimowe, ale nawet, gdy pojedziemy na nar-ty w Alpy, to raczej wirusa nie powinno być w tak mroźnych warunkach i na takich wysokościach.

Na początku marca w Polsce rozpoznano pierwszego pacjen-ta podejrzanego o infekcję, ale tzw. „pacjent zero” to na razie

nic groźnego. Według władzy, jesteśmy na wirusa przygotowani. Po kilku dniach pojawiają się kolejni pacjenci, a my mamy przecież szpitale jednoimienne, dużo łóżek w szpitalach, respiratory potrzebne dla tych, którzy wejdą w ostrą fazę choroby. To nic, że na razie nie można kupić rękawiczek i maseczek ochronnych w aptekach, ale... jesteśmy przygotowani. Na razie mamy epidemię, ale już nie raz sobie radziliśmy z takim stanem.

Informacje ze Świata przynoszą wieści o setkach ludzi zmarłych i tysiącach zakażonych, więc na wszelki wypadek zamykamy granice, ściągamy rodaków z różnych krańców świata, ofiarowując im dwutygodniową kwarantannę, a wszystkim zaleca się „Zostań w domu”. W połowie kwietnia paraliżuje wszystkich hasło PANDEMIA. Zabrania się wyjazdów, wstępu do parków i lasów, nieczynne są place zabaw, żłobki i przedszkola. Place z przyrządami rekreacyjnymi na świeżym powietrzu są również zamknięte. Zakłady pracy przechodzą w miarę możliwości na pracę zdalną, szkoły na naukę przez internet, nie patrząc na to, że ten sposób pracy dla wielu nauczycieli jest zupełnym novum, nie wszyscy posiadają odpowiedni sprzęt i zasięg internetowy, a rodzin, gdzie jest kilkoro dzieci, z reguły nie jest stać na kilka laptopów. Nie mówię już o dzieciach z małych wsi czy miasteczek, gdzie często w ogóle nie ma internetu.

Rodzice zatrzymani w domu, pracują teraz nie tylko zdalnie dla swego pracodawcy, ale jeszcze odrabiają z dziećmi lekcje, kontaktują się z nauczycielami. Można powiedzieć, nareszcie

rodziny są razem z pożytkiem dla dzieci i rodziny. Nikt nie patrzy na to, że w tych rodzinach życie do tej pory polegało na tym, że mijali się w biegu, że nie zawsze była tam odpowiednia atmosfera, wzajemny szacunek i miłość. Pierwsze dni „Zostań w domu” to nawet coś dobrego. Można zrobić wiele rzeczy dla domu, coś naprawić, może odnowić mieszkanie, na co w zabieganych dniach normalnej pracy nie było czasu. Dzieci nareszcie mogą pobawić się z rodzicami, wszyscy mogą zjeść razem obiad czy kolację. Ale „Zostań w domu” oznacza jednocześnie zamknięcie biur, małych zakładów pracy, małych sklepów, kawiarni, restauracji, biur podróży, przychodni i wielu innych miejsc pracy. To zwolnienia z pracy, to utrata zarobków, to więcej nieporozumień w domu, to narastanie przemocy, depresji, poczucia izolacji.

Wielu emerytów namawianych przed pandemią do aktywności fizycznej, kontaktów towarzyskich, teraz zostaje zamkniętych w mieszkaniach i słyszą od polityków, że są grupą najbardziej narażoną na zachorowanie i śmierć.

„Zostań w domu” – powiedziane setki razy przez przywódców wbiło im do głowy, że to jest ich jedyna szansa na przeżycie. Tu włączają się harcerze, sąsiedzi i wolontariusze, którzy przynoszą zakupy, wyprowadzają psa, czy przynoszą obiady. Ale niewiele pomogą, gdy odwołane są wizyty u lekarzy i nie wiadomo kiedy zostaną wyznaczone następne. Kto i jak skontaktuje się z tymi starszymi osobami zarejestrowanymi przed miesiącami do poradni. Przecież ich gnębią różne choroby np. sercowo-

-naczyniowe, nowotworowe, reumatyczne i inne. Wielu z nich wymaga stałej rehabilitacji, która teraz jest niedostępna. Wielu z nich gaśnie i niedołącznieje w swoich domach. O nich się nie wspomina. A przecież bez aktywności, towarzystwa i wymuszonych obowiązkami czynności, ich mózg i ciało stają się bezbronne.

Statystyki pokazują, że rośnie liczba zachorowań. Pojawiają się informacje o zamkniętych oddziałach szpitalnych z powodu przypadkowych nosicieli. O izolowanych DPS-ach, gdzie infekcja została przyniesiona przez personel medyczny pracujący w kilku placówkach, gdzie opiekunowie, lekarze, pielęgniarki zostają zamknięci z chorymi na wiele dni. Przywódcy kraju informują, że wszystko jest pod kontrolą, a z innych źródeł dochodzą głosy, że brak jest maseczek, rękawiczek, ubrań ochronnych i płynów do dezynfekcji w szpitalach i innych miejscach opieki. Brak jest wystarczającej liczby testów na nosicielstwo wirusa nawet dla tych, którzy znajdują się na pierwszej linii frontu walki z koronawirusem. Tu pojawia się kolejna okazja na solidarność społeczną. Ludzie zrzucają się na zakup sprzętu ochronnego dla szpitali. Ci co potrafią szyć na maszynie, produkują maseczki z różnych materiałów dla najbardziej potrzebujących. Ci, których stać, sprowadzają za własne pieniądze sprzęt ochronny z zagranicy.

Z ust polityków słyszymy, że krzywa zakażeń spłaszczona, czyli jest dobrze. Pandemia wprawdzie nie gaśnie, ale wszystko jest pod kontrolą i inne kraje nam tego zazdroszą. A tu nagle pojawiają się nowe ogniska zachorowań. Górnicy, do których

przyjeżdżają rządzący z maseczkami i testami, pracownicy fabryki mebli pod Poznaniem, szpitale i inne zakłady pracy. Różne grupy zawodowe upominają się o uwagę. Kilkumiesięczne wyłączenie produkcji zaczyna grozić załamaniem ekonomicznym. Utrzymanie obecnej liczby miejsc pracy wydaje się niemożliwe, mimo pomocy płynącej z kolejnej wersji tarczy antykryzysowej. Wielu przedsiębiorców musiało już wdrożyć programy dobrowolnych odejść, albo przeprowadza zwolnienia grupowe. Szczególnie narażeni na utratę pracy są pracujący na tzw. śmieciówkach, pracownicy branży handlowej, gastronomicznej i motoryzacyjnej. Pierwsze szacunki ekspertów mówią o zwolnieniu nawet 2 milionów osób.

Nadchodzi już czwarty miesiąc wspólnego życia z Covid-19, więc zaczynają się poluznienia w dotychczasowym reżimie. Wolno już pójść do parku czy lasu, wyjść na ulice bez maseczki, jeśli zachowa się odległość dwóch metrów od innych osób. Otwierane są kina, teatry, kościoły, siłownie, zakłady usługowe. Można robić przyjęcia weselne, mimo że ilość dobowych zakażeń jest wielokrotnie wyższa niż w momencie wprowadzenia powyższych obostrzeń. Wirus nas nie opuścił. Czekamy na nową falę infekcji, która może przyjść jesienią, ale na nią na pewno będziemy już lepiej przygotowani zarówno pod względem doświadczenia jak i sprzętu. Tak zapewnia nas rząd.

ROZDZIAŁ II

MARIA OZDOBIŃSKA

AŻ W USZACH SZUMI OD TEJ CISZY

Trochę wspomnień, trochę pamiętnika 71-latkii w czasie Koronawirusa.

Różnie w moim życiu bywało, raz lepiej, raz gorzej. Różne problemy przeżywałam, ale wiarę w lepsze życie miałam zawsze. Zaczęła się Apokalipsa wszech czasów na całym świecie. Ohydny, nieznany i niebezpieczny wirus wystrzelił z Chin i w tyłu krajach zaraził i uśmiercił ludzi. Najgorsza pandemia jest we Włoszech, Hiszpanii. W Polsce wykryto pierwszą zakażoną osobę 1 marca 2020 r.

W naszym kraju od 12 marca ograniczenia w poruszaniu się. Hasło „Zostań w domu”, bardzo dobrze, może nie będzie takiego pogromu jak we Włoszech.

14 marca sobota. Chciałam zrobić większe zakupy w Kauflandzie (wyszłam o siódmej z domu) kolejka przez cały parking w głąb osiedla na Batalionów Chłopskich, jakieś 70 osób,

zrezygnowałam. W Putce kupiłam pieczywo, kolejka 10 osób i oczywiście odstęp między kupującymi 1 metr. Pojechałam do Lidla, a tam kolejka jak w Kauflandzie, zrezygnowałam z zakupów. Wariactwo! Czyżby nikt nic nie miał do jedzenia w domu?

15 marca niedziela. Cisza na podwórku jakiej nie pamiętam. Na placu zabaw dzieci nie biegają, nie jeżdżą na rowerach, hulajnogach, nie hałasują, ludzie nie spacerują - wymarłe podwórko, aż w uszach szumi od tej ciszy.

Od 16-go marca zamknięte szkoły, przedszkola, kina, teatry, biblioteki, galerie, punkty usługowe, różne zakłady, dorośli pracują zdalnie w domach.

Nie opuszczamy domów bez potrzeby, tylko podstawowe zakupy spożywcze lub apteka i do domu (kolejki, że ho, ho). Wychodząc z domu zakładam maseczkę, którą sama uszyłam i rękawiczki. Ulice opustoszały, ludzi nie widać, tu ktoś przemknie, tam ktoś przemknie. Samochodów na ulicach nie widać, przejedzie jeden, dwa pojazdy, autobus przejedzie bez pasażerów (siedzi jedna, dwie osoby) - wymarłe miasto. Świat się zatrzymał, nie biegamy już w szalonym tempie przed siebie, jest wolniej, spokojniej.

Siedzę w domu, rozwiązuję krzyżówki, piorę, wymyślam co tu sprzątnąć. Rozmawiam przez telefon z rodziną i koleżankami - narzekamy jak to Polacy potrafią, że nam się nudzi, że nie

można wyjść i się spotkać, że tu coś pyka, tu coś strzyka i tak w kółko. Młodość po 70-tce to „wesole jest życie staruszków”

20 marca zadzwoniła Pani Asia z naszego Klubu, z pytaniem czy mogą mi w czymś pomóc. Byłam mile zaskoczona, że Klub o nas pamięta, podziękowałam, ale na razie sobie radzę w tych niezwykłych czasach. Szybko do Lidla.

Olbrzymie kolejki do sklepu i do kas. Ludzie robią zapasy jak na koniec świata. Wózki wypchane, jeden kupujący zajmuje całą taśmę przed kasą i jeszcze pozostaje mu coś w koszyku. Paranoja! Gdzie te wszystkie zakupy trzymać w domu?

27 marca zadzwoniła pani Sylwia, że w Klubie są do odbioru artykuły spożywcze. Jak to miło usłyszeć wesoly nienarzekający głos no i jeszcze pamiętała o moich urodzinach - wzruszyłam się. Dzięki, tak trzymajcie dziewczyny! Pani Sylwia zaproponowała pisanie wspomnień z tych niezwykłych dni - odpowiedziałam, że już trochę myśli notuję na kartkach. We Włoszech 87000 osób zachorowało! Okropności!

29 marca moje urodziny. Siedzę w domu, smutno mi, że nie spotkam się z nikim, nikt nie przyjdzie do mnie w tym dniu. Miło mi, że rodzina, koleżanki telefonicznie składają życzenia i w tym dniu o mnie pamiętają.

31 marca byłam w Klubie i z „okienka” dostałam ziemniaki, jajka. Ach jak miło, że o starszych młodzi pamiętają. Bardzo się ucieszyłam, gdyż musiałabym stać w kolejce po ziemniaki, które mi się skończyły.

Kolejki w sklepach spożywczych, jak za czasów kartek, może jeszcze większe, ale w tamtych czasach nie było tyle hipermarketów, gdzie obecnie można wszystko kupić. Poprzednio człowiek stał parę godzin w kolejce z nadzieją, że coś się wystoi (mięso, wędliny, sery), coś przywiozą, ale nieraz odchodziło się bez żadnych zakupów.

W Polsce zachorowało 2200 osób, zmarło 36 osób. W telewizji przypominają o pozostaniu w domu. Spodobała mi się reklama aktora Barcisia "Solo, czy też w grupie siedz na d.."

1 kwietnia siedzę w domu i mnie roznosi. Jestem osobą energiczną, nie lubię siedzieć w jednym miejscu. Brak mi wyjść do Klubu, Akademii Bemowskiej, tańca w kręgu, spotkań ze znajomymi. Wymyślam prace - porządkuję w regale, a pamiątek mam że, ho, ho. Piorę serwetki robione na szydełku przez moją babcię i wszystko znów ustawiam na miejsce, bo nie mam serca wyrzucić upominków od rodziny (niektórzy już nie żyją), koleżanek. A jeszcze żeby tego wszystkiego było mało od 16-tej pada deszcz, pochmurno.

2 kwietnia po wczorajszym deszczu, zrobiło się bardziej zielono. Czysta, świeża, oczyszczona deszczem zieleń, aż chce się mocno oddychać,... ale te maseczki. Poszłam do Lidla o 7:30 (budzę się wcześniej), a tam kolejka w głąb nowego osiedla. Zrezygnowałam, przewietrzyłam się. Poszłam drugi raz o 10:15 (godziny dla seniorów 10-12), kolejka wzdłuż całego sklepu. Stoję w tej kolejce (odstępy między seniorami, mamy maseczki,

rękawiczki, jedna osoba wychodzi ze sklepu, jedna osoba wchodzi). Hura! Zakupy zrobione. Jest godzina 11:45, kupiłam pieczywo (na zapas do lodówki) mleko, sery, warzywa, owoce. Robienie takich zakupów normalnie zajmowało mi 25 minut.

Na moim podwórku jest plac zabaw dla dzieci (zjeżdżalnie, piaskownica, karuzela, tyrolka i inne atrakcje), teraz jest zamknięty. Cisza, nikt się nie śmieje, nie hałasuje, nie płacze, nie krzyczy. Po podwórku przechadzają się właściciele z psami, ludzi nie widać - wyludnione osiedle. Za to w bloku wre od remontów, wiertarki pracują na najwyższych obrotach, w uszach dudni od tego hałasu. Co się dziwić? Coś trzeba zrobić z tym czasem, kiedy musimy pozostać w domach.

4 kwietnia smutna wiadomość zmarła nasza 80 - letnia koleżanka (schorowana, cukrzyca, nadciśnienie, rak). Po pobytach w szpitalach w lutym i w marcu przyplątało się zapalenie płuc. Nie było ratunku i koniec życia.

Ulice opustoszałe, na przystankach nie ma ludzi, samochód przemknie ulicą, jedynie kolejki przed sklepami spożywczymi. Przypomnienia z telewizji: „Zostań w domu”.

Okropności we Włoszech -120.000 zachorowań.

7 kwietnia pogrzeb naszej koleżanki, w którym nie mogłam uczestniczyć (mogła tylko rodzina 5 osób). Koleżanka, która miała mnóstwo znajomych, koleżanek w ostatniej drodze nie miała prawie konduktu pogrzebowego. To niesprawiedliwe, porażające.

7- 8 kwietnia cały dzień w domu. Zamknięte wejścia do lasów, parków. W Polsce zachorowało 4666 osób, a zmarło 159.

9 kwietnia moje imieniny. Czegoś brakuje, smutno. Rodzina i koleżanki dzwonią z życzeniami imieninowymi - chce mi się płakać. Dzwonili wszyscy (22 telefony). Jak słodko na duszy, że o mnie w tych potwornych, smutnych, trudnych dniach pamiętają. Przy okazji przekazywałam życzenia wielkanocne, które brzmiały:

“Choć Wielkanoc to dni radosne, przecież to już wiosna, ale w tych smutnych niepewnych, zamkniętych w domach dniach nie jest to takie proste. Życzę spokoju, wytrwałości nadziei i wiary w zdrowsze dni. Każdy z nas święconkę zrobi w domu sam i na śniadanie z domownikami tradycyjne potrawy oraz jajeczka, kurczaczka, baranka ma. Ale mimo wszystko radosnego, wiosennego nastroju bycia razem, wzajemnej życzliwości, nie za bardzo mokrego dyngusa w tych nieprzewidywalnych dniach. Pogodnego Alleluja.”

10 kwietnia. Mimo wszystko “coś” trzeba przygotować na te nietypowe święta - tradycja to rzecz święta. Pochodzę z rodziny wieloosobowej z tradycjami. Spotykamy się bez okazji, na działce, w domach, na wszystkich uroczystościach rodzinnych (imieniny, urodziny, Dzień Dziecka, Dzień Matki, Dzień Ojca i w każde święta). Od 7-mej jestem w kuchni i piekę sernik, keks, pasztet. Mięso ugotowałam i przygotowałam bigos. Pokój udekorowałam ozdobami wielkanocnymi, zrobiło się trochę kolorowo, wiosennie, ale w sercu smutno, niepewnie, ciężko.

11 kwietnia. Wielka Sobota. Zakupy pieczywa, owoców i te niewesołe myśli. Gdybanie, gdyby, gdyby... Weź się w garść dziewczyno! Przygotowałam święconkę na wielkanocne śniadanie.

12 kwietnia. Smutne święta. Inaczej bez rodziny przy wielkanocnym stole. Teraz przy świątecznym stole na śniadaniu jestem tylko z synem, ale wpadłam na pomysł i przez WhatsAppa z bratem i bratankiem złożyliśmy sobie życzenia, zdrowia i przetrwania. Zjedliśmy śniadania na odległość, ale to nie to samo co bycie razem w realu. Jakaś namiastka świąt była.

Najgorsze, najsmutniejsze, w bólu, w cierpieniu, tęsknocie, przygnębiające, nieporównywalne z niczym w moim życiu były Święta Bożego Narodzenia w 1995 r, gdy w grudniu zmarł mój Tata, ale mogliśmy się spotkać (z Mamą, siostrą, jej dziećmi, bratem i jego dziećmi) wspominać, być razem. Było różnie, ale bardzo, bardzo, bardzo przerażająco, smutno bez Taty, z którym nadawało się na tych samych falach. Niemoc, że odchodzi jedna z najbliższych sercu osoba.

13 kwietnia. Lany poniedziałek - śniadanie, kawa, ciasto, obiad, kolacja. Smutno i samotnie we dwoje z synem, oglądanie rodzinnych zdjęć. Wspomnienia, wspomnienia... I tak minęły ponoć wiosenne święta, gdzie w tych dniach przyroda budzi się do życia.

Płakać się chce i ta niepewność, żeby się nie zarazić, żeby to wirusisko nie dopadło rodziny, znajomych.

Oglądam telewizję (wiadomości, fakty). Nie chcę się nakręcać tymi negatywnymi wieściami, aby nie wpaść w psychiczny dołek. Muszę zachować dystans do medialnych doniesień, bo inaczej będzie źle ze mną.

14 kwietnia. I po świętach, cichych, niepewnych, aby przetrwać to „szataństwo”. W USA coraz więcej zachorowań, więcej niż we Włoszech i Hiszpanii. Masowe zachorowania w domach opieki na terenie naszego kraju.

I tak minęły trzy dni w domu... Siedzę w domu i mnie wkurza, że taki jeden wirus, który wymknął się spod kontroli, może zrobić takie spustoszenie i zabić tylu niewinnych ludzi na całym świecie. Wirus, który obudził w nas niepewność o zdrowie swoje, najbliższych. I co dalej? Jak długo będzie to szataństwo? Kiedy wynajdą jakąś szczepionkę?

17 kwietnia. Imieniny mojego syna. Gorące życzenia ode mnie, które brzmiały;

„Dzisiaj Synka imieniny, z całego serca życzę szczęścia, zdrowka, pomyślności, humoru przez dni całe. Jak najmniej kłopotów i trosk. Fundusze do góry niech się wspinają i fortunę Ci zbiją. Wszystkiego, wszystkiego kolorowego, pogodnego, wesołego”.

i życzenia telefoniczne od całej rodziny.

Smutno. Mamy czas na przemyślenia, refleksje dotyczące życia, codziennej bieganiny. Telewizja robi co może, aby zatrzymać ludzi w domach. Puszcza stare kabarety z udziałem publiczności, reklamy o niewychodzeniu z domów. Uczniowie mają lekcje przez okienko telewizora. Dorośli pracują w domach.

20 kwietnia. Zniesienie ograniczeń. Można wejść do parku, lasu. W sklepach może przebywać więcej osób. Wybrałam się do Auchana. Jestem na miejscu o godzinie 10.30, kolejka ze 30 osób i wszyscy wchodzi. Jedna pani podaje rękawiczki, druga pani odkaża ręce. Szok! Zauważyłam, że więcej jeździ samochodów, kilka osób stoi na przystanku. Może tak było, ale w stronę Górczewskiej wybrałam się po półtora miesiąca nieobecności w tych stronach. Zakupy spożywcze, lekarstwa w aptecę i do domu.

Szok! dzwoni domofon, który milczał jak zaklęty od 12 marca. A tu kto? Nasza pani Sylwia! Niedowierzenie, że pofatygowwała się do mnie z dwiema maseczkami – zaskoczenie, wzruszenie, dzięki, dzięki.

21 kwietnia. Na całym świecie od zarazy zmarło 170.000 osób. W USA zachorowało 792.958 osób, we Francji 155.000, w Austrii 15.000, w Anglii 130.000.

Siedzę w domu gotuję obiady jak co dzień, wymyślam zupy, które gotowałam w soboty, niedziele. Dziergam na drutach bluzkę, której nie mogłam skończyć od

roku. Przechodzę chyba kryzys niewychodzenia z domu i tego codziennego braku kontaktu z ludźmi, odosobnienia. Liczę na najlepsze, ale też myślę o najgorszym.

Bardzo blisko mam do Lidla, więc, chodzę robię zakupy co trzeci dzień. Z nudów zajadam ciasteczka, słodycze, których mam pod dostatkiem (słodycze jeszcze z prezentów Bożonarodzeniowych) i już mam 1,5 kg do przodu. Muszę się wziąć w garść. Coraz bardziej nic mi się nie chce. Robię wszystko z wysiłkiem, że muszę, a nie, że mam ochotę. Czy to może chandra?

26 kwietnia. W Polsce 11617 zachorowań, zmarło 535 osób.

Robi się coraz cieplej. Susza w całym kraju, cała zima bez opadów śniegu. Chodzenie w maseczce uciążliwe, pocę się, że hej! Upragniony deszcz pada 30.04 o 1-szej w nocy. Obudziło mnie pukanie kropli deszczu w parapet.

29 kwietnia. W Rosji 100.000, w USA 1.000.000, Hiszpanii 213.000 osób zakażonych. Pandemia dopadła cały świat.

1 maja. Święto. Kiedyś za mojej młodości pochody pierwszomajowe. Teraz siedzę w domu, gotuję obiad i przemieszczam się z kuchni do pokoju i odwrotnie. Od tego siedzenia boli już pewna część ciała. Z okien mojego mieszkania, z 8-ego piętra Warszawy nie widać, mgła. Po 16-tej zaczął padać deszcz, zresztą cały dzień pochmurny, okropność. Gdzie te kolorowe pochody, spotkania i pierwsze lody na powietrzu po zimie?

3 maja. Dzień Konstytucji. Zadzwończyły dwie koleżanki, ponarzałyśmy, pogadałyśmy, że nic nam się nie chce, że to siedzenie

w domu nas wykończy, że tu i ówdzie nam przybywa, tam gdzie nie potrzeba. Z jedną z koleżanek wspominamy koleżankę, która zmarła 4 kwietnia. To już miesiąc jak jej nie ma z nami. Snujemy refleksje o życiu, codziennej bieżączce. W kółko to samo - czy to ma sens? Ta gonitwa, ten pośpiech, zamartwianie się o bzdety. Kiedy to życie na naszej planecie tak szybko mija? Nie obejrzyś się, a to już koniec naszego żywota.

Zakażonych tym wściekłym wirusem w Polsce 13.693 osoby, zmarło 678 osób, wyzdrowiało 3945 osób, na całym świecie 3.000.000 zakażonych osób. Oglądam wiadomości w telewizji i zastanawiam się kiedy to szataństwo się skończy? Kiedy będą wyprodukowane skuteczne szczepionki? Czy osocze z wyleczonych osób będzie skuteczne? Tyle pytań się nasuwa bez odpowiedzi, bez nadziei.

4 maja. Od 7-ej pada deszcz. Pochmurno. Z okien mieszkania Warszawy nie widać, płakać się chce. Na sercu ciężko, w duszy smutno i te głupie myśli. Gdybanie, co by było gdyby tego szataństwa nie było? Okropności, a kysz, a kysz, ale jakoś nie można z głowy wyrzucić różnych wspomnień, problemów, obecnego apogeum.

5 i 6 maja. Pochmurno z przelotnym deszczem... bry, bry.

11 maja. Hura! Hura! Umówiłam się z koleżanką, z którą znamy się od szkoły średniej, to jest 57 lat. Umówiłam się pod jej domem. Usiadłyśmy na ławce w odległości od siebie z maseczkami na twarzach. Chciałyśmy przejść się po lasku na Bemowie, ale zaczął padać deszcz i nici z naszego spotkania, szkoda.

Do następnego spotkania może dojść szybko.

15 maja. Można telefonicznie umówić wizytę u fryzjera i doprowadzić się do kultury (podciąć włosy). W komunikacji miejskiej może przebywać więcej osób. Smutne wiadomości ze Śląska, coraz więcej zachorowań wśród górników (2.000 górników zakażonych).

Przeczytałam zaległe kolorowe gazety, udziergałam kilka opasek na głowę, uszyłam kilkanaście maseczek, które rozdałam wśród znajomych.

Zakupy już bez problemu, bez kolejek do wejścia do sklepów. Zauważyłam, że panie ekspedientki są bardziej uprzejme. W sklepach samoobsługowych widać obsługę. O co się zapyta powiedzą, gdzie leży poszukiwany artykuł. Zdarzyło mi się, że pani zaprowadziła mnie do odpowiedniego regału po dany artykuł - oby tak zostało na stałe.

24 maja. Z synem wreszcie pojechaliśmy na cmentarz (cmentarze były zamknięte). Mycie grobu moich Rodziców i męża, zapalenie zniczy.

W dalszym ciągu porozumiewamy się telefonicznie, z rodziną, koleżankami, znajomymi. Tyle minęło nam spotkań rodzinnych, koleżeńskich. Od 12 marca nigdzie w domu u rodzinki, znajomych nie byłam. U nas w mieszkaniu nikogo od dwóch miesięcy też nie widzieliśmy.

26 maja. Dzień Matki, jakże inny niż zawsze.

30 maja. Maseczki obowiązują w sklepach, w komunikacji miejskiej, na dworze bez maseczek. Otwarty plac zabaw na naszym podwórku, mnóstwo dzieci z rodzicami. Dzieci biegają, bawią się, grają w piłkę na placu zabaw. Rodzice w grupach, w odległości od siebie, rozmawiają mając oko na swoje pociechy. Hałas, śmiech, trochę powrotu do normalności.

1 czerwca. Wznowione loty krajowe. Widzi się normalność w narodzie. Więcej osób stoi na przystankach (część osób powróciło do pracy w biurach, zakładach usługowych). Więcej porusza się pojazdów, nawet widać ciąg aut na Łazurowej. Jest cieplej, ludzie wychodzą na powietrze, stoją w grupach.

Jestem cała w skowronkach, gdyż 3 czerwca udało mi się zapisać na rezonans magnetyczny, który będę miała wykonany 17 czerwca. Hura! Hura! W lutym, gdy chciałam się zapisać na fundusz, na rezonans, było to możliwe dopiero w sierpniu lub wrześniu.

Od 6 czerwca. Pogoda oszalała. Burze, wiatry, ulewy i tak na zmianę. Trochę słońca, deszcz, pochmurno. Warszawy z okien nie widać, ściana szarości.

9 czerwca. Zrobiłam badanie krwi, które to badanie było niemożliwe do wykonania w kwietniu i maju, gdyż robiono tylko na cito i osobom przewlekłe chorym. Mamy już dużo normalności, ale i rozluźnienie w narodzie jest. Dużo osób wchodzi do autobusów, tramwajów bez masek, mimo że jest obowiązek noszenia maseczek w środkach komunikacji miejskiej, sklepach, przychodniach itp., ale co to nam, my zawsze na odwrót.

W sklepach obowiązują maseczki, rękawiczki, ale spacerujemy bez masek i rękawiczek. Najgorsze, że w sklepach spożywczych zdarzają się przypadki, że panie ekspedientki są bez masek i w jednej rękawiczce, chyba nie zdają sobie sprawy z powagi sytuacji. Na zwróconą uwagę, że przed chwilą brała mięso - odpowiada, że brała przez torebkę. Zgrozo! O czym to mówić!

17 czerwca. Jestem na rezonansie. Przed wejściem do przychodni mierzenie temperatury, wypełnienie formularza, że nie spotykałam się z zarażonymi, nie mam kaszlu i oczywiście w maseczce. Po południu burza, że hej! Balkon w wodzie, po szybach okien i balkonu płynęła woda, kwiaty w skrzynkach wypłynęły na wierzch. Nie pamiętam takiej nawałnicy.

23 czerwca. Na świecie 9.200.000 zachorowań. W Polsce 32.527 osób zachorowało, 17.573 wyzdrowiało, 1375 zmarło. W Brazylii 1.100.000 zachorowań, w Peru 250.000, w Chile 240.000 zakażonych.

W dalszym ciągu nie jeżdżę do znajomych, rodziny i nikt nie odwiedza mnie w domu.

24 czerwca. Wizyta u okulisty. Procedura jak wyżej podczas rezonansu. Normalność jeszcze niezupełna, powoli wraca.

Rozluźnienie i bezmyślność widoczna jest wszędzie. Niektórzy zakupione niemyte truskawki, czereśnie biorą rękoma, które dotykały wszystkiego i jedzą że hej! Młode mamusie, a jakże, karmią małe dzieci tymi niemytymi owocami bry..., bry....

Patrzę i widzę, że niektórzy już zapomnieli, że jeszcze wirus się czai, jest w dalszym ciągu niebezpieczny, nieujarzmiony. Brak szczepionki na to szataństwo. Codziennie na świecie jak i w Polsce są nowe ogniska zakażeń, ludzie umierają na to wirusisko.

Na początku lipca odważyłam się i odwiedziłam 91-letnią ciocię, której zawiozłam zakupy i trochę posiedziałam z nią. Wiek u cioci robi swoje, ale ciocia jakoś sobie radzi. Całe życie była samotną osobą. Miała opiekunkę dwa razy w tygodniu. Patrząc na ciocię, życzyłabym sobie, żeby będąc w jej wieku, ze mną było podobnie.

To była pierwsza wizyta domowa od marca u rodziny.

Byłam też w domu u koleżanki, z którą spotkałam się pod jej blokiem 11 maja. Wypiłyśmy herbatę, pogadałyśmy i półtorej godziny minęło. Zaczynamy działać trochę normalniej. Zaczynamy, ale ostrożnie z tymi wizytami. Do swojego mieszkania jeszcze nikogo nie prosiłam, ale się przymierzam. Kiedy? Zobaczymy.....

ROZDZIAŁ III

HALINA ADAMOWICZ

GDY SIĘ NIE MA OBOWIĄZKÓW, TO NIE MA SIĘ CZASU.

Warszawa, marzec 2020r

26 III czwartek

Już drugi tydzień nie wychodzę do miasta – przybywa chorych na koronawirusa. Ciągłe wietrzę mieszkanie, bo jest ciepło.

Codziennie gotuję obiad i zjadam go ze smakiem. Sprzątam w szafach i szufladach - nigdy na to nie poświęcałam tak dużo czasu. Mam pomysł jak trochę pozmienić ustawienie mebli i ekspozycję obrazów na ścianach.

27 III piątek

Bank napisał mi, żeby nie przychodzić do oddziału lecz korzystać z internetu. Zrobiłam pierwszy przelew w domu za wywóz śmieci.

Jest ciepło i słonecznie. Planuję mycie okien i wysprzątanie balkonu. Dużo czasu na to poświęcę, bo nie muszę nigdzie wychodzić.

28 III sobota

Muszę trochę poćwiczyć - najbardziej bark i nogi.

Przez to siedzenie lub leżenie to mi słabną mięśnie rąk i nóg.

Mam matę do jogi i rower stacjonarny. Teraz ten sprzęt bardzo się przydaje. Rano do godz. 10.00 słucham radia, a po południu włączam TV. Nie jem słodczy, bo po prostu ich nie kupiłam. Może uda mi się odzwyczaić od słodkiego. Byłoby dobrze dla ciała i dla portfela.

29 III niedziela

W kościele byłam ostatnio na mszy 15 III i było bardzo mało ludzi. Około 22 osób, starsi i młodzi. Stały 2 butelki płynu do dezynfekcji rąk w przedsionku na stole.

Dzisiaj tak jak tydzień temu nie mam odwagi wyjść do kościoła – jedynie słucham mszy w radio, jak zwykle o godz. 9.00. Telewizję włączyłam o 12.00 na modlitwę z papieżem Franciszkiem (przegapiłam w piątek drogę krzyżową o 18.00).

Sylwia z Kapsztadu poślala mi film z widokami ulic i placów miasta. Kompletna pustka i cisza.

30 III poniedziałek

Dzisiaj przyszedł kolejny filmik od Sylwii. Tym razem instrukcja noszenia maseczki w języku angielskim – dobrze, że były obrazki.

Dobrze, że się wysypiam, ale mam spadki ciśnienia i jedna poranna kawa nie wystarcza. Gdy się da, a spadki się utrzymują, to robię jeszcze jedną kawę, która i tak nie podnosi szybko ciśnienia, ale mogę coś zrobić. Zamiast herbaty pije czystek tak jak doradza Beata Pawlikowska, a raczej herbatę z czystka bo herbata czarna i zielona działa na mnie pobudzająco i nie mogłabym zasnąć wieczorem, a nawet mogłabym nie spać do 24.00, a co gorsza mogłabym mieć tachykardię.

31 III wtorek

Wciąż przybywa osób zakażonych koronawirusem. Nie wychodzę z domu. Śmieci segreguję jak zwykle, ale te bioodpady wkładam do tacek opakowaniowych z plastiku. One szybko wysychają w warstwach i nie trzeba ich tak często wyrzucać. Najlepiej sprawdza się tacka kartonowa z opakowania kurczaka. Na noc wystawiam ją na balkon i potem odpady są suchsze i lżejsze.

Boje się wchodzić do windy, bo mieszkam w wysokim budynku z garażem podziemnym. Co prawda z 8 piętra mogłabym schodzić dla gimnastyki nóg, ale wejść to 10 lat nie próbowałam. Wchodzenie po schodach zawsze było dla mnie problemem i musiałam rezygnować z mieszkania w budynkach bez windy.

01 IV środa - Prima Aprilis

Nawet chciało mi się płakać. W przeszłości zawsze udawało mi się zrobić komuś żart. Oprócz krótkiej gimnastyki, bo tylko tyle mam ochotę robić, zaczęłam ćwiczyć, około 30 minut na rowerze stacjonarnym, żeby nie osłabły całkiem mięśnie nóg, no i wzmacniam serce. Takie kręcenie bez obciążenia nie męczy mnie wcale. Zasypiam wcześniej i przesypiam noc. Godzina przesunięta na czas letni. Budzę się trochę wcześniej.

02 IV czwartek

Od wczoraj myślę o tej ważnej dla nas rocznicy. Trzeba zapalić świecę i pomodlić się do Świętego Jana Pawła II (jego rodzony brat lekarz, też był ofiarą zarazy). Modlimy się o 21.37 o ustanie pandemii.

03 IV piątek

Dni są słoneczne, a wirus nie zwalnia. Szybko przybywa zakażonych. Już około 3000. Nie ma ani jednego województwa bez chorych. Najwięcej w Mazowieckim, ale stosunkowo dużo jest w Śląskim. Trzeba modlić się. Normanie uczestniczyłam w nabożeństwie drogi krzyżowej w kościele.

04 IV sobota

Trzeba wyjść z domu chociaż na chwilę. O 10.00 byłam blisko w sklepie i w aptece. Mniej więcej połowa ludzi (młodych i starych) nie nosi maseczki ani rękawiczek.

Szybciej niż zwykle wyszłam ze sklepu, ale kupiłam brakujące mi produkty. Po powrocie wszystko myłam mydłem. Stopniowo, najpierw ręce i twarz, potem całe opakowania produktów spożywczych.

05 IV Niedziela Palmowa

Dzisiaj nie będę wychodzić, a jutro umyję okna, bo będzie ciepiej, a potem zrobię pranie. Nie ćwiczyłam jogi już dwa dni, bo mi jakoś zeszło i było wiele telefonów. Jedyna pociecha, że nie wychodząc z domu mogę długo spać, bo zasypiam wcześniej niż zwykle. Moje serce potrzebuje dużo snu i wtedy puls jest bardziej wyrównany i ciśnienie też. Żeby się nie „zepsuło” zaraz wsiądę na rower, który stoi przy oknie i pokręcę sobie ile się da.

06 IV poniedziałek

Zaplanowałam dzisiaj umyć okna, ale nic z tego nie wyszło, bo wczoraj zasnęłam później niż zwykle i mam problem z sercem. Nogi były tak szczupłe, a dzisiaj grube i twarde. Wieczorem znów zaczęło się kołatanie serca. Nie wiem kiedy się skończyło. Puls 120 albo 110. O 23.30 jest 90. Dobrze, że zawroty głowy opanowałam. Chce się spać, ale nie można zasnąć. Tachykardia zwalnia i znów przyspiesza, a jest już 1.00. Tak chciałabym zasnąć. Całe trzy tygodnie tak dobrze się wysypiałam i serce było takie spokojne. Znowu puls jest na 103 i jestem niespokojna. Ciśnienie 108/67. Jeszcze nad ranem puls 90, ale zasnęłam na dwie godziny.

Jest normalne ciśnienie i puls 62, temperatura 36,2, ale jestem osłabiona.

07 IV wtorek

Zrobiłam tylko ciut, ciut porządku w szafce z bielizną i ugotowałam. Dalej ani rusz, nic nie robię oprócz nauki języka angielskiego. Muszę się położyć.

08 IV środa

Nareszcie czuję się lepiej niż te ostatnie 2 dni i noce. Po śniadaniu zdjęłam firanki i umyłam okno. Jest bardzo ciepło, ogarnęłam wstępnie balkon. Tyle do obiadu. Nawet apetyt wrócił, ale nie mogę przesadzić. Zrobiłam gimnastykę i masaż przed obiadem. Daj Boże, żeby serce było spokojne na najbliższy czas, żeby mnie strach nie sparaliżował.

09 IV czwartek

Dalszy ciąg świątecznych porządków. Poszło mi jakoś, a jutro ciąg dalszy. Po południu msza w telewizji.

10 IV piątek

Trzeba się oszczędzać. Jest ciepło, ale nie wychodzę. Modlitwa jak wczoraj, plus droga krzyżowa, plus transmisja z Watykanu. Ponadto dzisiaj jest smutna, 10 rocznica katastrofy rządowego samolotu, ale nie można wyjść...

11 IV sobota

Ten dzień zawsze był i jest przeze mnie lubiany, bo przygotowuję koszyczek z pokarmami do święcenia.

12 i 13 IV Wielkanoc

Inna niż wszystkie w moim życiu. Prawie cały czas w smartfonie albo przed telewizorem.

14 –19 IV

Dzień jak co dzień. Wstawanie, mycie, śniadanie, odpoczynek czyli NIC NIE ROBIENIE. Tak samo mniej więcej po południu: drugie śniadanie i obiad, zmywanie naczyń. Zrobiłam sobie płyn do naczyń bo „wyszedł” ten kupiony, a zrobiony całkiem dobrze myje.

Oglądam w TVP3 programy szkolne, bo są ciekawie prowadzone np. historia lub język angielski. Jogę ćwiczę tylko 5 minut – tylko bark, plus 5 minut rozgrzewki przed masażem na łóżku „Ceragem”, ale nie codziennie.

20 – 23 IV

Bez zmian – „Gdy się nie ma obowiązków, to nie ma się czasu”.

24 IV piątek

Czas trzeba zagospodarować. Idę na zakupy do Tesco. Po raz pierwszy robię duże zakupy na 9 – 10 dni. Potem ciężko

mi dociągnąć wózek do domu. Tym razem oprócz artykułów spożywczych trzeba kupić ziemię do kwiatów, zasiać trochę na balkonie i przesadzić niektóre kwiaty doniczkowe.

25 – 26 IV sobota, niedziela

Siedzenie w domu. Pogoda w dalszym ciągu słoneczna. Można siedzieć na balkonie i wystawiać się do słońca, żeby wytworzyć witaminę D. Wyprałam maseczki. Farmaceutka radziła, że wystarczy prasowanie.

27 – 29 IV

Bez zmian plus przesadzanie kwiatów doniczkowych.

30 IV czwartek

Mam nadzieję, że przesadzone kwiaty się „odwdzięczą”. Nasionka kwiatów na balkonie jeszcze nie wschodzą, chociaż cały czas są w domu na parapecie i na szafce koło okna balkonowego.

01 V piątek

Tak szybko upływa mi czas, szczególnie do południa. Myślałam, że nie wytrzymam siedzenia w domu, ale nawet nie denerwuję się brakiem ruchu na zewnątrz.

Teraz ruch to mała gimnastyka barku i nóg. Wsiadam na rower stacjonarny, ale prawie zmuszam się do tej potrzebnej przecież gimnastyki.

Jest susza, ale na moim osiedlu podlewa się trawniki z węża.

02 – 05 V

Moje koleżanki z UTW Bemowo jeżdżą na swoje działki położone na Bemowie lub gdzieś dalej. Mając samochód, to nie ma problemu. Kiedyś na moją działkę w Szczakach, około 30 km od domu też jechałam samochodem razem z mężem. Prawo jazdy mam, ale nie mam samochodu od 15 lat. Do ubiegłego roku chętnie jechałam na działkę autobusem podmiejskim. Gdy były korki, to czas jazdy wydłużał się czasem dwukrotnie. Teraz byłby problem z jazdą, bo przeważnie te autobusy były zatłoczone, a potem jeszcze przesiadki na terenie miasta. Gdy sprzedawałam działkę w 2019r. – żałowałam, bo był tam super klimat – dużo drzew i owoców. Wszystko to przerabiałam do słoików tam na miejscu. Przed zimą przywoziłam mniej więcej połowę do domu, a reszta, która mieściła się do dwóch szafek na działce, zostawała tam do wiosny i było co jeść, gdy następne jeszcze nie urosły.

Teraz mam tylko kwiaty doniczkowe.

06 – 07 V środa – czwartek

Przesadziłam prawie wszystkie kwiatki w domu. Wcześniej za brakło mi ziemi, a nie chcę zbyt często wychodzić na zakupy i nie mogę kupić dużego opakowania ziemi, bo będzie mi ciężko.

Siedzę z kawą na balkonie po śniadaniu i wystawiam się do słońca, które grzeje bardzo przyjemnie, ale tylko przed południem. Mam okna i balkon od południowego wschodu. To dobre w lecie, gdy są upały. Całkiem blisko, sąsiednie

dwupokojowe mieszkanie ma bardzo, naprawdę bardzo duży taras. Jedyne tak duże na osiedlu. Dzieci jeżdżą na rolkach po tym tarasie.

08 V piątek

Imieniny Stanisława – zapalam świecę dla mojego taty, który obchodził imieniny w tym dniu. Miał dwa ładne imiona: Stanisław i Franciszek oraz dwóch patronów: Św. Stanisława i Św. Franciszka. Mam jedną koleżankę Stanisławę, to zadzwonię po obiedzie z życzeniami.

09 – 10 V sobota – niedziela

Dziwne, że nie znudziło mi się to siedzenie w domu. Myślę tylko, żeby ta pandemia zwolniła wyraźnie, bo boję się wchodzenia do windy i do sklepu. Często dzwonię do koleżanek, które mieszkają na Bemowie i do koleżanek i kolegów z dawnych lat (tych szkolnych).

Większość z nich mieszka na południu kraju (Kraków, Rzeszów, Dębica) i Gliwice – miasto mojej młodości i pierwszej pracy po studiach w Krakowie.

11 – 12 V poniedziałek - wtorek

Kontaktuję się przez telefon również z koleżankami z Opola i Wrocławia. Często przez WhatsApp, bo posyłają mi różne filmiki. Gdyby nie ta pandemia spotkalibyśmy się, jak co roku, w ogrodzie Wyższej Szkoły w Krakowie na grillu. Zawsze organizowali to koledzy i koleżanki mieszkający w Krakowie i okolicy.

Zawsze był to termin na przełomie maja i czerwca w sobotę. I tak było od 30 lat. A teraz - NIE! Nawet mieszkający w Krakowie nie spotkali się.

13 - 14 V środa - czwartek

Niewiele czasu spędziłam na balkonie, bo zimno, ale wychodzić na zewnątrz, nie mam ochoty. Chyba przyzwyczałam się do siedzenia.

Zasiane kwiatki na balkonie bardzo słabo rosną, jedynie pomidor mi się odwdzięcza, bo bardzo szybko dojrzewa. W nocy zimno, to wnoszę go do pokoju na noc. Miał 11 kwiatków w marcu, ale tylko 4 pomidory się zawiązały i szybko urosły.

15 V piątek

Imieniny Zofii. Będę telefonować do solenizantki, potem pedałowanie na rowerze przez 35 minut. Tyle wystarczy, byle robić to często, a najlepiej codziennie i systematycznie. Mięśnie nóg i mięśnie serca łatwiej pracują, niż przy chodzeniu.

ROZDZIAŁ IV

IRENA RÓŻYCKA

...TYLKO TEN STRACH PRZED NIEZNANYM.

Pierwsze przypadki zakażeń wirusem SARS - COV - 2 odnotowano pod koniec 2019 r. w Wuhanie w środkowych Chinach. Pierwsze zakażenie miało miejsce **17.11.2019**, zakażony był 55 letni mężczyzna, mieszkaniec Wuhan. Istnieje przypuszczenie, że źródłem, z którego mógł się rozprzestrzenić był targ rybny, gdzie sprzedawane były zarówno dzikie zwierzęta, jak i owoce morza.

Wirus przenosi się drogą kropelkową, wywołuje ciężkie zapalenie płuc. Dnia 7.01.2020 potwierdzono oficjalnie, że zachorowania powoduje nowy wirus z rodziny koronawirusów. Dnia **12 marca 2020** zostało uznane przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) za pandemię, a od **4 marca 2020** odnotowano pierwsze zakażenie wirusem w Polsce.

27 marca 2020

To już któryś dzień, kiedy w Polsce szaleje koronawirus.

Osiedle na którym mieszkamy jakby umarło. Brak ludzi, znajomych, sąsiadów, cisza, spokój.

Na tym osiedlu mieszkamy ponad 40 lat. Wychowały się tu nasze dzieci, córka i syn. Obok budują nowe bloki i słysząc tylko odgłosy z budowy.

Ranek. Oglądamy wiadomości. Straszne wieści - nowe zakażenia i zgony. Jesteśmy z mężem przerażeni – strach, co dalej?

W południe wychodzimy na krótki spacer. Jest bardzo ciepło. Wiosna.

Wszystko wokół zaczyna się zielenić. Jest pięknie, tylko ten strach przed nieznanym.

Wracamy do domu, czytamy, rozwiązujemy krzyżówki.

Spoglądam w okno, przez które widać sąsiada z psem na spacerze. Kiedy 2 lata temu zmarła mu żona, został sam z przyjacielem, psem. Jak dobrze, że mamy siebie, razem lepiej znosić nieznaną.

Zapada wieczór, co dalej?

Telefon od córki. Jak się czujemy? Czy zrobić zakupy? Prosi, żebyśmy zostali w domu, jesteśmy bardziej narażeni na zarażenie się, ponieważ mamy choroby współistniejące. Chciała nam zrobić przyjemność i upiekła chleb. Ponieważ mieszka bardzo blisko przyniosła ten chlebek jeszcze ciepły i pachnący.

Widzieliśmy się przez chwilę na dużą odległość. Sama jest mamą 8 – letniego Antosia, naszego wnuka, ucznia I klasy.

Kontakt z rodziną telefoniczny.

Cały czas w wiadomościach podają ile zachorowań i ile zgonów. Zdziwienie i niedowierzanie, że aż takie żniwo zbiera ten wirus.

Zbliżają się Święta Wielkanocne, po raz pierwszy zdecydowaliśmy, że spędzimy je osobno. Każdy u siebie ze względów bezpieczeństwa. Bardzo przykro, że nie zobaczymy się. Sprawa zakupów – ubieram maseczkę, zakładam rękawiczki jednorazowe, biorę listę zakupów. Idę do sklepu w godzinach tylko dla seniorów 10.00 – 12.00. Przed sklepem kolejka, trzeba zachować odstęp 1,5 – 2 m. między ludźmi, a w sklepie może przebywać tylko ograniczona ilość osób. Zakupy robię na cały tydzień, żeby nie chodzić codziennie. Zakupy przyniesione do domu odkażam.

Wreszcie Święta Wielkanocne 12 i 13.04.2020

W tym roku po raz pierwszy w moim życiu nie idziemy do kościoła, by poświęcić potrawy. Obdzwaniamy całą rodzinę składając życzenia świąteczne. Przy stole siedzimy we dwoje, jest nam smutno, wspominamy dawne, radosne święta. W południe wychodzimy na mały spacer. W telewizji w wiadomościach złe wieści, pandemia. Objawy choroby to: gorączka, kaszel, duszność. Na całym świecie choroby i zgony, brakuje respiratorów, środków do dezynfekcji, a nawet lekarzy, którzy pracując ponad siły, stoją przy chorych.

W domach opieki nie ma kto się opiekować ludźmi starszymi, którzy są często niepełnosprawni. Trwa horror.

Cały czas pojawiają się ogniska nowych zarażonych.

Pojawiają się nowe obostrzenia.

10.03. Rząd odwołuje imprezy.

11.03. Zamknięcie szkół, zakładów fryzjerskich, przedszkoli.

14.03. Wprowadzenie stanu zagrożenia epidemią.

15.03. Zamknięcie granic państwa.

24.03. Zakaz przemieszczania się, spacerów.

31.03. Zakaz wstępu do lasów, parków, na bulwary, zakaz wychodzenia osób do 18 roku życia, bez opieki dorosłych.

1.04. Zamknięto salony fryzjerskie i kosmetyczne.

W sklepach wprowadzono bezpieczne zakupy w godz.

10.00 – 12.00 dla seniorów powyżej 65 r. życia.

16.04. Obowiązek noszenia masek.

18.05 Otwarte zakłady fryzjerskie oraz lokale gastronomiczne.

6.06. Otwierają się kina, teatry.

Koniec lipca - liczba zakażeń wzrasta. Co nas czeka?

ROZDZIAŁ V

STANISŁAW JAROS

NIE ZBLIŻAJCIE SIĘ DO DZIADKÓW.

30.03.2020

Kolejny dzień zamknięcia w domu!

Epidemia, pandemia – wirus: koronawirus!

Nie tak dawno, ale jednocześnie tak dawno – 20 lat temu żegnając XX - ty wiek mogliśmy mieć prawo oczekiwać, że po tragicznych przeżyciach XX - go wieku, przy ogromnych i to wciąż powiększających się postępach w nauce, technice, nadchodzący XXI wiek będzie wiekiem spokojnego, coraz lepszego życia ludzi na naszej planecie. Niestety – okazało się i każdy kolejny rok tego wieku to potwierdza, że zamiast spokojnego, przynoszącego ludziom szczęście wieku, mamy wiek niepewności!

Nie potrafimy rozwiązywać ważnych dla nas ludzi i dla całej planety problemów i nie potrafimy zapobiegać nowym. Do tego

przepętnieni dumą z poziomu naszej wiedzy, nauki, pędu do „wciąż jeszcze więcej i więcej” – niemieszcząca się w głowach niespodzianka! Gdzieś tam daleko, w wielkich Chinach wybuchła epidemia nieznanego wirusa! W jakimś wielomilionowym mieście, zamknięto ludzi, a okręg odizolowano. Zanim zdążyliśmy pojąć, gdzie to jest – straszne, szybko następujące wiadomości: epidemia rozpowszechnia się na cały kraj, przekracza granice! Dociera do Europy: Europy – najbardziej rozwiniętego najbogatszego kontynentu.

Zastraszające wiadomości z Włoch. Nie do wiary! Oszłomiony świat się zatrzymuje! Kolejne państwa podejmują drakońskie zarządzenia, by ograniczyć przemieszczania się koronawirusa! Dociera on i do nas, do Polski. Nasza władza, widząc co się dzieje, podejmuje wyprzedzające zarządzenia.

Niewiarygodne zarządzenia: zamknięcie granic, zamknięcie szkół, przedszkoli, uczelni. Nauka zaocznie. Dobrze, że są nowoczesne środki przekazu umożliwiające naukę na odległość, szybko trzeba się nauczyć tego sposobu. Ale ile czasu może to być wykonalne? Ile czasu można siedzieć w zamkniętych mieszkaniach? Całymi dniami, bez prawa wyjścia! Jak zorganizować codzienne życie w tych niewyobrażalnie trudnych warunkach?

Dwa miesiące od ujawnienia się wirusa. Niewiarygodne, w tak krótkim czasie ten niewidzialny wirus atakujący tylko ludzi, przenoszony drogą kropelkową, potrafił dotrzeć na wszyst-

kie kontynenty, sparaliżować życie ludzkie i poszczególnych ludzi i całych społeczeństw.

Były w historii epidemie. Ginęły dziesiątki tysięcy ludzi i samostnie się kończyły. Ostatnia wielka epidemia była pod koniec I wojny światowej. Dotknęła wycieńczoną wojną Europę. Dotknęła i moją rodzinę. Zachorował i zmarł mój dziadek. Zachorowała babcia i dwie córki, z których jedną była moja mama. One przetrwały, ale nie były na pogrzebie. Wszystkie ciężko chore leżały w łózkach, ale przeżyły. Jak opowiadały i babcia i mama, prawie co dzień były pogrzeby. Na wozie zbita skrzynka, bo nie miał kto robić trumien, a za wozem dwie, trzy najbliższe osoby.

Ale to było sto lat temu i w wycieńczonej wojną Europie. Ale teraz? 75 lat po zakończeniu strasznej wojny? Po latach sukcesów w większości pokojowego odbudowywania – epidemia – pandemia?

Jesteśmy tacy mądrzy, a taki maleńki, niewidzialny wirusik nas zaskoczył, zatrzęsł całym światem.

Skąd się wziął? Od wieków ludzie szukają coraz nowszych i skuteczniejszych broni dla najskuteczniejszego pokonania przeciwnika. Wymyślają nowe armaty, samoloty, czołgi, rakie ty, bomby! Pracują instytuty, laboratoria. Różne horrory, pilnie strzeżone laboratoria, w których najlepsi naukowcy pracują nad najbardziej skutecznymi środkami ludobójstwa, pracują nad nowymi armatami, bombami itp.

Pracują laboratoria nad bronią chemiczną i jednocześnie super tajne laboratoria z bronią biologiczną, z których potrafią wydostać się niebezpieczne zarazki. Czy przypadkiem coś nie było właśnie tak z tym koronawirusem? Strach pomyśleć! Może kiedyś dojdziemy do prawdy?

Jak wygląda w tych warunkach moje codzienne życie?

Mam 87 lat. Tak dużo i miłych, pięknych i strasznych przeżyć. Taki też był ostatni rok. Osiem miesięcy strasznych po odejściu żony. Cztery miesiące szpitalnej rehabilitacji. Długie próby przywrócenia do jako takiego, samodzielnego życia. Niestety, osłabiony 25 letnią cukrzycą organizm nie był w stanie się w pełni odrodzić. Jak zapewnić opiekę? Konieczny okazał się dom opieki. Kolejne cztery miesiące codziennego przesiadywania przy łóżku, próby prowadzenia przy wózku na korytarzu, pokazywanie przy oknie skrawka nieba.

24 marca żona zmarła. W dniu pogrzebu, 27 marca mijają druga rocznica urodzin prawnuczki, a następnego dnia 28 marca 2019 roku urodził się pierwszy prawnuk. Dokładnie rok później, 28 marca tego roku, w dalekiej Finlandii, do której wyjechała wnuczka – urodził się drugi prawnuk.

Tak więc, w tych ostatnich dniach miesiąca marca przeplatają się i wydarzenia, rocznice: pożegnania ze światem i budzenia się, przychodzenia na świat kolejnego pokolenia.

Jakie będzie ich życie? Nadzieja, że ta pandemia zmusi ludzi do opamiętania, odbudowy, zastanowienia się, co

było kiedyś normalnością – nad sensem życia, liczenia się z odwiecznymi prawami obejmującymi wszystkie formy życia na naszej planecie.

A jak przeżywam kolejne dni samotności?

Nie jestem samotny. Dzieci, wnuczka czuwają nade mną, zapatrują mnie w niezbędne do życia produkty. Codziennie pytają jak się czuję, czy czegoś mi nie potrzeba? Minał rok jak jestem wdowcem, ale nie mogę tego stanu pojąć, bo wciąż z żoną jesteśmy razem. I tam, gdy pochylam się na cmentarzu nad mogiłą, i tu w domu, gdzie wszystko jest po staremu, tak jak było za naszego wspólnego życia. Na spacerach z kijkami w naszym Bemowskim Lasku, gdzie chylę głowę przed figurą Matki Boskiej prosząc, by tam wysoko, daleko otaczała ją czułą opieką wraz ze wszystkimi, których ona kochała i którzy ją kochali. Chylę głowę przed pomnikiem poświęconym powstańcom warszawskim. Przytulam się do brzoźki, którą i ona przytulała. Stąпам po ścieżce, po której wspólnie spacerowaliśmy.

Wstaję przed godz. 7.00. Wystuchuję pierwszych krótkich wiadomości. Gimnastyka poranna: 5 ćwiczeń po 21 powtórzeń. Na koniec 7 skłonów. Poranna toaleta zimną wodą. Pierwsze śniadanie – zbożowe musli na mleku przyrządzone wieczorem. Przedtem wychodziłem na godzinny spacer z kijkami do lasu. Teraz nie mam odwagi, trzeba przestrzegać zakazów i nie wychodzić z domu. Wprawdzie mówią, że nie wolno zbyt długo przebywać w domu bez ruchu i trzeba wyjść na spacer, ale natrafiam na służbistę i mnie ukarze 30.000 zł. Zamiast spaceru w lesie mam jazdę na rowerze w domu. Następnie zabieg

terapeutyczny światłem spolaryzowanym, 11 punktów po 4 minuty. Następnie drugie śniadanie: kromka chleba z serem, pomidorem lub listkiem sałaty, kubek kawy.

Później coś do zrobienia w mieszkaniu, oglądanie albumów, książek. W południe – wiadomości, potem w TV serial przyrodniczy.

Wyjście na balkon, opalanie się, oddychanie na ogródku, przygotowanie kolacji. Włączenie telewizji na wiadomości w Polsat. Wieczorem szukam czegoś do obejrzenia w telewizji. I tak mija dzień za dniem.

Dzień już długi. Po pracy syn zabiera mnie na cmentarz na chwilę zadumy. Spoczywaj w spokoju! Tam daleko, wysoko, odległe Ci już są nasze ziemskie problemy.

Wczoraj – Prima Aprilis. Wcześniej zastanawiałem się, jak się będziemy oszukiwać z Kalinką - Prima Aprilis był zawsze u nas. Wymyślaliśmy z naszymi małymi dziećmi, jak tu wzajemnie się nabrać, drobne oszukaństwa, dużo śmiechu, satysfakcja z osiągniętego celu. Potem były wnuki. Podobnie dużo zabawy, dużo śmiechu. A teraz? Epidemia. Jesteśmy tak blisko siebie, a jednocześnie tak daleko.

Powtarzane przestrogi i dzieciom i wnukom – nie zbliżajcie się do dziadków! Groźba zakażenia, choroby!

Jestem na tarasie, Kalinka w ogródku, na trawie. Wdrapuje się na schodki i mówi: Dziadziu, masz brudek na twarzy.

Podnoszę się i idę do lustra. I śmiech: Prima Aprilis! Piękne tradycje trzeba zachować nawet w najtrudniejszych chwilach!

2.04.2020

Dziś dzień jak poprzedni. O godz. 7.00 wysłuchanie krótkich wiadomości. Koronawirus już panuje na całym świecie! Z przodującej w ilości chorych i zmarłych Europy pierwszeństwo przeniósł do dumnej, bogatej Ameryki – Stanów Zjednoczonych. W Nowym Jorku kolejki ciężarówek z ciałami zmarłych do spalania.

We Włoszech, w Hiszpanii nie nadążają chować zmarłych, w tym lekarzy. Służba zdrowia już na skraju wyczerpania!

A co będzie, gdy wirus zawita do obozów przesiedleńców, uciekinierów na Bliskim Wschodzie, w Afryce?

A dziś dzień, jak co dzień. Poranna gimnastyka: Pięć ćwiczeń po 21 powtórzeń, na zakończenie 7 skłonów. Potem śniadanie: 2 łyżki musli na ćwiartce mleka, nastawionych wczoraj wieczorem. Potem godzinny spacer w lesie z kijkami. Teraz zamiast spaceru w lesie 15 minutowa jazda na stacjonarnym rowerze w pokoju. Następnie rehabilitacyjne zabiegi światłem spolaryzowanym. Wyglądam przez okno: przed niedalekimi sąsiadami zatrzymuje się karawan żałobny. Wynoszą z domu znanego działacza i polityka, byłego prezesa Radiokomitetu, prezesa Związku Narciarskiego. Dwa lata starszy ode mnie. I kto go pożegna? Ostatnio opiekowała się nim Ukrainka. Niedaleko mieszkająca córka go odwiedzała. Wnuk w Anglii.

Trzeba popisać. Ręka taka ciężka. Ciężki długopis.

Bardzo rygorystyczne przepisy są wprowadzone dla ograniczenia rozprzestrzeniania się wirusa. Wszyscy mają dalej siedzieć w domu! Kwarantanny, szpitale. Jest pewna furтка i dla mnie. Można wyjść na krótki spacer dla zaczerpnięcia świeżego powietrza. Ale nie skorzystam, nie pójdę! Byłoby to nie w porządku wobec wszystkich zamkniętych w mieszkaniach, w wieżowcach, blokach w centrum miasta, wobec całej służby zdrowia poświęcającej się ratowaniu.

Nie wracają ze szpitali do domu, by ewentualnie nie przynieść wirusa i nie zakazić bliskich! Jak długo to potrwa? Ile ludzie wytrzymają? Zbliżają się święta: Niedziela Palmowa, Wielki Tydzień, Wielkanoc. Jak to będzie? Na pewno w samotności! Lepiej na razie nie myśleć!

Palmowa Niedziela.

Święto kościelne upamiętniające witanie palmowymi liśćmi przybywającego do Jerozolimy Jezusa. Ale dla nas to święto ludowe – polskie. Podążają odświętnie ubrani ludzie do kościoła z pięknymi palmami. I bardzo proste gałązki z baziami. I piękne na długim patyczku, wielokolorowe z wysuszonymi kwiatami. W niektórych parafiach ogromne, kilkumetrowe. Nawet w naszej parafii bywały takie wysokie na 3 metry. Po nabożeństwie przed kościołem był pokaz palm i nagradzanie najładniejszych i tych małych i tych ogromnych.

Polskie wioski, miasteczka i miasta zapełniały się kolorami. Po smutnym parotygodniowym Wielkim Poście to rozjaśnienie tymi kolorowymi palemkami. Zapowiedź Wielkiego Tygodnia i radosnej Wielkiej Nocy. Tak było do tego roku. Dziś jest inaczej. To już miesiąc ciszy, pustych ulic. Epidemia. Pandemia.

Jak można nie wyjść z domu? Nie iść do szkoły? I to tak długo. To niemożliwe! A jednak możliwe, bo konieczne! Z życia realnego przeszliśmy na życie wirtualne! Wirtualna szkoła, wirtualne teatry, wirtualne nabożeństwa, w wielu wypadkach wirtualna praca, wirtualne życie rodzinne.

Palmowa Niedziela przypomina o nadchodzącej wiosnie. Przyroda odżyje po śnie zimowym. Przyroda, natura – a my ludzie? Jak długo pozostaniemy w letargu w czterech murach naszych mieszkań? Jak długo przez okno będziemy patrzeć na świeżą zieleń?

Radio, telewizor. Przerażające wiadomości. Wirus zapanował w ciągu paru miesięcy nad całym ludzkim światem. My, tak mądrzy ludzie nie wiemy skąd się na świecie pojawił? Czym właściwie jest? Kiedy zechce, a właściwie kiedy, zamykając mu drogi rozprzestrzeniania się poprzez naszą pełną samoizolację – zmusimy go do odejścia?

Mój kolejny dzień – jak każdego z nas – w samotności. W prawdzie pod tym dachem, ale w oddzielnym mieszkaniu jest wnuczka z mężem i trzyletnią córeczką. Przestrzegają zale-

ceń by ograniczyć kontakt dziecka z dziadkami. Cieszymy się sobą przez szybę na odległość przynajmniej 2 metrów.

Nie ma moich ukochanych godzinnych spacerów z kijkami w naszym Bemowskim Lasku. Pozostają zajęcia rehabilitacyjne w domu: poranna gimnastyka, seria naświetleń światłem spolaryzowanym, masowanie stóp, mycie się zimną wodą, kąpiele perełkowe. No i opalanie się w kwietniowym słońku. Ale my mamy komfort. Dużo zieleni, tlenu. A jak żyją zamknięte w czterech ścianach rodziny w blokach, ciasnych ulicach? Jak dają sobie radę dzieci, młodzież, studenci – zobowiązani do wirtualnego realizowania programu nauczania?

Wielkanoc

Piękny, słoneczny, rześki poranek. Za oknem złoci się forsycja, bieli mirabelka, zielenią się pąki bzu. I cisza. Przejmująca cisza. Przecież Wielkanoc to idący czy jadący do kościoła na rezurekcyjną procesję! To strzały rozradowanych dzieciaków. A tu cisza. Tak, to pełnia epidemii – pandemia koronawirusa!

Jak ziemia długa i szeroka – cisza. Miliony, miliardy ludzi uwięzionych w domach! Dziesiątki tysięcy w szpitalach w izolkach. Tysiące, tysiące tych, którzy narażeni na zakażenie tym strasznym wirusem ratują, obsługują chorych, pracują, by w pozamykanych domach nie brakło prądu, wody, gazu.

Pogrzeby! W niektórych krajach, miastach brakuje trumien! Cóż to za pogrzeby? Żegnanie zmarłych, gdy nie może towarzyszyć nawet najbliższa rodzina!

Przypominają się wspomnienia mamy, babci, gdy pod koniec pierwszej wojny światowej wybuchła i panowała epidemia hiszpanki. Przez długą wieś ciągnął się wóz ze skrzynią ze zmarłymi, bo nie było trumien i jedna, dwie najbliższe osoby towarzyszące. Mój dziadek zmarł. Ani babcia, ani córka – moja mama nie były na pogrzebie. Leżały ledwie żywe, powalone chorobą, ale przeżyły! Ale to było sto lat temu! Nie było lekarzy, leków, środków higieny poza prostym mydłem!

Ale epidemia teraz? W szczytującym się pędem do opanowania przestworzy wieku? Nieprzewidziana, zaskakująca i w ciągu miesięcy ogarniająca całą ziemię. I my tacy mądrzy, dysponujący ogromną wiedzą i środkami – nie wiemy skąd, dlaczego się pojawił i sparaliżował ludzki świat?

Ostatnie dni Wielkiego Tygodnia, Dni Męki Pańskiej pogłębiły uczucie żalu, strachu, panującej i wciąż narastającej epidemii. Wczorajszy dzień uspokojenia religijnego, ale przede wszystkim dzisiejszy dzień zmartwychwstania, pokonania śmierci, odrodzenia życia napawa otuchą, wiarą w zwycięstwo życia. I wiara, pewność przywódców i organizatorów naszego życia społecznego w przezwyciężenie epidemii i przejście do planowania i organizowania życia od nowa, w dniu dzisiejszego świętowania napawa optymizmem. A dziś taka cisza, taka samotność!

A przecież jakie piękne są święta wielkanocne. I te religijne i te czysto polskie, ludowe. Tyle przygotowań i wiosennych porządków, odświeżania, czyszczenia i wreszcie zastawienia świątecznego stołu!

Budzę się i pulsują wspomnienia, z samego rana wędrujący pieszo, wozami, bryczkami, odświętni, z samego końca wsi parafianie. O godz. 6.00 wyrusza procesja by trzykrotnie obejść kościół w śpiewie, biciu dzwonów i bębna. Kościelny bęben! Dwóch chłopców dźwiga między sobą potężny, pokryty skórą bęben. Nad nim pochylony z pałami w rękach bębniarz - stary, w świątecznym stroju ludowym, miejscowym, regionalnym. Już w drzwiach kościoła rozlega się rozchodzące po opuszczanym kościele i na zewnątrz potężne, przejmujące bębnienie. I potem śpiew jednej zwrotki pieśni rezurekcyjnej „Wesoły nam dzień dziś nastał” i cała zwrotka na bębnie. To nie jest zwykłe bębnienie. To hymn! To piękna melodia! Przeplatanie się ogromnego huku i cichuteńkiego, raz szybkiego, raz powolniejszego rytmu. Mieszanie wibrującym powietrzem. Kościelny, wiejski, chłopski artysta – bębniarz! Tak – artysta! Mógł zostać uwieczniony w „Panu Tadeuszu” polski Żyd, cymbalista – Jankiel i powinien być tym bardziej uwieczniony polski chłop, artysta – bębniarz, Maciej czy Wojciech! Oczywiście bęben był nieodłączną częścią strażackiej orkiestry, wiejskiej kapeli grającej na zabawach, chrzcinach, ale to były inne bębny i inni bębniarze.

Nie wiem, czy zdążę, czy będę miał siły i okazję, by odwiedzić profesora Mariana Pokropka i jego przemiłą żonę Stasię, w tak ogromnym z poświęceniem wybudowanym i prowadzonym Muzeum Sztuki Ludowej w Otrębusach. Chciałbym, by do wydanego jego wielkiego dzieła „Etnografia materialna. Kultura ludowa Polski na tle porównawczym” czy do opisu polskiego folkloru polskiej sztuki ludowej, czy w drugim swym dziele

„Sztuka ludowa w Polsce”, dopisał polskiego, chłopskiego artystę – kościelnego bębniarza, Macieja czy Wojciecha.

A warto wybrać się do Otrębus. Wokół, oprócz pięknej zieleni i innych bogactw przyrody pełno bogactw naszej historii. Na skraju Otrębus Muzeum Samochodów. Tuż obok piękna, tonąca w zieleni siedziba zespołu Mazowsze w Karolinie. Minąwszy Otrębussy mijamy po prawej stronie Brwinów znany nam chociażby z wyświetlanego obecnie serialu „Stulecie Winnych”. Po lewej stronie miasto ogród – miejsce luksusowego wypoczynku przedwojennej Warszawy – Podkowa Leśna, a nieopodal niej w Stawisku park i dom Iwaszkiewiczów. Dalej, na południowy – zachód stolica polskiego jedwabiu – Milanówek i dalej kolejna stolica polskiego lnu – Żyrardów. Tak blisko i tak pięknie, bogato i pełno historii! Z pewnością my – klub „Sami Swoi”, albo uczestnicy Wczasów dla Seniorów tam się wybierzemy.

A moje dzisiejsze wielkanocne święto? Obawiałem się. Przecież to zawsze w szerokim gronie rodzinnym, ale wobec zagrożenia wirusem, wobec ostrzeżeń, zakazów poruszania się perspektywa samotnego święta. A tu przed dziesiątą ktoś dzwoni. Młody chłopiec stawia przed drzwiami świąteczną paczkę od władz Warszawy. Ogromne wzruszenie! Podziękowanie młodemu człowiekowi oderwanemu od rodzinnego stołu.

Sam w ubiegłym roku mimo mych 86 lat życia dwukrotnie po dwa tygodnie opiekowałem się jako wolontariusz niepełnosprawnym, po udarze, emerytowanym oficerem z Domu Kombatanta. A dziś otrzymuję symboliczną, ale jakże budzącą

wdzięczność i wzruszenie świąteczną paczkę. Dziękuję jak większość seniorów za pamięć, za umilenie świątecznych chwil, w tym tak trudnym czasie pandemii.

Obudziłem się i ubrałem wcześniej. Przecież zawsze na godzinę 6 rano byliśmy już na wielkanocnej rezurekcyjnej procesji. Dzwoni Irena i przypomina, by o 7.00 oglądać transmisję świątecznego nabożeństwa. Radosnego, bo symbolizującego odrodzenie się ze śmierci nowego życia i smutnego bo z pustego kościoła. O godz. 10.00 wnuczka zaprasza na świąteczne śniadanie. Już czeka trzyletnia prawnusia, Kalinka. Pięknie zastawiony stół. Dzielenie się jajkiem. Tym razem bardzo krótkie życzenia: zdrowia. Tak, żyjemy optymizmem, jaki nam daje dzisiejsze święto.

I już południe. Szczęśliwsi w porównaniu z innymi możemy wyjść na trawę, na ogródek. Udaje nam się uruchomić połączenie z wnuczką Lilą, jej mężem Filipem i ich jednorocznym synkiem Tymonkiem w Krakowie. Oni uwięzieni w krakowskim mieszkaniu na piętrze. Ale cieszymy się wzajemnie sobą, że jesteście zdrowi i byśmy za rok mogli się spotkać nie wirtualnie, ale realnie w szerokim rodzinnym gronie.

Przyjeżdża syn Arkadiusz, który umożliwia łączność z córką Ewą i jej mężem Witkiem. Dalej z Lilą i Tymonkiem. Łączymy się z Rzeszowem, mamą oraz siostrą Witka. Jest u nich jej syn, który przyleciał ze Stanów Zjednoczonych i jest u nich uwięziony. Kwarantanna, brak możliwości powrotu do Stanów. Przecież samoloty nie latają. Tak, tak... Jakież ciche niebo nad nami na Bemowie. Kończą się święta z laptopem. Odjeżdża

Arkadiusz. Natalia częstuje mnie świąteczną zupą grzybową. I już jest popołudnie. Piękne słońko na bezchmurnym błękitnym niebie obniża swój lot i przechyla się ku zachodowi. Zbieram się zgodnie z obietnicą do odnotowania przeżyć kolejnego, ale jakże szczególnego dnia w całym ciągu dni odosobnienia, przeżywania świadomości o kolejnych zachorowaniach i zgonach w Polsce, w Europie i na świecie.

Niedziela 19 kwietnia 2020

Kolejny trudny tydzień. W telewizji przypominają daty, rocznice. To 77 rocznica wybuchu Powstania w Warszawskim Gettcie. To 75 rocznica wyzwolenia obozu koncentracyjnego Sachsenhausen, to Wielkanoc w kościele prawosławnym, to niedziela Miłosierdzia Bożego w kościele katolickim, ale przede wszystkim to kolejna niedziela pandemii koronawirusa! Pusto na drogach, na ulicach, w parkach, lasach. Włączyć radio, włączyć telewizję - kolejne komunikaty o liczbach zakażonych w Polsce, w Europie, na świecie. Wszędzie nadzieja, że to może już po apogeum zakażeń, że będzie można łagodzić restrykcje? Ale jednocześnie ostrzeżenie – nie za szybko! A tak by się chciało widzieć poprawę!

U nas pewien optymizm - od jutra z maseczką na twarzy będzie można wyjść na spacer do parku, do lasu! A więc jutro, po parotygodniowej przerwie - założę maskę, wezmę kijki i pójdę do naszego Bemowskiego Lasku! Tak niewiele, a tak dużo po tym uwięzieniu w domu. Już politycy, rządzący, specjaliści, zastanawiają się nad dogodnymi sposobami wychodzenia z застоju spowodowanego pandemią, ale zastrzegają, że dalej nie

wiadomo kiedy będzie można do tego wychodzenia przystąpić? Jak ono i ile czasu będzie przebiegać? Jakie będą jego koszty? O ile się cofniemy w naszym rozwoju?

Przecież wiosna, budząca się do życia przyroda, napawają optymizmem, dodając życiowych sił. Tym razem, gdzie nie spojrzeć jest inaczej. Do tej strasznej epidemii, która nie oszczędza nikogo, dochodzi kolejny rok suszy, dodatkowa troska rolników i nie tylko. Czy i ile za jaką cenę będzie żywność? Jakie będzie to lato? Czy wylecą samoloty? Czy pociągi przekroczą granice? Czy odżyją ośrodki letniego wypoczynku? Już nawet nie o luksus wczasów chodzi, ale czy zapełnią się miasta, miasteczka, osady ludźmi!

Po południu odwiedził mnie syn. Przyjechał rowerem. Codziennie do pracy jeździ rowerem. Nawet nie wchodził do mieszkania. Spotyka się z wieloma osobami, nie chce zagrozić zakażeniem. Parę chwil spaceru po ulicy. I tyle.

Niedziela 26 kwietnia 2020

Kolejny tydzień pandemii. Co można jeszcze dopisać? Każdy kolejny dzień, te same wiadomości. W Polsce, w Europie, na świecie tyle nowych chorych, zakażonych, tyle zmarło, tyle wyzdrowiało, tyle bezrobotnych, tyle znikających zakładów pracy. A rolnictwo, producenci żywności? Do tego straszna susza!

W ubiegłe lato z Arkadiuszem byliśmy w Biebrzańskim Parku Narodowym na bagnach, moczyliśmy nogi w Biebrzy. Arkadiusz płynął kajakiem. Ogromne przestrzenie torfowe nieska-

żone ludzką stopą, zabudowaniami, liniami słupów, przewodów elektrycznych! A teraz setki hektarów płoną! Po kilku dniach komunikat, że wreszcie pożar opanowano, ale służby pozostają na stanowiskach, by nie dopuścić do odnowienia pożaru. Epidemia, a tu wybory prezydenta. Termin konstytucyjny! Konstytucji łamać nie możemy! Nie można iść do urn, to zrobimy wybory korespondencyjne. Mamy dobrą władzę ograniczającą zakres epidemii to i przeprowadzić wybory korespondencyjne potrafimy. Gdzieś tam lokalnie przeprowadzono wybory i udało się. Podnoszą się głosy, że nie ma kampanii wyborczej, tą prowadzoną przez jednego kandydata – obecnego prezydenta. Należy wybory odłożyć! Nawet za cenę, przewidzianego przez konstytucję zarządzenia stanu klęski żywiołowej. Ale nie wiadomo, kiedy mogłyby się te wybory odbyć, to wybierajmy w maju! Ano, nie przewidzieliśmy koronawirusa. Masz babo placek!

Pierwsza połowa ubiegłego tygodnia pogodna i ciepła. Z Natalią i Kaliną pojechaliśmy do Wojcieszyna na pole, do lasu. Piękna wiosna, choć sucho. Nachodziliśmy się, biwakowaliśmy. Sama radość życia! A teraz ochłodziło się, niebo pokryło chmurami, ale zapowiadanych opadów jak nie było, tak nie ma! Dwa razy dziennie godzinne spacerunki z kijkami w lesie, sama radość! Świeża zieleń, śpiew ptaków! No i ludzie się pokazują! Wszyscy z zasłoniętymi twarzami! Tak, tak, to nie do śmiechu te twarze zasłonięte...

Niedziela 03.05.2020

Trzeci Maja! Takie radosne polskie święto! Właściwie to trzy kolejne dni świąteczne. Najpierw Pierwszy Maja. Kiedyś wiel-

kie święto świata pracy, teraz zaledwie wzmianka, że wszyscy pracujemy. Wczoraj Drugi Maja – Dzień Flagi i Dzień Polonii. Cóż, pandemia! Wszędzie pusto, nie ma świętowania. No i dziś Dzień Konstytucji oraz Dzień Matki Boskiej, Królowej Polski. Tak radośnie obchodzone, a dziś jak nakazuje pandemia – cicho, pusto.

Ubiegły tydzień wprowadził zamieszanie i u mnie. W czwartek zaczęła mi puchnąć twarz i szyja. W nocy dalsza spuchlizna, powiększone gruczoły. Zadzwoniłem na pogotowie. Zaproponowali pojechać do przychodni z nocną pomocą. Zawiozła mnie Natalia. Lekarz bez badania spojrzął i orzekł zapalenie węzłów chłonnych. Zapisał antybiotyk. Przecież to święto Pierwszego Maja, wszystko zamknięte. Dobrze, że Natalia znała adres apteki dyżurnej. Pojechaliśmy, wykupiła leki. Mam brać antybiotyk przez 10 dni dwa razy dziennie, trudno. Tu epidemia, a mnie się przytrafiła taka choroba!

Dwa razy dziennie, przed i po południu chodzę na godzinne spacerzy z kijkami w lesie. Tak pięknie - świeża zieleń, śpiew ptaszków. I wyszli ludzie – po południu spacerzy, rowery, wózki dziecięce, psy.

W najbliższych dniach otwierają się hotele, centra handlowe. Dobrze, choć liczba nowych zakażeń, zgonów, utrzymuje się. Inne kraje też już stosują złagodzenie ograniczeń wywołanych pandemią. I pocieszające ochłodziło się i pada deszcz. Po miesiącach suszy ziemia, przyroda trochę odetchną.

17.05.2020

Kolejne dwa tygodnie pandemii. Wiadomości pocieszające. Niektóre kraje wprowadzają już pierwsze rozluźnienia. U nas też już trzeci etap wychodzenia. Od jutra już będą otwarte różne zakłady użyteczności publicznej, zakłady gastronomiczne. Jedynie w kopalniach na Śląsku jeszcze większe nowe zakażenia, ale jak podaje premier sytuacja jest opanowana, pod kontrolą. Już zaczynają działać przedszkola, szkoły.

A to już pełna wiosna. Ludzie tęsknią za pięknym majem na świeżym powietrzu.

ROZDZIAŁ VI

BARBARA ZALEWSKA

WIĘCEJ ZAKAZÓW I NAKAZÓW, NIŻ SWOBODY.

25.03.2020 Środa

Schemat i hasło „Zostań w domu” to codzienny rozkład zajęć. Godz.7.00 Msza Święta z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia, Kraków – Łagiewniki. Później różne czynności domowe oraz wolontariat u mojej chorej siostry i jej syna.

To już kolejny tydzień potwierdzonej pandemii koronawirusa, który dotarł do nas z Chin z WUHAN.

Dotknęło to nas, jak również cały świat. Jest to wielka tragedia dla nas wszystkich. Dzisiaj też odbyłam spacer z Panią Krystyną w godz. 15.00 -17.00 zachowując wszelkie środki ostrożności.

Ciężko egzystować w tych warunkach.

26.03.2020 Czwartek

Godz.7.00 Msza Święta.

Rozkład zajęć i rozkład dnia bez zmian.

Czas ciężki...

Codziennie media przekazują nam bardzo smutne wiadomości.

Dowiadujemy się o ogromnej ilości zgonów osób przebywających w kwarantannie lub zakażonych wirusem. Zarówno w naszym kraju, a tym bardziej ogromne ilości przypadków na całym świecie.

Wiadomo, że te wszystkie okropne wiadomości bardzo niekorzystnie wpływają na psychikę człowieka. Szczególnie na osoby starsze mieszkające samodzielnie (wiem coś na ten temat).

27.03.2020 Piątek

Godz. 7.00 Msza Święta.

W związku z hasłem „Zostań w domu” specjalnych zmian w życiu codziennym nie ma. Praca w domu, sklep, zakupy, oglądanie telewizji, czytanie książek, rozwiązywanie krzyżówek oraz telefoniczne rozmowy z rodziną i znajomymi.

Z wielkim szacunkiem podziwiam heroizm i poświęcenie ludzi, którzy z narażeniem własnego zdrowia walczą o nasze życie. Są to lekarze, pielęgniarki, służby medyczne, pracownicy wszystkich służb oraz pracownicy handlu.

W tym dniu było mi smutno, gdyż mój nieżyjący mąż miał urodziny, a ja ze względu na koronawirusa nie mogłam pojechać na cmentarz.

28.03.2020 Sobota

Godz.7.00 Msza Święta.

Porządek dnia podobny do pozostałych.

Wiadomości z kraju i ze świata dotyczące koronawirusa, zgónów i chorych nie napawają optymizmem.

Te statystyki, którymi nas codziennie „karmią” politycy i media, wprowadzają mnie w stan apatii i przygnębienia.

W dalszym ciągu ta bezustanna walka lekarzy i pielęgniarek o życie ludzkie jest niedoceniana.

Wielką przyjemnością i rozkoszą był przyjacielski i serdeczny spacer po parku bemowskim z P. Krysią. Bardzo dobry relaks.

29.03.2020 Niedziela

Godz.7.00 Msza Święta.

Dzień bardzo smutny, inny niż wszystkie poprzednie. Docierają do nas coraz smutniejsze wiadomości. Cały Świat zarażony koronawirusem. Media pokazują coraz tragiczniejsze wiadomości. Setki tysięcy zakażonych oraz liczne zgony.

Brakuje masek, kombinezonów, rękawiczek oraz testów do diagnozowania chorych.

Dzień smutku i refleksji. Coraz gorzej z nastrojami w społeczeństwie, coraz trudniej poradzić sobie z psychiką.

30.03.2020 Poniedziałek

Godz.7.00 Msza Święta z Sanktuarium Miłosierdzia Bożego.

Dzień, jak co dzień. W związku ze zbliżającymi się Świętami Wielkiej Nocy należy się zmobilizować i zabrać do sprzątnięcia mieszkania, mycia okien i za gruntowne porządki. Dość lenistwa! Brakuje mi bardzo normalnego życia, spotkań w klubie „Sami Swoi” ze wszystkimi znajomymi, tych spotkań we wtorki i czwartki, które są bardzo ciekawe i interesujące, zajęć manualnych oraz wyjść kulturalnych.

31.03.2020 Wtorek

Godz.7.00 Msza Święta.

Już mam dość siedzenia w samotności, w domu. W dalszym ciągu słyszę hasło „Zostań w domu”. Ile można tak siedzieć? To jest tragiczne i ogłupiające. Czasami dzwonię do znajomych, żeby usłyszeć siebie i sprawdzić, czy jeszcze mam głos.

Pandemia przybiera na sile i bardzo przeżywam te informacje z Polski i ze świata o bardzo szybkim wzroście zakażonych koronawirusem, o tak licznych zgonach.

Dużo czasu poświęcam na rozmyślanie o sytuacji w jakiej znajdujemy się teraz, jak również o naszej przyszłości.

01.04.2020 Środa

Godz.7.00 Msza Święta.

Nowy miesiąc i jeszcze gorsze wiadomości. Wprowadzono jeszcze większe ograniczenia i restrykcje. Zamknięte wszystkie szkoły, uczelnie, żłobki, przedszkola, restauracje, hotele, parki, zakłady fryzjerskie i kosmetyczne. Trudno wymienić, tak tego dużo.

Więcej zakazów i nakazów, niż swobody. Ograniczenia w handlu i zakupach. Emeryci po 65 roku życia mogą kupować w godz. 10.00 – 12.00 !!!

Wszystko pozamykane, ludzie bez pracy i pieniędzy – tragedia!

Liczba osób zakażonych w Polsce na dzień 01.04. to 2420, zgonów 36. Ale ja w te liczby nie wierzę. Wielkie kłamstwo przed wyborami 10 maja.

02.04.2020 Czwartek

Godz.7.00. Dzisiaj Msza Święta celebrowana przez Kardynała Stanisława Dziwisza w związku z 15 rocznicą śmierci śp. Ojca Świętego Jana Pawła II.

„Zostańcie w domu” - stosuję się do tego nakazu. Jednak siedząc samotnie w czterech ścianach, słuchając

i oglądając niepokojących wiadomości z naszego kraju i całego świata coraz częściej dotyka mnie chandra i wielki smutek.

Dzień podobny do dnia. Ciągłe to samo: praca w domu, sporadyczne wyjście po niezbędne zakupy, wolontariat.

Bardzo interesują mnie i smucą dalsze losy całego społeczeństwa i świata. Do dzisiaj zmarło 45 osób, a zakażone są 2633 osoby.

03.04.2020 Piątek

Godz. 7.00 Msza Święta, transmisja z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia.

W dalszym ciągu nadciągają bardzo niepokojące wiadomości z Polski i całego świata dotyczące pandemii koronawirusa.

Na dzień dzisiejszy 03.04 ilość zgonów to 57 osób, a zakażonych jest 2946 osób.

Uważam, że liczby te są bardzo zaniżone – po prostu rządzący okłamują społeczeństwo, a związane jest to z wielkimi trudnościami i ograniczeniami w codziennym życiu.

04.04.2020 Sobota

Godz.7.00 Msza Święta.

Piękna słoneczna pogoda, ale niestety areszt domowy nie pozwala wyjść z domu i na spacer. Tragedia ta dotyka całe

społeczeństwo. Dla dobra nas wszystkich rząd zafundował nam cały szereg zakazów i ograniczeń. Poza szpitalami i sklepami spożywczymi, aptekami i bankami pozostałe instytucje są nieczynne. Również szkoły, teatry, kina, wyższe uczelnie, przychodnie oraz wszystkie zakłady użytku publicznego.

Jedyną rozrywką dla osoby mieszkającej samotnie są media. Jednak z nich dochodzą codziennie bardzo tragiczne i niepokojące wieści.

05.04.2020 Niedziela

Godz. 7.00 Msza Święta.

Bardzo ważne Święto, Niedziela Palmowa, ale zupełnie inna niż wszystkie poprzednie.

Sytuacja staje się coraz cięższa i tragiczniejsza. W obliczu tej wielkiej epidemii nic mnie nie cieszy. Jestem bardzo smutna i samotna. Jedyne pocieszenie, że jestem w miarę zdrowa.

Słuchając o kłopotach i tragediach wielu ludzi, którzy bardzo cierpią, o rodzinach oplakujących zmarłych, o ludziach bez pracy i środków do życia i państwie, które nie radzi sobie z tą sytuacją – siada psychika.

Od początku pandemii zmarły już 84 osoby, a 131 tysięcy jest zakażonych.

06.04.2020 Poniedziałek

Godz.7.00 Msza Święta.

Kolejny dzień, który nie przynosi żadnej zmiany, ani poprawy na lepsze. Same smutne i tragiczne wiadomości. Media informują o następnych zgonach – 98 osób, 4201 zakażonych i 143 tys. na kwarantannie. Takie wiadomości nie napawają optymizmem. Nawet piękna, słoneczna pogoda nie poprawia nastroju. Po tylu tygodniach trwania tej pandemii dowiadujemy się o ogromnych brakach podstawowych środków do ochrony chorych pacjentów i lekarzy. Brak masek, rękawic, skafandrów, respiratorów. Nasz rząd bardzo zajęty wyborami prezydenta 10 maja - żenada.

07.04.2020 Wtorek

Godz.7.00 Msza Święta.

„Zostańcie w domu”. Te słowa słyszymy każdego dnia na okrągło. Pomimo ślicznej, słonecznej i czystej aury musimy jednak stosować się do nakazów i zakazów ogłoszonych przez rządzących. Mimo tych wielkich trudności, z którymi przyszło nam żyć, rządzący nie mają zamiaru wprowadzić stanu klęski żywiołowej. Polska w ruinie. Ludzie nie mają pracy, pieniędzy, prawie wszystko pozamykane - wielka tragedia dla całego społeczeństwa. Im w głowie tylko władza i wybory, oczywiście tylko korespondencyjne. Dziś już 110 zgonów (jeśli to prawda) i 4532 osób zakażonych.

08.04.2020 Środa

Godz. 7.00 Msza Święta.

Nic nie zmienia się w codziennym życiu i obowiązkach. Ta nostalgiczna codzienność i monotonia sprawiają, że mam już tego dość, siada psychika. Trudno się skupić. Nie mam chęci czytać książek, a robiłam to z bardzo wielką ochotą. W czasie trwania tej okropnej pandemii dużą przyjemność sprawiają mi rozmowy telefoniczne z najbliższą rodziną i przyjaciółmi. Słucham również radia i oglądam telewizję. Media informują nas o tragicznych wiadomościach z Polski i całego świata, o wielkich ilościach zgonów i zakażeń oraz kwarantannie.

09.04.2020 Czwartek

To już następny dzień siedzenia w domu. Jednak dzień ten jest inny niż wszystkie poprzednie w tym roku i w latach poprzednich. **TO WIELKI CZWARTEK.** Koniec siedzenia w domu i rozmyślania. Muszę wyjść do sklepu, zapasy się kończą. Przy okazji wyjścia na zakupy mogłam zaczerpnąć świeżego i słonecznego powietrza. Taki spacer oczywiście niebezpieczny i niewskazany, ale konieczny. Po tym wspaniałym relaksie myślami i sercem wróciłam do smutnych i tragicznych wydarzeń. Liczba zgonów wzrosła (już 174) i zakażonych ponad 5000.

10.04.2020 Piątek

Wielki Piątek – bardzo ważne święto kościelne. W związku z pandemią kościoły również ograniczą większe zgromadzenia wiernych. We mszy może uczestniczyć jedynie pięć osób.

Taka zasada obowiązuje również podczas pogrzebów, ślubów i innych uroczystości. W tym roku Mękę Drogi Pańskiej będę oglądała w telewizji. Transmisję z Watykanu o 20.50 celebrował będzie Papież Franciszek. Bez względu na zakazy i hasło „Zostań w domu” idę do chorej siostry, której pomogę w pracach domowych i przygotowaniu do Świąt Wielkiej Nocy.

W tym dniu przypada rocznica wielkiej katastrofy pod Smoleńskiem, samolotu Tu-154, którym leciała delegacja 96 osób na czele z Prezydentem Lechem Kaczyńskim i jego małżonką. To już 10 rocznica tej wielkiej narodowej tragedii. Jak wiemy wszyscy zginęli.

W 10-tą rocznicę tej tragedii, dla upamiętnienia wszystkich ofiar katastrofy (96 osób) odbyły się skromne uroczystości na Placu Piłsudskiego przy dwóch pomnikach oraz na Powązkach. Delegacja składała się głównie z przedstawicieli PIS, którzy zachowywali się w rażący sposób, nieodpowiednio do obowiązujących nakazów. Było ich dużo i oczywiście bez odpowiedniego zabezpieczenia. Na domiar złego w tym dniu moja córka miała niegroźny wypadek samochodowy. Na szczęście wyszła bez większego urazu.

11.04.2020 Wielka Sobota

Po prawie miesiącu trwania walki z epidemią sytuacja w naszym kraju i na świecie nie poprawia się.

Jak informują nas media epidemia w kraju i na świecie pogłębia się. Znacznie zwiększa się liczba zgonów, zakażonych

i objętych kwarantanną. Do dnia dzisiejszego zmarło 195 osób, jest 5959 zakażonych, a 186 tys. objętych kwarantanną.

W chwili obecnej najgorsza sytuacja jest w Domach Opieki Społecznej. Chorują pensjonariusze i personel medyczny, brakuje środków ochronnych. W tych ciężkich chwilach byłam w kościele, aby przy grobie Pańskim pomodlić się o zdrowie moje i najbliższych, a także za wypędzenie tej okrutnej zarazy.

12.04.2020 Niedziela Palmowa

Wielkie święto, Niedziela Zmartwychwstania Pańskiego. Jednak zupełnie inna niż w latach poprzednich. Ze względu na epidemię smutna i przygnębiająca. Zakaz wychodzenia z domu.

W kościołach msze odprawiają się tylko w obecności księdza i 5 wiernych. Ja jednak wybrałam się do kościoła na Mszę Świętą o godz. 6 rano (rezurekcja). Msza Święta celebrowana przez księdza była znacznie skromniejsza niż w latach poprzednich, ale za to duchowe przeżycie w takiej atmosferze było wspinałe. W tym dniu wybrałam się również na bardzo kameralny (4 osoby), ale wspaniały obiad do córki. Media informowały o dalszych zgonach i zakażeniach w kraju i na świecie.

13.04.2020 Poniedziałek

Poniedziałek Wielkanocny. Msza Święta z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach o godz. 7.00. Tradycyjny „Lany Poniedziałek”, ale też inny niż w poprzednich latach. Za oknami nic się nie dzieje, nie słyhać i nie widać dzieci i młodzieży biegających z wiaderkami z wodą, nawzajem się

oblewając – przerażająca cisza i spokój. Ze względu na epidemię w kościołach nie odbywało się tradycyjne święcenie pokarmów. Nawet pogoda bardzo się zmieniła. Po ciepłych i słonecznych dniach zachmurzenie, ochłodzenie i opady.

Niestety bardzo powiększyła się liczba zgonów–232 osoby, 6674 zakażonych - smutno.

W tym dniu przypada 80 – ta rocznica rzezi katyńskiej, którą rosyjscy enkawudowcy dokonali na licznej grupie ludzi różnej narodowości w tym na ok. 22 tys. oficerów i żołnierzy Wojska Polskiego. Ze względu na pandemię koronawirusa uroczystości związane z tą rocznicą zostały przełożone na termin późniejszy. Dla p. Kaczyńskiego i ekipy rządzącej najważniejszą sprawą są przygotowania do wyborów prezydenckich, które mają odbyć się korespondencyjnie już 10 lub 17 maja. Wbrew woli większości społeczeństwa, które wnosi o przesunięcie wyborów, rządzący trwają przy swoim, dążąc do władzy.

14.04.2020 Wtorek

Godz.7.00 Msza Święta w Sanktuarium Bożego Miłosierdzia.

Znów dzień z hasłem „Zostań w domu”. Wyjście z domu ograniczone. Wszystko pozamykane: kina, teatry, muzea, kościoły, zakaz urządzania różnego rodzaju imprez. Dobrze, że są dostępne telewizja i radio. Właśnie z tych środków przekazu dowiedziałam się smutnych wiadomości z Polski i świata. Do dzisiaj w kraju zmarło już 251 osób, a zakażonych jest 7049.

Bardzo źle znoszę pustkę i samotność oraz brak osobistego kontaktu z rodziną i znajomymi. Brakuje mi naszych spotkań w klubie „Sami Swoi”.

Ostatni raz spotkanie nasze odbyło się 10 – tego marca 2020 roku. To tam spotykałam się z koleżankami na gadu-gadu, jak również z naszymi serdecznymi, wspaniałymi opiekunkami P. Sylwią i P. Kasią. To one bardzo dbały o to, abyśmy się nie nudziły. Przygotowywały dla nas różne, bardzo wspaniałe atrakcje na miejscu w klubie, jak również wyjścia do teatru, kina, muzeum. Wierzę głęboko, że wspaniałe czasy kiedyś wrócą.

Dziś w Warszawie na lotnisku Okęcie lądował największy na świecie samolot Antonow An - 225, który z Chin dostarczył kilkunastotonowy transport sprzętu medycznego: maski, ubrania ochronne.

15.04.2020 Środa

Godz.7.00 Msza Święta.

Sytuacja związana z epidemią koronawirusa z dnia na dzień pogarsza się. Codziennie przybywa zarówno zgonów (już 268), zakażeń (7408) oraz tych, którzy są na dwutygodniowej kwarantannie.

W dalszym ciągu obowiązuje zakaz wychodzenia z domu. Taka codzienność jest dla mnie smutna i przygnębiająca. Mam już naprawdę dość tego samotnego siedzenia w pustym mieszkaniu. Już mam dość czytania, krzyżówek oraz oglądania telewizji.

Dziś wyszłam do banku po emeryturę, jednak długie oczekiwanie przed bankiem w kolejce zniechęciło mnie do stania. Do mojej decyzji przyczyniła się brzydka pogoda – zimno, pochmurno i silny wiatr.

16.04.2020 Czwartek

Godz.7.00 Msza Święta.

Od dzisiaj obowiązuje nakaz noszenia maseczek ochronnych i gumowych rękawiczek. Mimo tych zaostreżeń i nowych utrudnień w codziennym życiu nasz rząd nie spieszy się z ogłoszeniem stanu klęski żywiołowej lub stanu nadzwyczajnego, ani nie wyraża zgody na przesunięcie wyborów prezydenckich na czas późniejszy. Nie patrząc na rozwijającą się pandemię i jej skutki zwraca społeczeństwu głowę wyborami. Po trupach do władzy. Nie interesuje ich narastający rozwój epidemii, ani zdrowie społeczeństwa, ani los ciężko pracującego cały czas personelu medycznego - lekarzy, pielęgniarek, ratowników medycznych, wolontariuszy. Nawet uchwalone przez rząd (tylko na papierze) różnego rodzaju środki pomocy zwane „Tarczami Ochronnymi” nie zostały jeszcze wprowadzone w życie. Nie ma żadnej pomocy dla społeczeństwa, które bardzo tego oczekuje.

Bardzo smutne informacje przekazują nam media. Epidemia z dnia na dzień się rozwija. Stan na dziś to 292 zgony i 7771 zakażonych. Chorują również lekarze i pielęgniarki, zaczyna ich brakować w szpitalach i domach pomocy społecznej.

Słoneczna i pogodna aura dnia dzisiejszego zachęciła mnie do spaceru, zaliczyłam bank, tym razem pomyślnie.

17.04.2020 Piątek

Godz. 7.00 Msza Święta.

Ta codzienność jest bardzo smutna i przygnębiająca. Dzień jak co dzień: „areszt domowy” w samotności, tragiczne wiadomości i brak nadziei na lepsze jutro. Media informują o dalszych zgonach–334 i 8379 zakażonych. Czy te cyfry napawają optymistycznie?

Na dziś najgorsza sytuacja jest w DPS – ach. To tam w trybie zaskakującym rozwija się pandemia. Są tam ludzie starsi i schorowani, bardzo podatni na zakażenie. Poza tym bardzo brakuje personelu medycznego. Ja miałam swój wolontariat u mojej chorej siostry. Pomagałam jej w pracach domowych i przygotowaniu posiłków na następne dni.

18.04.2020 Sobota

Godz. 7.00 Msza Święta.

Następny dzień bez żadnych prerogatyw. Codziennie rano gimnastyka, śniadanie i niewielkie prace domowe. Już nawet nie mam chęci czytać, czy oglądać telewizję. W telewizji tylko wybory albo koronawirus, nuda i pustka. Oczywiście dla naszej władzy pisowskiej najważniejsze są wybory prezydenckie, a epidemia nabrała tempa. Do tej pory zmarło już 339 osób a zarażonych jest 8536. Służba zdrowia w bardzo ciężkiej

sytuacji. Dochodzi do tego, że nasze władze (Ziobro, Radziwiłł) zmuszają personel medyczny do ciężkiej, odpowiedzialnej i niebezpiecznej pracy grożąc za to karami od 5 do 30 tys. zł w razie odmowy. Ja całą sobotę spędziłam w domu na rozmowach telefonicznych z rodziną i przyjaciółmi.

19.04.2020 Niedziela Bożego Miłosierdzia

Godz. 9.00. Obejrzałam i wysłuchałam Mszy Świętej z bazyliki Opatrzności Bożej w Warszawie.

W tym dniu przypada 77 rocznica Wybuchu Powstania w Getcie Warszawskim. Obchody były skromne, uczestniczyli głównie przedstawiciele tego narodu. Jedynymi znakami upamiętniającymi tę rocznicę były syreny uruchomione o godz. 12.00.

Jeżeli chodzi o epidemię to w dalszym ciągu sytuacja się pogarsza. Przybywa zgonów–360, zakażonych jest 9289, nie licząc przebywających na kwarantannie. W tym dniu przesiedziałam sama w domu, stosując się do zaleceń „Zostań w domu”.

20.04.2020 Poniedziałek

Godz. 7.00 Msza Święta z Bazyliki Bożego Miłosierdzia w Łągownikach.

Nasze władze zdecydowały się na uwolnienie nielicznych zakazów. Dotyczą one swobodnego poruszania się po lasach, parkach, skwerach oraz w niewielkim stopniu handlu. Jednak ja i większość społeczeństwa liczyło na większą swobodę. Bardzo dużo ludzi chętnie skorzystałoby z usług fryzjerskich,

kosmetycznych czy lekarskich. Media przekazały dane dotyczące pandemii, które każdego dnia są większe. Stan bieżący to 380 zgonów i 9595 zakażonych. Dzisiaj skorzystaliśmy z „wolności” i z P. Krysią wybrałyśmy się na długi spacer do parku „Górczewska”. Pogoda dopisała.

21.04.2020 Wtorek

Godz. 7.00 Msza Święta.

Dzień smutny i przygnębiający. Statystyki tragiczne. Media podały wiadomości o rosnących zgonach (401 osób), zakażonych 263 osoby, a ogólnie 9556.

Bardzo ucieszył mnie telefon od P. Kasi. Te nasze kochane i serdeczne opiekunki bardzo troszczą się w tych ciężkich chwilach pandemii o nas seniorów. Interesują się naszym życiem. Naprawdę wspaniałe, kochane P. Sylwia i P. Kasia, dodają nam poczucia bezpieczeństwa i życzą zdrowia w tych ciężkich dla nas wszystkich czasach. Zarówno nasze Panie jak i my z utęsknieniem oczekujemy powrotu do spotkań w klubie „Sami Swoi”.

Zadbały też o nasze bezpieczeństwo. Ja w skrzynce pocztowej dostałam w prezencie 2 maseczki - serdeczne dzięki.

Byłam dziś w aptece, aby wykupić brakujące leki. Będąc w „Hali Wola” spotkałam P. Bogusię. Było to bardzo przyjemne i serdeczne spotkanie, oczywiście na odległość gadu – gadu.

22.04.2020 Środa

Godz. 7.00 Msza Święta.

Dzień bez większych zmian. Cieszy tylko ładna, słoneczna pogoda. Temperatura 19 stopni. W świetle pogarszającej się sytuacji w służbie zdrowia i statystyk dotyczących ilości zgonów (426), zakażonych 313 i 10169 w całym kraju, z wielkim przerażeniem patrzę na sytuację w kraju i na całym świecie. Bardzo boję się o przyszłość moich dzieci, moją i całego narodu. Mówi się o jakiejś „tarczy”, ale rząd nie robi nic, by pomóc społeczeństwu.

Bardzo przyjemnie spędziłam czas z Panią Krystyną. Byłyśmy na 2,5 godzinnym spacerze. Dla mojej chorej siostry i jej syna przygotowałam na obiad naleśniki z serem, dżemem i jabłkami.

23.04.2020 Czwartek

Godz. 7.00 Msza Święta.

Dzień, jak co dzień. Rano gimnastyka, śniadanie, jakieś prace domowe. Sytuacja dotycząca pandemii zarówno w kraju jak i na świecie bez zmian. W dalszym ciągu przybywa zgonów (435), zakażonych 10345 osób. Najgorsza sytuacja jest wśród osób starszych, przebywających w Domach Opieki Społecznej.

Nastroje i warunki życia społeczeństwa nie napawają optymizmem. Wzrasta bezrobocie, większość ludzi nie pracuje, wszystkim żyje się coraz gorzej. Ze względu na brak opadów grozi nam wielka susza i drożyzna.

Dzisiaj wybrałyśmy się z P. Krysią na spacer do parku „Górczewska”. To jedyna nasza przyjemność i rozrywka.

24.04.2020 Piątek

Godz.7.00 Msza Święta.

Po obejrzeniu transmisji z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach, gimnastyce i śniadaniu wzięłam się za porządki w domu. W związku z epidemią i brakiem możliwości odbycia wyznaczonej wizyty lekarskiej w przychodni, telefonicznie przesunęłam wizytę na dalszy termin.

Dzisiaj media poinformowały o następnych zgonach - 494 osoby, 10758 zakażonych i 81 tys. przebywających na kwarantannie.

Przyjemnym akcentem tego dnia jest ciepła i słoneczna pogoda. Wybrałyśmy się z P. Krysią na 2,5 godzinny spacer do parku.

25.04.2020 Sobota

Godz. 7.00 Msza Święta.

Po śniadaniu i gimnastyce pojechałyśmy z córką na cmentarz przy ul. Wałbrzyskiej, na grób mojego nieżyjącego męża. W drodze powrotnej córka podwiozła mnie do mojej siostry i jej syna, który dzisiaj ma imieniny (Marek). Pomogłam im w przygotowaniu obiadu i posiłków na dalsze dni. W drodze powrotnej wstąpiłam do mojego kościoła parafialnego na nabożeństwo o godz. 18.00.

Po wysłuchaniu wiadomości znów się zdenerwowałam sytuacją w kraju. Ilość zgonów znów bardzo się zwiększyła–524, zakażonych 11273, na kwarantannie 87003, hospitalizowanych 2821 osób.

Poza tym dzień upłynął w serdecznej i spokojnej atmosferze w gronie rodzinnym.

26.04.2020 Niedziela

Godz. 9.00 Msza Święta ze Świątyni Opatrzności Bożej w Warszawie.

Trzecia niedziela po Wielkiej Nocy. W dalszym ciągu obowiązuje ograniczenie dla wiernych. We mszy w kościele może uczestniczyć ok. 50 osób (w zależności od powierzchni kościoła).

Pogoda dzisiaj jest mniej sprzyjająca do korzystania ze spaceru (zimno i pochmurno). Pozostaje siedzenie w domu. W świetle istniejącej sytuacji epidemiologicznej nasuwa się pytanie „co dalej”? Pogarsza się sytuacja zdrowotna i rosą napięcia w społeczeństwie. Większość zakładów zamknięta: restauracje, zakłady fryzjerskie, kosmetyczne. Partia PiS udowadnia całemu społeczeństwu, że wybory muszą się odbyć w maju. Nie patrzą na ilość zgonów - 335, zakażonych 11617, na kwarantannie 79636 osób. „Po trupach do władzy” to ich motto.

27.04.2020 Poniedziałek

Godz. 7.00 Msza Święta.

Sytuacja w kraju w dalszym ciągu trudna i tragiczna. Koronawirus nie odpuszcza, wręcz przeciwnie bardzo przyspiesza. Minister zdrowia ogłosił stan zachorowań na dzisiaj - liczba zgonów wzrosła do 562 osób, zakażonych 11 902, przebywających na kwarantannie ponad 90 tysięcy. Już mam dość słuchania tych niekończących się sporów i kłótni odnośnie wyborów prezydenckich.

Pogoda bardzo ładna, ciepło, ale niestety bezdeszczowo. To spowoduje ogromną suszę i zagrożenie pożarowe w lasach. W dalszym ciągu obowiązuje nakaz noszenia maseczek. Ja i P. Krysia wybrałyśmy się na dłuższy spacer.

28.04.2020 Wtorek

Godz. 7.00 Msza Święta w telewizji.

Dzień jak co dzień. Tak naprawdę to bardzo niewiele zmienia się w codziennym życiu i funkcjonowaniu. Pandemia koronawirusa szybko się rozszerza. Nowe przypadki zachorowań–316, ogólnie osób zakażonych 12218 oraz 596 zgonów, ok. 84 tys. osób na kwarantannie.

Ilość przebadanych osób pod kątem wirusa niewiele wzrasta. Jedyne partie rządząca zatruwa nasze życie (już nie można słuchać) tymi wyborami.

Byłam również w aptece zrealizować recepty na brakujące leki oraz załatwić inne niezbędne sprawy.

Po obiedzie oczywiście spacer z Panią Krysią. Jedyne relaks.

29.04.2020 Środa

Godz. 7.00 Msza Święta.

Dzień pochmurny i nieco chłodniejszy. Nareszcie jakaś szansa na zapowiadane i oczekiwane opady deszczu.

Więści z Ministerstwa Zdrowia dotyczące pandemii w dalszym ciągu bardzo smutne i niepokojące. Odnotowano 422 przypadki zakażenia w tym dniu i 12640 zakażeń od początku, 624 zgonów, 2973 hospitalizowanych i ok. 85 tys. osób na kwarantannie. W obliczu takiej tragedii nie mam nawet ochoty na czytanie książek, oglądanie telewizji.

Smutek i apatia.

Dzisiejsza pogoda nie zachęcała do wyjścia z domu na spacer.

30.04.2020 Czwartek

Godz. 7.00 Msza Święta.

Codziennie zastanawiam się, jak długo ten stan epidemii będzie trwał. Jestem bardzo zmęczona psychicznie tą monotonią i beznadziejnym siedzeniem w domu bez wiary w lepsze jutro.

Ten smutek i przygnębienie sprawia, że nie myślę optymistycznie o przyszłości. Jakby było mało pandemii, bardzo denerwują mnie kłótnie między rządzącymi i opozycją odnośnie wyborów prezydenckich. Czekam na ten dzień 10 maja by to się skończyło. Sytuacja zdrowotna obywateli ulega pogorszeniu.

Zdiagnozowano 300 zakażeń – razem 12 877 osób oraz 644 zgony – tragedia.

Mała odskocznia od tych spraw to spacerek z Panią Krysią.

01.05.2020 Piątek

Godz. 7.00 Msza Święta.

To już prawie 2 miesiące tej walki z koronawirusem, a jednocześnie umęczenie społeczeństwa tymi wszystkimi restrykcjami i zakazami. Bardzo nieprzyjemne i kłopotliwe (przynajmniej dla mnie) jest noszenie maseczek, które utrudniają oddychanie. Dzisiaj w 100% dostosowałam się do hasła „Zostań w domu”. Przyczyniła się do tego brzydka, chłodna i deszczowa pogoda.

Niezbyt optymistyczne są również wiadomości odnośnie panującej pandemii. Zakażonych 228 osób, 3491 razem, zgonów do dziś 651 osób, zakażonych 13105, na kwarantannie 92458 osób, 2789 hospitalizowanych.

02.05.2020 Sobota

Godz.7.00 Msza Święta.

Dzień przywitał nas piękną i słoneczną pogodą. Po wykonaniu niezbędnych czynności domowych udałam się do mojej siostry na mój ulubiony wolontariat. Spędziłam tam resztę dnia pomagając im w różnych pracach domowych: w gotowywaniu obiadu, praniu, prasowaniu oraz przygotowywaniu posiłków na dalsze dni. Wracając do domu wstąpiłam do kościoła na wieczorną Mszę Świętą i Nabożeństwo Majowe.

Słuchając wieczornych wiadomości usłyszałam o dalszych niepokojących zachorowaniach. Łącznie 13375, zgonów 664, zakażonych 92625, hospitalizowanych 2649 osób, nowych zarażonych 270 osób.

03.05.2020 Niedziela

Godz. 9.00 Msza Święta.

To już czwarta niedziela po Wielkanocy, niedziela „Dobrego Pasterza”.

Dzień zapowiada się bardzo ciepło i słonecznie. Siedzenie samotnie w domu bardzo mnie męczy i ogłupia. Kończą się chęci do wykonywania różnych czynności, następuje apatia i bezsilność wobec panującej sytuacji. To wielka niepewność i troska o przyszłość i los moich najbliższych i całego społeczeństwa. Dla poprawienia nastroju i humoru zaprosiłam swoje dzieci na obiad. Przyjechali z moimi ukochanymi pieskami Szonitą i Tymkiem – super!

Mniej radosne są dane dotyczące pandemii – łącznie 13693 zakażonych (dziś 318), 678 zgonów, 92612 na kwarantannie a 2762 hospitalizowanych – smutno...

04.05.2020 Poniedziałek

Godz. 7.00 Msza Święta.

Zaczyna się następny tydzień tej okropnej epidemii. Sytuacja się nie poprawia. Ministerstwo Zdrowia przekazuje smutne i niepokojące fakty. Dziś zakażonych 313 osób (14006 razem)

zgonów 698, 96 tys. na kwarantannie, 2653 hospitalizowanych w szpitalach. Rządzący codziennie denerwują mnie tymi ciągłymi kłótniami odnośnie wyborów prezydenckich. Kiedy to się wreszcie skończy?

Od dzisiaj, pomimo trwania pandemii rząd zdecydował o dalszym, częściowym odmrożeniu niektórych sektorów gospodarki. Są to galerie handlowe, hotele (bez restauracji), bary.

Dwugodzinny spacer z P. Krysią - super!

05.05.2020 Wtorek

Imieniny miesiąca.

Godz. 7.00 Msza Święta.

Dzisiejsza pogoda nie zachęca do spaceru. Jest chłodno i deszczowo. Muszę więc dopasować się do panującej pandemii i siedzieć w domu, a czas się bardzo dłuży i ogarnia mnie coraz większy smutek. Staram się czytać książki, rozmawiać przez telefon z rodziną i znajomymi. Nie mam ochoty oglądać telewizji. Bardzo denerwują mnie te ciągłe kłótnie między rządzącymi, a opozycją dotyczące wyborów prezydenckich. Mało interesuje ich bieżąca sytuacja nasilającej się epidemii koronawirusa. Wiadomości są bardzo niekorzystne. Zanotowano 425 zachorowań (razem 14431 osób), 2,7 tys. hospitalizowanych i aż 716 zgonów. Smutne i przygnębiające.

06.05.2020 Środa

Godz. 7.00 Msza Święta.

Dzień podobny do poprzedniego. Chłodno i deszczowo. Jedyne pocieszenie to deszcz. Bardzo potrzebny, bo dokucza nam groźna dla rolników i lasów susza. Już teraz dotyka nas ogromna drożyzna, aż się boję co będzie dalej. Znowu bezmyślne i samotne siedzenie w domu. Bardzo kłopotliwe jest noszenie maseczek, ciężko oddychać. Od dzisiaj rząd zniósł restrykcje dotyczące funkcjonowania żłobków i przedszkoli. Decyzja ta jest jednak bardzo kłopotliwa i niebezpieczna pod względem organizacyjnym. Ministerstwo Zdrowia informuje o dalszych tragicznych w skutkach działaniach epidemii. Ogółem 733 zgony (dziś 18), 311 zakażonych (ogółem 14740), 102,5 tys. na kwarantannie, 17 tys. objętych nadzorem sanitarno - epidemiologicznym.

07.05.2020 czwartek

Czas biegnie bardzo powoli. W życiu codziennym nie zachodzą zbyt duże zmiany. Codziennosc prawie taka sama. Pandemia koronawirusa nie „spłaszcza się”, jak to słyszemy od Ministra Zdrowia Szumowskiego. Przybywa nowych zachorowań i zgonów.

Dzisiaj liczba zachorowań wzrosła do 324 osób (razem 15047), zgonów 755 (od początku), 2711 hospitalizowanych, 103913 osób na kwarantannie. Czy taka sytuacja może napawać optymizmem? Również wielki chaos i zamieszanie obserwujemy pomiędzy rządzącymi i opozycją odnośnie wyborów prezydenckich. Dzisiaj zaliczyłam swój wolontariat. Będąc u siostry pomagałam w wielu pracach domowych.

Korzystając z ładnej słonecznej pogody zaliczyłam długi spacer z P. Krysią.

08.05.2020 Piątek (Stanisława)

Bardzo cieszy piękna i słoneczna pogoda. Zdrowie jako tako dopisuje. Gorzej z psychiką. Męczy mnie to codzienne siedzenie w samotności, w domu. Nie wiem ile to jeszcze wytrzymam? Rozkład porannych zajęć i obowiązków bez zmian. Dzisiaj przypadają imieniny moich nieżyjących tatusia i męża. Aby godnie uczcić ten dzień razem z córką wybrałyśmy się na cmentarz składając wiankę, kwiaty, paląc znicze na ich grobie. Po powrocie wysłuchałam w telewizji wiadomości dotyczących pandemii. Te ostatnie niestety nie są zadowalające. Znowu stwierdzono 340 nowych zakażeń (15366 od początku). Zmarło 776 osób (od początku), 2758 hospitalizowanych, 104024 na kwarantannie.

Po południu wyszłyśmy z P. Krysią na 2 godzinny spacer. To wspaniałe odprężenie i relaks.

09.05.2020 Sobota

Sobota przywróciła nam piękną i słoneczną pogodę. To jedynie cieszy. Po śniadaniu, umówiłam się z moim siostrzeńcem Markiem na zakupy. Po załatwieniu wszystkich spraw poszliśmy do domu mojej siostry. Ja oczywiście spełniłam swój wolontariat pomagając w pracach domowych oraz przygotowaniu posiłków. W drodze powrotnej do domu wstąpiłam do kościoła na Mszę Św. o godz. 18.00. Bardzo się cieszyłam, że się „załapałam”. Ze względu na epidemię liczba osób jest ograniczona do 50. W epidemii koronawirusa niewiele się zmieniło. 288 nowych zakażeń (156510 zgonów), 785 (19 dziś).

Sytuacja pandemii staje się coraz bardziej niebezpieczna na Śląsku, szczególnie wśród pracujących górników.

10.05.2020 Niedziela

Jak było do przewidzenia, pomimo całego tego zamieszania i chaosu przedwyborczego trwającego od miesiący w naszym kraju, wybory prezydenckie się nie odbyły. Trochę spokoju, przynajmniej w niedzielę. Jestem już bardzo zmęczona psychicznie tą niezbyt przyjemną sytuacją panującą w naszym kraju. Od 2 lutego ciągle tylko wybory oraz kłótnie. Jakby tego było mało 4 marca zawitał do nas koronawirus, okropna epidemia, swoim zasięgiem objęła cały świat. W naszym kraju od początku trwania tej choroby zmarło już 800 osób, zakażonych 5700 osób, 2700 hospitalizowanych, a 345 osób zakażonych (od początku epidemii - 15 821), ok.1 000 874 przebywa na kwarantannie. Dla poprawienia samopoczucia i humoru poszłam do kościoła na majowe nabożeństwo.

11.05.2020 poniedziałek

To już następny tydzień, gdy całe społeczeństwo tkwi w niepewności, chaosie i bałaganie, którym karmi nas rząd i opozycja - tymi destrukcyjnymi decyzjami odnośnie wyborów prezydenckich. Myślę, że podobnie jak większość obywateli jestem już zmęczona tą sytuacją. Z przykrością obserwuję jak rządzący mają w nosie ludzi, którzy przez istniejącą pandemię potracili miejsca pracy, nie mogą prowadzić swojej działalności. Im tylko w głowie wygrana P. Dudy i władza. Ludzie nie otrzymują obiecanych w „tarczach” rekompensat. Nie mają pieniędzy na

życie. Sytuacja wyraźnie pogarsza się, dochodzi do strajków. Jak można spokojnie żyć w takim bałaganie i kwarantannie? Pandemia jednak nie ustaje. Dzisiaj potwierdzono 330 zakażeń, (od początku pandemii - 16 3260), zgonów razem 811 a 97 tys. osób na kwarantannie .

Jedynie spacer z P. Krysią uspokaja i odpręża.

12.05.2020 Wtorek

Ranek przywitał nas znacznym załamaniem pogody. Jest zimno i wietrznie. Wiadomo, dali o sobie znać „ogrodnicy”. W całym kraju mamy opady deszczu, śniegu i gradu oraz silne wiatry. Temperatura spadła do 10°C. Po południu było już znacznie mniej chłodno i słonecznie.

13.05.2020 Środa

Dzień przywitał nas znacznie przyjemniejszą pogodą. Jest ciepło i słonecznie. Siedząc samotnie w domu zastanawiam się, czy w tym kraju i moim życiu, będzie jeszcze dobrze? Czy będę mogła jeszcze przez parę lat pożyć w spokoju i w normalnym państwie? Te ciągłe kłótnie, oskarżenia, afery sprawiają, że jestem niepewna o lepsze jutro dla moich najbliższych i całego społeczeństwa. Ta cała sytuacja, uciążliwe noszenie maseczek bardzo mnie rozdrażnia i zniechęca do pozytywnego myślenia i owocnego działania. Do tego dochodzi koronawirus, którego skutki odczuwamy bardzo boleśnie.

322 nowe zakażenia, 861 zgonów, ponad 97 tys. osób na kwarantannie.

Wielką pociechą i relaksem są dla mnie spacer z P. Krysią.

14.05.2020 Czwartek

W życiu codziennym zachodzą bardzo małe zmiany – nuda, nostalgia i nic więcej. Wszystkie wydarzenia podporządkowane są pandemii i wyborom prezydenckim. W związku z zamkniętymi obiektami kultury, sportu, rekreacji, szkołami, naszym wspólnym klubem „Sami Swoi” żyje się bardzo spokojnie i monotonnie.

Nawet bardzo przyjemne spacer zają się mniej atrakcyjne przez obowiązek noszenia maseczek, które bardzo utrudniają oddychanie.

Również bardzo dokucza narastająca pandemia. Obecnie najwięcej zachorowań na koronawirusa jest na Śląsku. Wzrosła liczba zachorowań dzisiaj do 411 (wszystkich 17615), zgonów 833, 96 708 na kwarantannie.

15.05.2020 Piątek

Dzień zaczyna się ciepłą i bardzo słoneczną pogodą. Taka ładna pogoda napawa optymizmem i radością. Maj jest dla mnie najprzyjemniejszym miesiącem w roku. Cała przyroda i roślinność budzi się do życia. Przepięknie kwitną kwiaty, bzy pachnące i kasztany. W tym miesiącu mam dużo uroczystości rodzinnych: imienin, urodzin, różnych rocznic. Dzisiaj przypada 36 rocznica śmierci mojej mamy, a także jej imieniny – Zofii. Razem z moim siostrzeńcem wybraliśmy się na cmentarz, aby zapalić znicze i złożyć kwiaty.

Bardzo przygnębiające są wiadomości dotyczące koronawirusa. Dzisiaj liczba zachorowań znów wzrosła i wynosi 401, w tym 293 górników (razem 18016), zmarło 24 osoby (907 razem), a 95068 osób jest na kwarantannie.

16.05.2020 Sobota

W dalszym ciągu ani pogoda, ani sytuacja w kraju nie napawają optymizmem. Taka proza życia. Mówiąc szczerze, to tak naprawdę brakuje mi logicznego myślenia, chęci i polotu do dalszego kontynuowania tych notatek. Sytuacja w samotnym życiu prywatnym i atmosfera w kraju staje się bardzo trudna i monotonna. Dla poprawienia humoru i nastroju wybrałam się do chorej siostry, spełnić swój wolontariat. Pomogłam im w pracach domowych, przygotowaniu obiadu i posiłków na dalsze dni.

Trudna jest też sytuacja panująca obecnie w epidemii – przybyło nowych zakażeń-241 osób (razem 18257), 915 zgonów, 2407 osób hospitalizowanych, 90386 na kwarantannie i 18355 osób objętych nadzorem epidemiologicznym.

17.05.2020 Niedziela

Niedzielny poranek przywitał nas bardzo ciepłą i słoneczną pogodą. W związku z przypadającymi w tym miesiącu imieninami, urodzinami, rocznicami śmierci moich najbliższych na godz. 16.00 zamówiłam w kościele parafialnym Podwyższenia Krzyża Świętego mszę św. w ich intencji. Na mszę, którą celebrował ks. Wojciech zaprosiłam moją najbliższą rodzinę

i przyjaciół. Ze względu na panującą pandemię i zakaz zgromadzeń nie mogłam zaprosić ich na śniadanie, jak to bywało w latach ubiegłych.

Po południu z wielką radością i przyjemnością obejrzałam i wysłuchałam wspaniałego koncertu transmitowanego przez Telewizję Polską z okazji 100 rocznicy urodzin naszego Ojca Świętego Jana Pawła II. Koncert zatytułowany „Cała Polska dla Jana Pawła II”. W koncercie udział wzięła plejada naszych wspaniałych wokalistek i wokalistów. Koncerty odbywały się w Gdańsku, Krakowie, Wadowicach i Warszawie. To miejsca, które najczęściej odwiedzał Ojciec Święty.

Mniej przyjemne były wiadomości odnośnie koronawirusa. Przybyły 272 przypadki nowych zakażeń, razem 18529 osób, zmarło 925 osób, 2459 jest hospitalizowanych, a 18529 na kwarantannie. Najwięcej zachorowań odnotowano w tych dniach na Śląsku wśród górników.

18.05.2020 Poniedziałek

Dzisiaj obchodzimy 100-tną rocznicę urodzin Ojca Świętego Jana Pawła II. Z tej okazji o godz. 7.00 Telewizja Polska transmitowała Mszę Świętą z Watykanu pod przewodnictwem Papieża Franciszka. Homilię wygłosił również Papież Franciszek podsumowując w całości życie Ojca Świętego Jana Pawła II, podkreślając jego wielką miłość, sprawiedliwość i miłosierdzie dla ludzi.

Rząd ogłosił III etap odmrażania gospodarki tak bardzo oczekiwany przez gabinety kosmetyczne, fryzjerskie, zakłady

gastronomiczne, kawiarnie. Zwiększono liczbę pasażerów w komunikacji miejskiej oraz liczbę wiernych modlących się w kościołach.

Koronawirus nie odpuszcza. Wzrosła liczba zakażonych o 356 osób, 18885 razem, zanotowano hospitalizowanych 2544 i 80947 przebywających na kwarantannie.

Pomimo niezbyt przyjemnej pogody wybrałam się z P. Krysią na 2 godzinny spacer.

ROZDZIAŁ VII

IRENA ŁUKASIAK

TRZEBA MYŚLEĆ OPTYMISTYCZNIE, SNUĆ PLANY.

Skończył się nasz czas spotkań i nastąpił moment refleksji, który warto utrwalić na papierze.

Luty był ostatnim miesiącem normalnego życia jaki znamy. Nagle dnia 12 marca 2020 roku decyzje i obostrzenia spadły na nas wskutek okropnej pandemii koronowirusa, chociaż mało kto pomyślał, że nas Polaków to dosięgnie. A jednak tak się stało, że tego „smaku” musieliśmy skosztować i dalej w tym tkwimy i nie wiadomo jak jeszcze długo to potrwa.

Pierwsze tygodnie to szok: nie wychodzić, nie wychylać głowy nawet za okno.

My „nastolatki” zdani byliśmy na wolontariuszy, trochę odporniejszych od nas. Szok, jednym słowem. Pięknie nazywana kwarantanna, tylko po czym? A raczej przed czym? Żeby nie dać się zwariować, to trzeba szukać zajęcia, a praca to najlepsze lekarstwo. A więc pierwsze mycie okien, firanki brudne,

nieświeże, trzeba uprać. Sprzątanie zgodnie z wiosenną tradycją i nadchodzącymi świętami wielkanocnymi. To wszystko za nami, więc co dalej? Remanent w szafach, szufladach, segregacja ciuchów sezonowych po i przed.

W dalszym ciągu, nie ma żadnego odmrażania. Może chociaż na bazarek cichcem pomknąć po jakieś zakupy? A, może tak nie prosić nikogo o zakupy i do jakiego sklepu się wymknąć, do apteki? Raz w tygodniu, ale to już coś.

Chciałabym pójść do kościoła – nie można. Bogu dzięki w telewizji, codziennie od godz. 7.00 rano transmitowana Msza Św. z Łagiewnik umacnia nas duchowo.

Wreszcie, jakby coraz łżej to wszystko wygląda. Przynajmniej tak relacjonują media przebieg tej gehenny. No coraz łżej, coraz więcej ulgowej taryfy, **trzeba myśleć optymistycznie, snuć plany**. Spotkań naszych nie odmrozili, to ruszamy w Polskę. Niespodziewanie z minuty na minutę pojawia się oferta „porwania” nas z tej „klatki” (mieszkania) na relaksowanie się przyrodą, poodychania świeżym powietrzem i innym otoczeniem. Rodzina złożyła ofertę, że na trzy dni „porywa” nas do Rzeszowa. Decyzja nie była do dyskusji, tylko do realizacji. I stało się! Pojechaliśmy i to dla nas stało się zbawienne. Zupełna zmiana i dni i nocy, i wszystkiego co nas otacza. Siedzenie, trochę relaksu również, ale trzeba wracać do gniazda swojego. Zacząć od nowa po takiej przerwie normalne życie. Pisać stary rozkład dnia, tygodnia, miesiąca. Zacząć od wizyty lekarskiej i odmrozić inne założenia, które były uśpione

przez ten czas. Najważniejsze były jednak decyzje, które w tym czasie obowiązywały. Uchroniły nas od najgorszych skutków tej pięknie nazwanej „korony”.

ROZDZIAŁ VIII

DANUTA RAWSKA

ZALECA SIĘ CHODZENIE W MASECZKACH.

27.03.2020

Dziś 23 dzień od pojawienia się w Polsce pierwszego przypadku Koronawirusa (Pan z Cybinki w woj. Lubuskim, który zresztą jest pacjentem, który także jako pierwszy wyzdrowiał).

Jesteśmy uziemieni w domach, możemy wychodzić tylko do sklepu, apteki i na spacer.

Staram się codziennie wykonać 7 tys. kroków (5 km). Poodwoływane są wszystkie zajęcia, przekładałam terminy wycieczek i wizyt lekarskich. Dziś udało mi się zadzwonić do hematologii i przełożyć wizytę z poniedziałku na lipiec, co było osiągnięciem dnia! Wczoraj też telefonicznie otrzymałam kody do recept na leki (na pół roku), w związku z czym czuję się bezpiecznie.

28.03.2020 sobota

Dziś sprzątanie balkonu, potem 7 tys. kroków w pięknym słońcu. Kwitną już drzewa i forsycje, ale trzeba wracać do domu.

Od kilku dni uczestniczę we mszy św. transmitowanej z Jasnej Góry o godz. 13.30. Wczoraj po godz. 18.00 była transmisja z Watykanu. Papież samotnie na Placu Świętego Piotra modlił się o ustanie pandemii. Było to niezwykle przeżycie.

Musimy wytrzymać do Świąt Wielkanocnych. Usłyszałam dziś o takim scenariuszu, że po świętach większość będzie wracać do pracy, ale my (po 60 - tce) nadal zostaniemy w domach...?

Czas do świąt to ma być szczyt pandemii w Polsce i oby był „spłaszczony wzrost”!

29.03.2020 niedziela

Po transmisji mszy z Jasnej Góry, 7 tys. kroków blisko domu. Musiałam zdążyć na 12.45, na dokument w TVN o koronawirusie w Wuhan. O tym jak to się zaczęło i jak drastycznie przebiegało w Chinach. Zamykano tam chorych z temperaturą, zaspawano zamki, żeby nie mogli wychodzić.

My musimy zostać w domu do 11.04.2020, czyli do Świąt Wielkanocnych, ale starsi pewnie dłużej. Dziś 133 nowe zakażenia (do godz. 14).

Z rana obejrzałam film z Florydy na You Tube, teraz będę czytać Pamuka „Nazywam się czerwień”. Na wieczór mam zaplanowany odcinek serialu „Stulecie Winnych”. Ale najmilszym

zdarzeniem dzisiejszego dnia było łączenie Face Time przez Iphona z moimi wnukami od najstarszej córki Ani.

30.03.2020 poniedziałek

Po „przebieżce” (7 tys. kroków) zaszłam dziś do warzywniaka po kiszonki, ale do spożywczego sklepu boję się wchodzić.

Poprosiłam więc syna o zakupy. Mówił, że w Tesco jest mało ludzi i wszystko można dostać.

Atmosfera gęstnieje, przepowiadają duży wzrost zachorowań do świąt i apelują, żeby nie wychodzić z domu.

Na popołudnie i wieczór – lektura. Seriale, do tego doszły dwie rozmowy telefoniczne z koleżankami. Rozrywkę zapewniają komórki z filmikami, dzięki którym dowiaduję się, co dzieje się w Chinach, ale także w Stanach Zjednoczonych (Magda na kanale Detox na YouTube). Jak dobrze je mieć! I tak mijają ostatnie dni pierwszego miesiąca pandemii.

1.04.2020 środa

Zaleca się chodzenie w maseczkach, bo więcej jest zarażonych i mogą nieświadomie zarażać innych.

Wobec tego poszukałam i znalazłam 2 maseczki z fizeliny i zadzwoniłam do mojej koleżanki, która szyje i już na wieczór miałam dwie bawełniane maseczki.

Od dziś obowiązują zakupy dla seniorów w godzinach 10.00 – 12.00. To bardzo dobry pomysł!

Jest również apel, aby jeszcze bardziej ograniczyć wychodzenie z domu.

Skończę więc moje dystanse 5 km i będę się starała nie wychodzić. Podobno 20.04 ma być pik epidemii i dotąd przynajmniej trzeba wytrzymać.

4.04.2020 sobota

Wczoraj pierwszy raz nie wyszłam z domu, dziś zamierzam tak samo. „Wzięłam” około godziny słońca na balkonie (jest do godz. 10.00 – balkon od wschodu) i to musi wystarczyć. Wczoraj prałam (w100° C) i szyłam maseczki. Dziś czas zupełnie wolny, zrobię tylko sok z buraków.

Wczoraj syn kupił mi tonik z chininą. W "W pustyni i w puszczy" Nel brała chininę, chorując na dżumę. Podobno leki na malarię i HIV działają na koronawirusa.

Staram się jak najmniej oglądać telewizję i filmiki na YouTube, które mnie przygnębiają.

O godz 16.00 będzie łączenie całej rodziny przez Zoom, ponieważ są urodziny mojego najmłodszego wnuka Mikołaja. Będziemy widzieć jak gasi świece i zaśpiewamy mu „sto lat”. Wirtualne urodziny podobnie jak Święta Wielkanocne.

11.04.2020 sobota

Wczoraj był Wielki Piątek i była transmisja Drogi Krzyżowej z Watykanu. Niezwykła! Na pustym Placu Świętego Piotra, ze szlakiem wytyczonym płonącymi świeczkami.

Ta nasza sytuacja powoduje niezwykle doznania, wprowadza nowe obyczaje. Dziś np. przed chwilą, uczestniczyłam na Face Time w przygotowaniach do świąt w mieszkaniu mojego syna.

Jakbym tam była. Gotowy koszyczek ze święconką, przygotowywanie faszerowanych jajek, a w końcu pokazali mi upieczony w międzyczasie sernik.

Jutro Wielkanoc. Jakże inna niż zazwyczaj. Wszyscy zostają w domach i jak single spędzają święta w pojedynkę. Będzie tylko spotkanie wirtualne na Zoomie z całą rodziną.

ROZDZIAŁ IX

JANINA ANNA DENIS

MAM DOŚĆ SIEDZENIA W DOMU.

Marzec 2020

Dowiadujemy się, że w Chinach wybuchła epidemia koronawirusa SARS-COV-2. Jest bardzo dużo chorych. Chiny budują szpitale pod namiotami. Zdajemy sobie sprawę, że epidemia przyjdzie do nas. Zostają zamknięte kluby, kina, teatry, galerie handlowe, szkoły. Wszystkie wyjścia w Klubie zostały odwołane, jak spotkanie z kulturą ormiańską, czy zwiedzanie filtrów warszawskich.

10.03.2020 idę do teatru na sztukę Casa Valentina. Jest to komedia dotycząca nietolerancji obyczajowej i seksualnej. Grupa mężczyzn przebiera się za kobiety, jest dużo śmiechu i zabawnych historii, pomimo powagi tematu. Bardzo dobra obsada aktorów.

Jest ostatni dzień radości i wolności. Zostaje ogłoszone „ZOSTAŃCIE W DOMU”.

Zaczęto wykupywać żywność i środki czystości. W sklepach zostały puste półki, zupełnie jak w czasie stanu wojennego. Teraz został mi tylko telefon i telewizor do kontaktów ze światem.

Wzięłam się za porządki – umyłam okna, wyprałam firanki i ogólnie posprzątałam mieszkanie.

Zakupy robię raz w tygodniu, nieraz pomaga mi sąsiadka. Nie pójdę do Teatru Wielkiego, chociaż mam już bilety na balet „Korsarz”, operę „Carmen” i „Traviatę”. Teatry są zamknięte - bardzo żałuję.

W polityce przepychanka między sejmem, a senatem w związku z wyborami na Prezydenta. Politycy powinni zająć się gospodarką i zdrowiem ludzi w czasie pandemii. Myślą tylko o przedłużeniu władzy. To jest masakra.

29.03.2020 - smutna wiadomość – umiera wielki kompozytor, dyrygent i pedagog muzyczny Krzysztof Penderecki znany na całym świecie – miał 86 lat.

W sobotę z Wandzią idziemy do parku. Piękna pogoda, spacerują rodziny z dziećmi, starsze osoby z kijami, wszyscy w bezpiecznej odległości.

Niedziela – w TVP Kultura obejrzałam „Halkę” Moniuszki, ale to nie to samo, co w teatrze, na scenie.

Jak zwykle w takich sytuacjach są oszuści na „chorego wnuczka”, wyłudniają pieniądze na leki, które niby leczą wirusy.

Są też osoby pozytywne – seniorki szyjące maseczki dla lekarzy i personelu medycznego. Chwała im za to!

Cały czas podawane są dane – ilość chorych i zmarłych, ale są to zaniżone wyniki, ponieważ za mało wykorzystuje się testów na koronawirusa.

Są nowe zakazy - zamykane są parki, lasy, plaże, place zabaw. Pozamykane bary, restauracje, fryzjerzy i zakłady kosmetyczne.

Ludzie boją się, co ich czeka, jak będą żyć, gdy zakłady pracy zamknięte – jedyne źródło utrzymania. Trzeba siedzieć w domach, wychodzić tylko w razie konieczności. Co dzień jest więcej chorych, a najbardziej narażeni są lekarze i personel medyczny. Cały świat walczy z pandemią. W USA prezydent Trump wzywa wojsko do pomocy, najgorzej jest w stanie Nowy York.

04.04.2020 W Polsce jest już 3627 osób chorych, a zmarło 79, przybyło 437 chorych.

Dziś odbędzie się koncert artystów polskich dla bohaterskich lekarzy i pielęgniarek, którzy walczą z pandemią. Prosto ze swoich domów przez internet wystąpiło 36 artystów. Koncert prowadził Marcin Prokop. Przez 4 godziny zebrano ponad 4 miliony zł.

5.04.2020 Niedziela Palmowa, kościoły puste, palm nie ma. Ja mszę św. z Bazyliki Opatrzności Bożej w Wilanowie oglądam za pośrednictwem TV. Palmę zrobiłam z gałązek forsycji i innego krzewu. Msza w Lipnicy Murowanej, co roku był

konkurs palm, dziś stoi kilka na rynku, bez ludzi, bardzo smutny widok.

10.04.2020 Mija 10 rocznica katastrofy w Smoleńsku. Samolot rozbił się z 96 pasażerami na pokładzie, zginęli wszyscy. Lecieli na obchody rocznicowe do Katynia. Na Placu Piłsudskiego pod pomnikiem delegacja rządu złożyła kwiaty i wieńce.

Polacy są oburzeni. Nam nie wolno wychodzić, a Kaczyński idzie z 50-cio osobową delegacją w bliskiej odległości. Tak samo było na Powązkach. Władza pokazała, że jest ponad prawem.

Zawsze w święta jechałam do syna nad morze. Dziś siedzę samotnie w domu, podobnie siostra i wnuczka, które też mieszkają w Warszawie.

11.04.2020 Wielka Sobota. Ostatnie porządki, tradycyjny żurek z kielbasą i jajkiem i już święta. Ustroiłam stół żonkilami i pisankami, które własnoręcznie zrobiłam. Od lat robiłam pisanki, nauczył mnie mój Tata. Farbowaliśmy w cebuli i nożykami skrobaliśmy kwiaty, różne wzory. W Wielką Sobotę zawsze chodziliśmy ze święconką. Dziś nie ma święcenia pokarmów, ani odwiedzania grobów. Składałam życzenia urodzinowe mojej wnuczce Agnieszce telefonicznie, tylko tak mogę.

Niedziela Wielkanocna – zjadam samotnie śniadanie, oglądam w TV mszę św. z Watykanu. Celebryje Papież Franciszek z Bazyliki Świętego Piotra w Rzymie. Papież udziela błogosławieństwa Miastu i Światu na koniec mszy. W święta pogoda

piękna, a na ulicach pusto. Ludzie wychodzą tylko z pieskami. Jeszcze takich świąt nie pamiętam, chociaż przeżyłam 82 lata.

Dnia **14.04.2020** ląduje samolot z Chin, największy na świecie. Przyleciały maseczki, kombinezony i inne materiały ochrony dla szpitali i domów pomocy.

Ja też uszyłam kilka maseczek bawełnianych, choć nie są takie ładne, ważne aby były skuteczne.

Od 15.04.2020 mamy obowiązek zakładania maseczek, gdy wychodzimy z domu.

Denerwuje mnie też, że wszystko można kupić po paserskich cenach np. mała buteleczka płynu w aptece kosztuje 21 zł, a jednorazowa maseczka 5,70 zł i po jednym razie do wyrzucenia. Najgorzej jest w domach pomocy społecznej. Umierają ludzie, brakuje personelu, lekarzy do opieki nad pensjonariuszami.

Od czasu wybuchu epidemii wzrasta przemoc w rodzinach, ludzie nie wytrzymują napięcia.

Piątek **17.04.2020**. Przybyło 245 chorych, a zmarło 13 osób, w tym pierwszy medyk w Bydgoszczy. Razem od początku pandemii jest 8000 chorych, 2500 osób jest w szpitalach, a 300 osób zmarło.

W Faktach pokazano piękny widok - stado krów na prostej drodze. W RPA wylegają się zwierzęta. Tak samo jak na polu golfowym królują jelenie. Gdy brakuje ludzi w takich miejscach zwierzęta wracają do dawnych siedzib.

Od **20.04.2020** zostaną poluzowane obostrzenia. Będą otwarte parki, lasy, plaże. Ucieszyłam się, bo **mam dość siedzenia w domu**. Otwarte zostały galerie handlowe z zachowaniem środków ostrożności. W domu sprzątam, gotuję, czytam, maluję i jakoś czas ucieka.

Dziś **8 maja**, mija 75 rocznica zakończenia II Wojny Światowej. Z powodu pandemii nie można świętować, zostały złożone kwiaty pod miejscami pamięci.

Po wielu przepychankach zdecydowano, że wyborów 10 maja nie będzie. Zostaną przełożone na późniejszy termin.

Dnia **11 maja** mamy w Polsce dwie pory roku. W południe lato, a wieczorem zimę. Wieje wiatr, pada deszcz i śnieg. Zima się obudziła i nadrabia zaległości. Mamy „zimnych ogrodników”.

Od **18.05** wielu Polaków wraca do pracy. Będą otwarte zakłady kosmetyczne, fryzjerskie, można będzie iść do baru, restauracji. Dzieci zaczną uczyć się w szkołach, stopniowo będą otwierane hotele przy zachowaniu specjalnych warunków.

Dnia **28.05**. powstają dwa ogniska wirusowe w Warszawie - w Szpitalu Wolskim oraz w Szpitalu Mazowieckim w Radomiu.

Do dziś zachorowało 22825 osób, a nowych przypadków jest 225.

Od ośmiu tygodni stan nowych zachorowań utrzymuje się na stałym poziomie. W wielu państwach Europy zaczyna się luzować ograniczenia, ponieważ spada liczba zachorowań.

W Polsce jest odwrotnie, pojawiają się nowe ogniska, dlatego eksperci zalecają, aby się nie spieszyć ze zniesieniem ograniczeń. Pandemia może wrócić.

Teraz wiosna. Chodzę do dzikiego parku przy ul. Anieli Krzywoń, zbieram zioła, suszę i będę piła herbatki. Mam już pokrzywę, brzozę, kwiat głogu, a ostatnio kwiaty czarnego bzu.

Koronawirus wyrzucił nasze życie do góry nogami. Ciężko pogodzić się z izolacją, były chwile, że chciało mi się płakać, najgorzej było w Święta Wielkanocne.

W czerwcu jadę do syna nad morze do Pucka. Już się za nimi stęskniłam i będzie odmiana. Wśród zieleni i z bliskimi, miło spędzę czas.

Przed wyjazdem do syna zostaliśmy powiadomieni, że mamy namalować kilkanaście obrazów – temat „kwiaty”. Spotkaliśmy się w klubie, jest nas około 10 osób i malujemy w maseczkach, przyłbicach, a niektórzy z nas malowali w domach. Ja malowałam trąbkowate kielichy kalii o wymiarach 100x73 cm. Wyszły mi bardzo ładnie. Wernisaż odbywał się w bibliotece przy ul. Wrocławskiej. Obrazy jeszcze tam wiszą. Wszystkie są bardzo ładne, podobały się wszystkim (tak opowiadały koleżanki). Ja byłam w tym czasie nad morzem. Tutaj w pięknym ogrodzie z oczkiem wodnym i śpiewającymi ptakami, miło spędziłam czas. Chodziłam na łąkę, zbierałam zioła – koniczyny, wykę i babkę lancetowatą. W domu podczas deszczu szyłam poszewki na kołderki dla pszczołek, jako ocieplenie do uli. Synowa zawoziła nas na molo, tam posiedzieliśmy na ławkach. Było trochę ludzi,

wczasowiczów, dzieci kąpały się w zatoce. Na rynku w letniej kawiarence zjadłyśmy lody i po paru godzinach wróciliśmy do domu. Byłam z mamą synowej. W piękny, ciepły wieczór syn rozpałił ognisko w ogrodzie i piekliśmy kiełbaski. Zaczął padać mały deszczyk i tak pod parasolami siedzieliśmy przy ognisku. To co piękne szybko się kończy. Po 2 tygodniach wróciłam do Warszawy. Syn mnie przywiózł samochodem. Warszawa przywitała mnie ulewą i pada już drugi tydzień. Zapomniałam o pandemii. Przypomina mi się, gdy idę na zakupy w maseczce. Ilość nowych zachorowań jest na stałym poziomie.

W niedzielę **28.06** odbyły się wybory na prezydenta Polski, ja też brałam udział.

Będzie II tura wyborów, między Andrzejem Dudą a Rafałem Trzaskowskim za 2 tygodnie.

Pandemia koronawirusa w zaskakujący sposób z niebywałą prędkością i siłą zmieniła nasze życie. Wszyscy musimy się zatrzymać, uzbroić w cierpliwość, zdać sobie sprawę z kruchości wszystkiego, co nas otacza. Docenić drobne, codzienne radości, zauważyć ludzi wokół siebie, czerpać od silnych i pomagać słabszym.

Warszawa 30.06.2020

ROZDZIAŁ X

ANIELA LAFERI - PIECHOWSKA

...TO JAKIEŚ SCIENCE FICTION.

27.03.2020 r.

Wczoraj zatelefonowała do mnie p. Sylwia opiekunka naszej grupy seniorów z klubu „Sami Swoi” z propozycją, aby pisać... pamiętnik.

Wspomnienia, a raczej dziennik moich codziennych czynności oraz przemyśleń w czasie przymusowej izolacji w obecnej sytuacji "PANDEMII".

Liczba zachorowań na koronawirusa nazywanego SARS-COV – 2 zwiększa się w niebywałym tempie. Odnotowano już ok. 20 tys. zgonów na całym świecie.

W Polsce obecnie mamy stan epidemii, co oznacza iż zostały wprowadzone przez rząd obostrzenia dotyczące obywateli, jak i nowy system i zasady funkcjonowania Państwa.

Od dawna miałam taki zamiar, a na pewno wtedy, gdy dostałam od moich dzieci w prezencie...zwykły zeszyt w fioletowej okładce (mój ulubiony kolor) z wymownym wpisem i dedykacją...

„Pamiętnik dla naszej Kochanej Mamy 31.05.1994 r.

Cześć Mamo!

Mamusiu, życzę Tobie
Wszystkiego najlepszego
Przede wszystkim dużo, dużo
Zdrowia, pogody ducha,
Uśmiechu i szczęścia.
Chciałbym Mamusiu żebyś
Wiedziała, że bardzo Cię kochamy
I zawsze będziemy z Tobą.
Dziękujemy Mamusiu za wszystko
z całego serduszka.
Olimpia i Kamil

Mamusiu,

chcemy i pragniemy, aby ten zeszyt stał się kroniką samych pięknych, radosnych i przepięknych chwil z Twojego Mamo życia. I zawsze, gdy otworzysz go Mamo, chcemy, żeby uśmiech nie schodził z Twoich ust Mamusiu.”

Minęło tyle lat...wcześniej nie znalazłam czasu, a raczej nie mogłam się zdecydować, które to chwile są szczęśliwe?

Szkoda, bo mimo burzliwego życia pełnego niepowodzeń ... były takie...

Postaram się, pisząc tę relację, wpleść owe fakty o ile jeszcze je pamiętam?!

Obecnie piję kawę, wcześniej nakarmiłam koty, które już obudziłam...jest godz. 4.30.

Tak, budzę się tak wcześnie, ale i śpię w ciągu dnia, mam tzw. tryb „skowronka”.

Mąż i pies jeszcze śpią w drugiej sypialni. Zachowuję się cichutko o ile mogę... pisząc, jeszcze nie hałasuję tak, gdy włączę pralkę lub rozpocznę gotowanie obiadu.

Dzisiaj smutny dzień... o godz. 14.00 odbędzie się pogrzeb mojego kolegi Czesława Radzkiego, który zmarł 22-go w niedzielę na nowotwór.

Był profesorem Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie.

Niestety nie będzie nas na pożegnaniu Czesława, ponieważ **w uroczystościach liturgicznych może uczestniczyć do 5-ciu osób...**

Taka sytuacja...Wprowadzono wiele innych zakazów, aby zmniejszyć kontakty międzyludzkie i zapobiec rozprzestrzenieniu się koronawirusa.

Czesław był skromnym człowiekiem, rodzinnym i najbliższa rodzina, córki i żona były z nim w tej ostatniej drodze. Ale my przyjaciele, koledzy z uczelni oraz studenci niestety nie... Taki czas...

Wieczorem wdowa przesała mi (na moją prośbę) zdjęcie z ceremonii.

Poczułam się lepiej...

Znaliśmy się 45 lat!

14 maja 2020 r.

Po tak długiej przerwie wracam do pisania...a to dlatego, iż był bodziec w postaci miłej rozmowy telefonicznej z p. Sylwią...

28 marca odszedł nagle za „Tęczowy Most” nasz cudowny piesek Matejko. Był to senior przygarnięty przez nas z Fundacji „Dom dla Kundelka”. Przeżyliśmy razem cudowne 2 lata.

Łez brak.

Ideał po prostu, piesek mix owczarka szkockiego collie, rezolutny, mądry, posłuszny, bezproblemowy

i tak odszedł nagle...

A ja się martwiłam o to, co się z nim stanie gdybyśmy się zaraził z mężem koronawirusem i musieli zostać w szpitalu?

Ciężko było żyć... Strach, niedowierzenie w to co się dzieje. To jakieś science fiction! Niepewność i martwie-

nie się o rodzinę, szczególnie o starszych i obawa... wieści...przed każdym telefonem.

Izolacja od ludzi...mąż przebywał na urlopie wypoczynkowym. Otrzymał z pracy taką propozycję od dyrektora (znanej firmy). Firma zadbała o pracowników 55+...i skorzystał z tej opcji.

Około miesiąca byliśmy w domu sami...tzn. z kotkami, opiekując psa.

Pracowaliśmy trochę w ogródku, prace przydomowe, szybkie zakupy w godzinach przeznaczonych dla seniorów. Najciężej było w Święta Wielkanocne. Przygotowania przedświąteczne, zakupy skromne, ale tradycyjne. Nie cieszyły przygotowania, porządki i wiosenna rozkwitająca zieleń, bo towarzyszyła nam świadomość, iż spędzimy Wielkanoc sami ze względu na wspólne bezpieczeństwo. Dzieci zostały w swoich domach z bliskimi.

Nowe doświadczenia...Przecież to dla dzieci i wnuczki gotowałam „pyszności” świąteczne...Teraz rozstawiliśmy stół, zastawę jak zwykle tradycyjnie, a na talerzach umieściłam wizytówki z imionami gości i maskotkami okolicznościowymi typu: kurka, jajka ozdobne, zajaczek...

Zrobiłam zdjęcie i wysłałam sms-em. Byliśmy razem „wirtualnie”.

Jak żyć?

18.05.2020 r

c.d.n.

ROZDZIAŁ XI

LEOKADIA FLADER

MUSIMY POZOSTAĆ W DOMU.

Mój syn z dziećmi i żoną byli na wakacjach we Włoszech do 23 lutego 2020. Następnie syn z żoną wyjechali do Stanów, gdyż tam był ich najstarszy syn i wrócili 5 marca. W tym czasie ich najmłodszy syn zachorował i brał antybiotyki – przechodził to bardzo ciężko, miał zapalenie oskrzeli. Później zachorowała córka, mając podobne objawy, też dostała antybiotyki.

9.03.2020

Zamknięto szkoły, następnie 10.03 zakłady pracy, później centra handlowe i ogłoszono w Polsce stan epidemiczny.

11.03.2020

Dowiedzieliśmy się, że zamykają granice, tylko Polacy mogą wjechać do Polski.

Na 80 – lecie moich urodzin od dzieci dostałam w prezencie dwutygodniowy pobyt w sanatorium w Ciechocinku –

od 15 marca. Byłam już spakowana, a 14 marca w telewizji podano, że sanatoria zamknięte ze względu na epidemię.

Musimy pozostać w domu, ponieważ osoby starsze są w grupie ryzyka. I tak zaczęła się nasza gehenna. Dobrze, że mam dzieci i dbają o mnie, przynosząc mi pod drzwi siatkę z jedzeniem. Należy dbać o czystość, myć ręce, jedzenie, dezynfekować klamki itp.

Pierwsze dni jakoś mijają, ale później jest coraz gorzej. Mój wnuk Stanisław (16 lat) do końca czerwca miał opłacony pobyt w szkole w Stanach. Ze względu na pandemię, wraca 21 marca do Polski i musi wraz z mamą odbyć dwutygodniową kwarantannę.

Na świecie i u nas jest bardzo dużo zachorowań i zgonów.

Jesteśmy w ciągłym strachu o siebie i bliskich. Wprowadzają coraz to nowe ograniczenia. Wolno iść do sklepu spożywczego i do apteki, ale w masce i rękawicach. Nie można iść do kościoła. Msze odbywają się w telewizji, radiu, internecie. Szkoły, uczelnie są pozamykane. Nauka odbywa się przez internet.

27.03.2020

Nadal strasznie. Odwołano śluby, komunie, wszelkie zgromadzenia są zabronione, ale wychodzimy z domu.

31.03.2020

Moja kochana wnuczka ma zapalenie płuc. Bardzo się martwię. Nie wychodzę nigdzie, o 13.30 wysłuchałam Mszy Świętej z Częstochowy. Mój spacer to kilkaset kroków z pokoju do pokoju. Muszę się ruszać, trochę się gimnastykuję. Dzieci przynoszą mi jedzenie. Mój wnuk Staś jest już tydzień na kwarantannie z mamą. Moja córka dba o jego rodzeństwo, tatę i o mnie.

Przez cały dzień myjemy ręce, rozmawiamy przez telefon ze znajomymi.

Dostaję dużo wiadomości na WhatsAppie, piękne wiersze, muzykę i piosenki. Dziewczyny z klubu seniora dzwonią (Gabrysia, Ela, Bogusia....).

1.04.2020

Wstałam. Piękna pogoda od rana, a ja siedzę nadal zamknięta w czterech ścianach. Wysłuchałam wiadomości, rekolekcji, rozmawiałam przez telefon. Czytam książkę napisaną przez księdza Kaweckiego o włoskim malarzu Caravaggu oraz książkę o Kardynale Stefanie Wyszyńskim.

2.04.2020

To jest dzień urodzin mojego syna Piotra. Życzenia złożę mu tylko telefonicznie. Noce mam koszmarne, nie mogę spać, a w dzień znowu to samo: telewizor, radio, książki. Jedzenie mi nadal przynoszą mi dzieci.

Dni tak samo monotonne. Wykonuję te same czynności.

Wstałam, wykapałam się, zjadłam śniadanie, wysłuchałam wiadomości. W samotności wypiałam kawę, podzwoniłam po znajomych.

3.04.2020

Miałam telefon z Ośrodka Pomocy Społecznej (tego gdzie chodzę na spotkania naszego klubu seniora) z zapytaniem jak się czuję i czy oczekuję na pomoc z ich strony. To było bardzo ładne, porozmawiałyśmy miło z kochaną Panią Sylwią. Za pomoc podziękowałam, gdyż moje kochane dzieci o mnie dbają.

Oglądałam dzisiaj w telewizji program dla szkół na temat lektury „Małego Księcia”, a z historii „Jak powstała Polska” z matematyki „Ułamki dziesiętne”. Lekcje podobały mi się. Inne zajęcia w tych dniach to modlitwa i wysłuchanie Mszy Świętej.

4.04.2020

Zmarła mama mojej bardzo dobrej koleżanki. Nie mogłam być na cmentarzu, ponieważ tam mogło być jedynie 5 osób – takie są ograniczenia. Zmówiłam w jej intencji różaniec i uczestniczyłam w telewizyjnej Mszy Świętej.

5.04.2020

Dzień jak co dzień. Jest Msza Święta za moją mamę, więc w niej uczestniczę.

Pogoda przepiękna, słońce świeci, a my siedzimy w domu. Nie mogę nawet wyjść na balkon, bo na nim znajduje się gniazdo os.

W Polsce mamy: 3834 osoby zakażone, 134 osoby wyleczone, 84 osoby zmarły

Dzisiaj miałam depresyjny dzień, popłakałam się. Dużo dobrej emocji dała mi rozmowa z zaprzyjaźnionym z naszym domem Adamem Bartnikowskim. Zadzwoił z życzeniami świątecznymi i wspominaliśmy stare, dobre czasy, gdy żyli nasi współmałżonkowie. Rozmawiałam też telefonicznie z moją koleżanką mieszkającą obecnie w Nowym Sączu. Znajomość trwa już 60 lat. Mojemu wnukowi, który wrócił ze Stanów, dziś kończy się kwarantanna.

6.04.2020

Wstałam o 7.00. Wykąpałam się, ułożyłam włosy, pomalowałam się, ubrałam ładnie, bo zaraz zobaczę mojego ukochanego wnuka. Przyszedł, przyniósł mi ciasteczka, które zrobił własnoręcznie. Siedzimy w pewnej odległości. Nie ścisnęłam go serdecznie, bo się bałam. On jako 16 – latek śmiał się ze mnie. Stasiu przyszedł jeszcze do mnie wieczorem i przyniósł mi kawałek ciasta. Gdy wyszedł wycierałam klamki, myłam ręce – paranoja. Tego dnia jeszcze modliłam się, wysłuchałam Mszy Świętej.

Wieczorem telefonicznie rozmawiałam z moją siostrzyczką i koleżanką z klubu Gabrysią. Gabrysia jest wspaniała, przysłała mi świetne filmiki, które wprawiają mnie w dobry nastrój.

7.04.2020

Robę pranie, wietrzę pościel na balkonie.

Dzisiaj mamy 119 zgonów i 4550 zachorowań. Uszyłam maseczkę, ale taką, że „koń by się uśmieł”. Robiłam trochę zadań z matematyki, modliłam się. Jest mi źle i bardzo smutno.

8.04.2020

Dzień, jak co dzień, panikujemy bardziej.

Słuchamy TVP Info, wiadomości – 4848 zachorowań, 129 zgonów, a najwięcej w województwie mazowieckim. Punkt kulminacyjny ma być 24.04. Na świecie jest okropnie. W Stanach Zjednoczonych dzisiaj zmarło 1000 osób. Musiałam się odprężyć i oglądałam przez internet w komputerze dobry spektakl teatralny z Seniuk i Pazurą pt. „Brancz” w reżyserii Machulskiego.

9.04.2020

5205 zarażonych, 164 ofiary śmiertelne

Wykonałam wszystkie czynności dnia codziennego. Poćwiczyłam, oglądałam w komputerze "Śluby panieńskie", o godz. 18.00 uczestniczyłam we Mszy Świętej z Watykanu.

10.04.2020

Już nie wytrzymałam tego odizolowania i poszłam do moich dzieci i wnuków, którzy mieszkają w odległości

300 m od mojego osiedla. Bałam się, ale byłam zachwycona. Cały dzień siedziałam na tarasie. Wspólne posiłki i nauka z wnukami dodały mi optymizmu.

Wieczorem dostałam telefoniczną informację, że mój syn ma wysoką temperaturę, kaszle, źle się czuje. Pojechał do sanepidu i zrobili mu badania, czy ma tego wirusa. Bardzo się martwiłam.

Tego dnia oglądałam obchody Wielkiego Piątku z Watykanu.

11.04.2020

Sobota Wielkanocna, ale inna, niż każdego roku.

W telewizji wiadomości – 195 osób zmarło, 6088 zachorowań. U nas już przybyło 208 ofiar śmiertelnych. Na moją psychikę działa to okropnie. Jednak tego dnia otrzymałam bardzo dobrą wiadomość – **mój syn Piotr jest zdrowy!** Wspaniała wiadomość, zatem Święta spędzę z nimi. Święta każdego roku od 16 lat wszyscy (cała moja rodzina tj. syn, córka, ich dzieci i ich drugie połowy oraz ja) spędzamy w Krakowie u teściów mojego syna – jest tam wspaniale. W tym roku musimy je spędzić w Warszawie. Ja oczywiście poszłam do moich kochanych dzieci i wnuków. Święta były inne, ale w cudownej atmosferze. Ja święciłam przygotowany koszyczek wielkanocny, wnuki dały koncert pieśni wielkanocnych (na akordeon, pianino, trąbkę i perkusję). We mszy uczestniczyłam przez internet. Nigdy w moim 80 - letnim życiu, czegoś takiego nie przeżyłam.

Od Świąt już codziennie chodziłam do moich dzieci, oczywiście zawsze pełna lęków i stresów. Moja wnuczka Marysia jest

w VIII klasie i ma w tym tygodniu egzaminy, dlatego zaczęliśmy się wspólnie uczyć matematyki.

Już troszeczkę jest lepiej, gdyż dni są wypełnione. Oglądam filmy, teatry w telewizji. Uczę się z moimi wnukami, dzwonię do różnych moich znajomych, czytam bardzo dużo książek.

16.04.2020

Już na świecie są 2 miliony zachorowań, w Polsce 7771 zachorowań, a 292 osoby zmarły.

17.04.2020

Włochy - 22 tysiące osób zmarło, 169 tys. zakażonych. Polska - 8214 zakażonych, 318 osób zmarło. USA – 35 tys. zmarło.

2,1 miliona zachorowań na świecie - 147 tys. osób zmarło.

18.04.2020

W wieku 70 lat zmarł mąż mojej kuzynki. Nie mogę iść na jego pogrzeb, bo może być tylko 5 osób na pogrzebie.

Mamy już 8560 zachorowań, 339 osób zmarło.

Dzisiaj moja dyrektorka z liceum ma imieniny, złożyłam jej życzenia. Każdego roku spotykaliśmy się u niej z koleżankami. Dzisiaj jest inaczej.

Minister Zdrowia Szumowski, oświadczył, że musimy się nauczyć z tym żyć około roku.

Chyba wchodzę w paranoję. Źle się czuję, mam kłopoty z oddychaniem.

Moje dzieci są na działce, a mnie jest smutno.

19.04.2020

Z tą epidemią musimy nauczyć się żyć.

Jest 2,3 miliona przypadków zachorowań na świecie, u nas 9082, 350 osób zmarło, 24 tys. jest na kwarantannie.

O godz. 11.00 wysłuchałam Mszy Świętej z kościoła Miłosierdzia Bożego w Rzymie celebrowanej przez papieża Franciszka.

Dzisiaj czuję się źle, spałam 4 godziny, jest mi słabo i ogólnie źle. Dzieci mówią, że tak nie można, bo psychiczne załamanie jest niedobre. Skarżę się Gabrysi, która mówi, że też jej źle. Poszłam do dzieci, byłam na spacerze i jest mi znacznie lepiej.

20.04.2020

362 osoby zmarły, 9353 zachorowania: zmarła 38 letnia kobieta, a 96 – latka wyzdrowiała.

Wieczorem patrzyłam na program w telewizji – rok 1997, prowadziła Rogalska, byli Mikołaj, Kasia Zielińska, Natalia Kukulska i inni. Oglądam spektakle telewizyjne, filmy, czytam książkę pt. „Chata” .

21.04.2020

9737 zachorowań, 385 osób zmarło, a 1297 osób wyzdrowiało.

Wysłałam z domu, poszłam do mojej córeczki na wspólną kawę, pobawiłam się z dziećmi Kasi – Janem i Zosieńką. Zrobiłam z nimi lekcje. Zapomniałam wówczas, co się dzieje wokół nas. W nocy jednak nie mogę spać, snuję się jak „Marek po piekle”.

22.04.2020

Dowiaduję się o dużym pożarze w Biebrzańskim Parku Narodowym. Jest to duża dla nas strata. Ginią zwierzęta, roślinność, drzewa.

1043 zachorowania, 1513 osób wyleczonych, 404 osoby zmarły.

Idę do mojej córeczki, bo u niej jest mi bardzo dobrze. Dzieci dobrze działają na moją psychikę. Zrobiłam z Zosią polski, oglądam fakty i seriale.

23.04.2020

Wstałam, wykapałam się i pakuję na działkę.

435 osób zmarło, uratowano 103 letnią kobietę.

Dzisiaj w mojej skrzynce pocztowej były 2 maski, które otrzymałam z Klubu Seniora. Rozwoziła je nasza Pani Sylwia. Oczywiście w miejscach publicznych, musimy być w maskach. Dlatego świetnie, że je dostałam.

24.04.2020

Wyjechałam z moimi dziećmi i wnukami na działkę w okolicy Wyszkowa. Moi kochani, inne życie, mało oglądam telewizji, jedynie o 19.00 Fakty. Już nie piszę ile zmarło i ile zachorowało, psychicznie czuję się dobrze. Nie muszę chodzić w masce. Oczywiście rozmawiałam telefonicznie ze znajomymi, oglądałam filmy. Uczę się z wnukami matematyki. Marysia (14 lat) zdała egzamin ośmioklasisty, Staś (16 lat) musi zdać matematykę z zakresu I klasy liceum.

Tak jest przez następne dni: 25 i 26 i do końca kwietnia.

W niedzielę uczestniczę, przez internet we Mszy Świętej. Chodzimy codziennie na spacer do lasu i nad rzekę Liwiec. Siedzę całymi dniami na tarasie. Czytam dużo książek (np. „Arabska krew”, „Arabski Książę” i wiele innych, nie będę ich wszystkich wymieniała). Moja córka Kasia, mówi, że mama najwięcej czyta. Uczę się z wnukami. Tu na działce jest niesamowicie. Wszyscy siedzą w internecie. Wnuki mają lekcje i też muszą grać na instrumentach.

Synowa, syn, zięć pracują w domu. Od rana są włączone komputery. Córka ma też wykłady ze studentami przez internet. Do godziny 17.00 musi być cisza. Obiady gotujemy na zmianę. Śniadania każdy robi sobie sam. Kolację wspólnie robią osoby dorosłe, ale nie ja.

Po pierwszym maja otwierają centra handlowe, w związku z tym moja synowa, pracująca w centrali, ma dużo pracy.

Nadal są ograniczenia takie jak:

- a) Chodzenie w maskach**
- b) Zachowanie odległości (2 m)**
- c) Ograniczona liczba osób w sklepach, kościołach, autobusach itp.**

24.05.2020

Byłam pierwszy raz w kościele w Loretto, blisko Kamieńczyka nad Liwcem. Wybudowano tam piękne Sanktuarium Maryjne. Siedziałam na zewnątrz w odległości od innych ludzi, byłam zadowolona.

26.05.2020

Moje dzieci zorganizowały przepiękny Dzień Matki. Były kwiaty i piękne prezenty dla każdej mamy. Przyjęcie synowa i córka zorganizowały bardzo ładne. Było wszystko – dobre jedzenie, wspaniałe ciasta, kawa i wino. Nie czuliśmy, że jest pandemia.

Od 17 do 31 maja miałam sanatorium w Szpitalu Uzdrawiskowym w Ciechocinku. Dzwoniono do mnie, że dadzą mi dwa zabiegi i jedzenie do pokoju i mogę przyjechać w czerwcu. Oczywiście zrezygnowałam.

31.05.2020

Zorganizowaliśmy na działce Dzień Dziecka. Dojechała do nas z Krakowa córka siostry synowej – Weronika. Wszystkie nasze dzieci, było ich sześcioro dostały świetne prezenty, ponadto

miały smaczne jedzonko trzy ciasta i napoje, grano na instrumentach i świetnie się bawiono.

1.06.2020

W poniedziałek Piotr, mój syn zabrał dzieci na lody. Widzicie sami, że na działce jest inne życie, nie ma tutaj czasu na wirusa.

Oczywiście, jeżeli chodzi o mnie, to nie jest tak różowo, gdyż nie umiem spać w nocy, zasypiam dopiero nad ranem. Miałam tu przygodę, przewróciłam się na asfalcie, naruszyłam jedynkę i umówiłam się do dentysty. W dzień wizyty odwołałam ją, bo spanikowałam. Powinnam umówić się do lekarza, bo pieką i bolą mnie nogi od połowy łydek do samych stóp – dlatego nie śpię. W dzień jest jednak względnie, to o tym zapominam.

Jutro - 6.06 są mojej wnusi urodziny. Będą życzenia, śpiewy, zabawy, prezenty dla Zosi i wspianała uroczystość. Zmniejszają trochę obostrzenia, ale nie za dużo.

30.05 zmarł syn mojej najstarszej siostry – 52 lata (niewydolność płuc – czyli ta choroba). Jego żona i dwie córki wracają z zagranicy, nie przechodzą kwarantanny. Pogrzeb 3.06 – wysyłamy tylko wieniec, przez internetową kwiaciarnię. Boimy się uczestniczyć w pogrzebie. Synowa poszła już do pracy, jednak po tygodniu wrócili do pracy przez internet. Mój syn jeden tydzień jest w biurze, jeden w domu.

Czerwiec u nas bogaty w uroczystości 13.06 imieniny mojego wnuka – Antoniego: 24.06 – imieniny drugiego wnuka – Jana; 29.06 imieniny mojego syna Piotra.

Moi kochani, na działce dzień jest weselszy, nie mówimy o wirusie, ćwiczymy, chodzimy na spacer, chodzimy nad rzekę Liwiec.

Wieczorem siadamy do wspólnego stołu do kolacji. Jest nas 10 osób. Jest gwarno, wesoło, dobrze. Czytam dużo, mam dużo książek w elektronicznym czytniku. Nawet wracam do dawnych lektur np. „Nad Niemnem”, „Przedwiośnie” i inne.

Dzisiaj jest **7.06.2020** idę do Loretto na Mszę Świętą na godz. 16.00 . Na dworze jest bardzo ciepło.

ELŻBIETA WIRTH - DZIĘCIOŁOWSKA

EPILOG

Epidemia spadła na nas jak grom z jasnego nieba, ale czy na pewno? Przecież od lat mamy coraz częściej pojawiające się epidemie na świecie i jak uczą doświadczenia z historii epidemii występujących w ostatnich latach, wszystkie związane są ze zwierzętami.

Nawet najstraszniejsza epidemia jaką była dżuma, która gniebiła ludzkość od XIV wieku, z niewielkimi przerwami, do XVII wieku, przyniesiona została do Europy przez szczury, a roznoszona przez pchły pasożytujące na zwierzętach. W panujących w tamtych latach niskich standardach higienicznych, pchły często atakowały też człowieka. Zaraza wywołana bakterią *Yersinia pestis* pojawiła się na Sycylii w 1347r, przywieziona z Azji na statkach kupców i w ciągu kilku miesięcy opanowała prawie całą Europę, powodując śmierć około 1/3 mieszkańców kontynentu (około 17-28 milionów osób). W kolejnych wiekach śmiertelność z jej powodu była niższa, ale też dotknęła miliony osób.¹

Bliższa nam **Hiszpanka** z lat 1918-1919 była wynikiem rozprzestrzeniania się w ciągu 12 miesięcy wirusa grypy H1N1 w Europie, Azji, Afryce i Ameryce Północnej, powodując więcej ofiar śmiertelnych (50 – 100 milionów) niż cała I Wojna Światowa. Zachorowało na nią około 500 mln. ludzi co stanowiło 1/3 populacji świata. Hiszpanka była chorobą odzwierzęcą, a nosicielem wirusa było ptactwo wodne.²

Grypa azjatycka, która pojawiła się w Chinach w 1957 r. wywołana przez wirus H2N2, rozprzestrzeniła się również w Europie pod koniec lat pięćdziesiątych. Powodowała wysoką gorączkę i często kończyła się krwotokami z nosa. Zmutowana forma tego wirusa (H3N2) wywołała w 1968 roku grype Hong Kong.

Wirus zachodniego Nilu został pierwszy raz opisany w 1937 roku. Jego rezerwuarem były ptaki różnych gatunków, a przenoszony był przez komary na inne ptaki lub na człowieka. W latach 1994-2001 wirus ten wywołał epidemię wśród mieszkańców Afryki, Australii, Środkowej Azji oraz w Europie u ludzi zamieszkujących obszar basenu Morza Śródziemnego. Przenoszony przez ptaki wędrujące z południa do Europy, pojawił się również w Czechach, Rumunii i Francji, a przewiezione komary drogą lotniczą, rozprzestrzeniły go w Stanach Zjednoczonych Ameryki.³

Zachorowania ludzi na zespół ostrej niewydolności oddechowej (**SARS**) po raz pierwszy stwierdzono w Chinach w listopadzie 2002 r., a wirusa wywołującego tę chorobę zidentyfikowano już na początku 2003 r. Jest to koronawirus (SARS CoV),

który został stwierdzony u niektórych ssaków m.in. cywet, fretek, kotów i który przekroczył barierę zwierzę – człowiek, atakując ludzi. Wirus ten zdolny jest przenosić się z osób chorych na zdrowe. W epidemii wywołanej tym wirusem w 2003 r. zachorowało 8098 osób, przy czym zmarły 774 osoby. Śmiertelność jest uzależniona od wieku pacjentów i wynosi poniżej 1% u osób do 24 r. życia, do ponad 50% dla chorych w wieku ponad 60 lat.⁴

Wirus **Ebola** (EBOV) po raz pierwszy został wykryty w Zairze w 1975 r. Wywoływał gorączkę krwotoczną. Atakował nie tylko ludzi, ale także goryle i szympansy. Wirus ten zmutował w kilka podtypów. Jeden z nich był patogenny dla małp nieczłtekkształtnych, ale w 2008 r. okazał się chorobotwórczy również dla świń i ludzi. Stale pojawiają się nowe ogniska choroby, która uznana jest za jedną z najgroźniejszych ze względu na ciężki przebieg i bardzo wysoką śmiertelność (do 90%). Nieznajomość rezerwuarów wirusa i szybkie jego rozprzestrzenianie w populacji ludzkiej pogłębiają jeszcze obawy z nim związane.⁵

W latach 2009-2010 świat zaatakowała nowa grypa, zwana „**grypą świńską**”, ze względu na fakt, że pierwsze zarażone osoby miały kontakt z chorymi świniami. Według wielu uczonych jest to niefortunna nazwa, bowiem chorobę u ludzi wywołał wirus A/H1N1 (należący do grupy wirusów powodujących zwykle sezonowe grypy, ale także Hiszpankę), który uległ modyfikacji i zawierał fragmenty genomu wirusa ludzkiego, ptasiego i świńskiego. Pierwsze zachorowania stwierdzono

w Kalifornii i Meksyku. Następnie, w związku ze zdolnością przenoszenia się wirusa między ludźmi, rozprzestrzenił się tak, że w ciągu roku tzw. "świńska grypa" zabiła na świecie około 600 tys. ludzi, a zarazić się nią mogło nawet 1,6 mld osób.⁶

Wirus **Zika** i przebieg infekcji wywoływanej przez niego, opisano w pierwszej połowie XX wieku w Ugandzie. Przenoszą go komary zamieszkujące tereny Afryki. W roku 2006 stwierdzono jego występowanie na terenach tropikalnych Afryki i Południowo-Wschodniej Azji. W 2008 roku opisano przypadki choroby Zika na wyspach Pacyfiku i w Ameryce Południowej, a także na wyspach japońskich. Komary przenoszące wirusa są odporne na niską temperaturę, można więc spodziewać się dalszej ich wędrówki na tereny o temperaturze umiarkowanej.

Przebieg infekcji często jest bezobjawowy, ale w przypadku kobiet w ciąży, wirus przechodzi przez barierę łożyska infekując płód i powodując małogłowie u noworodków. W 2015 roku, gdy w Brazylii wybuchła epidemia Zika, urodziło się ponad 3 tys. dzieci z małogłowie. Liczba ta jest 15 razy większa, niż w okresie sprzed epidemii.⁷

Wirus **Denga**, w ostrej fazie wywołujący gorączkę krwotoczną, w czasie II Wojny Światowej dotknął wielu żołnierzy walczących w krajach południowych. Od lat 60-tych XX wieku, jest to choroba endemiczna dla ponad 110 krajów. W stanach łagodnego przebiegu, wywołuje gorączkę, bóle mięśni i stawów oraz wysypkę przypominającą odrę. Wektorem przenoszącym wirusa jest komar, który atakuje przede wszystkim człowieka omijając inne kręgowce.

W XXI wieku, w 12 krajach Azji Południowo –Wschodniej powoduje rocznie 3 ml. zakażeń i około 6 tys. zgonów.⁸

MERS (bliskowschodni zespół niewydolności oddechowej) jest ostrą chorobą zakaźną wywoływaną przez koronawirusa (MERS-CoV), który pochodzi od jednogarbnych wielbłądów (dromaderów). Do infekcji wśród ludzi doszło w 2012 roku na Bliskim Wschodzie, w Zjednoczonych Emiratach Arabskich, prawdopodobnie na targu wielbłądów, w czasie kontaktu z zakażonymi zwierzętami lub pośrednio z ich wydalinami i wydzielinami, a także w wyniku spożycia nie poddanego obróbce termicznej mięsa. Do wtórnego zakażenia z człowieka na człowieka może dojść drogą kropelkową o czym świadczy epidemia z 2015 roku w Korei Południowej i śmierć pierwszego Europejczyka w Niemczech po powrocie z Bliskiego Wschodu. Śmiertelność wywołana wirusem sięga 36%, a ponad 75% zachorowań na MERS występuje w Arabii Saudyjskiej. Do chwili obecnej w Europie najwięcej przypadków MERS wykryto w Wielkiej Brytanii, Niemczech, Francji i w Holandii.⁹

Obecna pandemia Covid-19 i wcześniejsze epidemie, które pojawiły się w Afryce czy w Azji, wywołane wirusami nietypowymi dla człowieka, wiążą się z tym, że ludzkość przestała szanować przyrodę. Zakłócenie jej równowagi poprzez wiele bezmyślnych zachowań, wiąże się z traktowaniem Ziemi jakby była jedynie własnością człowieka. A Ziemia jest własnością i miejscem do życia wielu gatunków roślin, zwierząt lądowych i wodnych, ptaków i całego mnóstwa mikroorganizmów. Poprzez rozwój przemysłu i chęć zaspokojenia wszystkich

„marzeń” człowieka, które mają nam egoistycznie zapewnić dobrobyt, niszczyliśmy dobrostan innych mieszkańców Ziemi. Wydobywanie wykopalin energetycznych zapewniających bogactwo nielicznym (kopalnie złota czy diamentów), niszczy nie tylko środowisko, ale ma również wpływ na klimat. Wykazano, że większa zachorowalność na boreliozę ma związek z ociepleniem klimatu. Im jest cieplej, tym kleszcze, nosiciele bakterii *Borelii*, dłużej żerują i rozszerzają swoje terytorium występowania. To samo dotyczy opisanych wcześniej chorób wirusowych, gdzie nosicielem patogenu jest komar. Wzrost ilości komarów, jest ściśle związany z wycinką lasów obszarów równikowych. Ponieważ klimat odgrywa ważną rolę w utrzymaniu zarówno patogenu jak i jego nosiciela należy spodziewać się, że wraz z jego ociepleniem może następować wzrost zachorowań.¹⁰

Wycinanie lasów równikowych pod uprawy soi, kukurydzy na karmę dla rozwijającej się przemysłowej hodowli zwierząt, palm kokosowych w celu otrzymywania oleju, ma nie tylko wpływ na zmianę klimatu i stan atmosfery, ale także niszczy siedliska zamieszkujących te tereny zwierząt.

Wycinanie lasów w Chinach pod budowę nowych osiedli w związku z ogromną wędrowną ludźmi ze wsi do miast, powoduje albo ginięcie różnych gatunków zwierząt, albo zbliżanie się ich do siedlisk ludzkich. Kłusownictwo i handel afrodyzjakami, szczególnie na Dalekim Wschodzie i w Afryce, też są przyczyną przenoszenia infekcji na człowieka.

W naszej szerokości geograficznej wycinanie lasów, aby postawić fabrykę czy osiedle dla wybranych, przeprowadzić

drogę szybkiego ruchu czy np. drogę asfaltową w okolicy Parku Narodowego w Białowieży, wiąże się z ograniczaniem rewiru występowania zwierząt, zwiększeniem ich śmiertelności na drogach, a w ostateczności przyczynia się do zmniejszenia ich zmienności genetycznej.

Osuszając tereny podmokłe i prowadząc regulację rzek przyczyniamy się do obniżenia ilości wody i pustynnienia wielu obszarów.

Te i wiele innych niewymienionych tu działań człowieka powoduje, że zwierzęta migrując, często w stronę osiedli ludzkich, przynoszą z sobą współżyjące z nimi mikroorganizmy (wirusy, bakterie, riketsje) na człowieka, dla którego są zupełnie obce i człowiek nie posiada w swym systemie immunologicznym przeciwciał broniących go przed infekcjami i rozwojem choroby.

Literatura:

1. 665 lat temu w Europie wybuchła epidemia czarnej śmierci. Wikipedia ,wolna encyklopedia. Google
2. Pandemia grypy hiszpanki Wikipedia, Wolna encyklopedia.
3. Tygodnik Powszechny nr 21 24 maja 2020 str. 120-121
4. Wikipedia. www.Medycynatropikalna.pl
5. „Koronawirusy, Zespół Ciężkiej Niewydolności Oddechowej”- A. Świstecka, W. Debinski, J.P.Knap. w „Choroby wywoływane przez wirusy DNA i RNA”. Google.

6. Gorączka krwotoczna Ebola. www.Medycynatropikalna.pl
7. Pandemia grypy A1H1. Wikipedia, wolna encyklopedia
8. Wirus Zika a małogłowie. www.Medycynatropikalna.pl
9. Denga. Wikipedia, Wolna encyklopedia.
10. Mers. www.Medonet.pl, [Medycynatropikalna.pl](http://www.Medycynatropikalna.pl)
11. WWF. Planeta Ziemia.2.(06) 2020

