

Schudli i świetnie się bawili

■ Udana impreza w polskim lokalu bez schabowych, gołąbków i pierogów? Oczywiście. W sobotę, 6 kwietnia, w Cracovia Manor w Wallington, NJ, bawili się świetnie uczestnicy i sympatycy konkursu "Schudnij zdrowo".

Okazją do spotkania było pięć lat, które upłynęły od powstania pierwszej grupy utworzonej przez dr. Janusza Witkowskiego. Była okazja do wspomnień. W pierwszej części wieczoru dr Witkowski opowiadał o trudnych początkach i o tym, jak zapoczątkowana przez niego inicjatywa zaczęła przynosić rezultaty. Kolejne grupy zaczęły powstawać jak grzyby po deszczu w różnych punktach metropolii. Jedną z nich zorganizowali Zofia i Tadeusz Strzałkowie w Garfield, a pani Zofia podjęła się trudu nie tylko współorganizacji, ale także poprowadzenia sobotniego wieczoru.

O tym, że promowanie zdrowego stylu życia można przekuć w biznesowy sukces, opowiadała Lidia Greszta, która w firmie Herbalife osiągnęła stanowisko International Senior Executive President's Team Member. Jej działalność zarówno w USA, jak i w Polsce oraz innych krajach świata, nie pozostała niezauważona. Laureatka kilku prestiżowych nagród dla kobiet biznesu była głównym gościem wieczoru, zarażając gości swoim entuzjazmem. Następnego dnia spotkała się jeszcze raz w agencji Pol-Travel w Garfield z osobami zainteresowanymi powtórzeniem sukcesu, który przyniósł jej fortunę.

W akcji "Schudnij zdrowo" w metropolii nowojorskiej wzięło w sumie udział około 1500 osób. "Wszyscy, którzy przeszli przez przynajmniej jeden cykl spotkań, stracili na wadze" – mówił dr Witkowski. Pokazywane na sali zdjęcia uczestników "przed" i "po" kuracji mówiły zresztą wszystko. 50, 80 czy nawet ponad 100 zgubionych funtów zmieniło życie wielu osób. W sobotę kilkanaście z nich, mogących poszczycić się największy-

mi sukcesami, opowiedziało o swojej drodze do innego życia. Znaleźli się w tej grupie także pracownicy "Nowego Dziennika". Dla większości z nich udział w konkursie stanowił impuls do zmiany stylu życia, co w połączeniu z dietą Herbalife pozwoliło na uniknięcie tzw. efektu jo-jo. Wiele osób, po konsultacji z lekarzami, zrezygnowało z brania leków, które – jak im mówiono wcześniej – mieli przyjmować do końca życia.

Rocznica konkursu dla odchudzających nie oznaczała bynajmniej konieczności spędzenia wieczoru o pustym żołądku, choć podane potrawy rzadko można zobaczyć na imprezach polonijnych. Zdrowe jedzenie przygotowały delikatesy Golden Eagle w Garfield, NJ. Miejsce ciężkostrawnych tradycyjnych polskich potraw zajęły ryby (bass, śledź i losoś), krewetki, kurczak, pieczone ziemniaki i inne jarzyny oraz rośliny strączkowe. Zamiast ciast podano owoce. Najedli się także ci, którzy nie muszą być codziennie na diecie, a pojawili się w Cracovia Manor z czystą sympatią do któregoś z uczestników konkursu.

Ci, którzy się przejechali, od razu mogli zgubić kalorie w tańcu. Zabawa trwała do późnej nocy. W przerwach na parkiecie pojawili się tancerze z Joseph's Dance Studio: Karolina Solek i Sebastian Osiecki, Karolina Płaczek i Stanley Tokarz oraz Karolina Łokaj i Konrad Trojanowski. Pod nieobecność samego mistrza Józefa Pałki, który w tym czasie przebywał na mistrzostwach USA w tańcach towarzyskich, program taneczny prowadził Janusz Szlechta..

Piąta rocznica konkursu zastała cały ruch w rozkwicie. Na terenie metropolii działa w tej chwili kilkana-



Wspólne zdjęcie organizatorów i niektórych uczestników gali

ście grup, które spotykają się w różnych miejscach, w tym także w mieszkaniach prywatnych. Nie tylko dają szansę zdrowej rywalizacji o to, kto w ciągu 12 tygodni straci najwięcej na wadze, ale także dają wiedzę na temat zdrowego trybu życia.

Grupy konkursu "Schudnij zdrowo" są otwarte dla wszystkich i spotykają się także w naszej redakcji w Garfield, NJ (70 Outwater Lane, Suite 402, Garfield, NJ), w piątki o godz. 7:30 wieczorem. W czwartki działają aż dwie grupy w oddziale "Nowego Dziennika" w nowojorskiej dzielnicy Ridgewood, przy 65-02 Fresh Pond Road – o godz. 6:15 i 7:30 wieczorem. Jeśli te terminy komuś nie odpowiadają, to można np. uczestniczyć w grupach spotykających się w Pol-Travel Bureau we wtorki (114 Palisade Avenue, Garfield, NJ), w środy w Exit Real Estate na Greenpointcie, 121 Greenpoint Ave. (o godz. 7 wieczorem) czy w głównym biurze konkursu w Linden w poniedziałki. Zainteresowanych prosimy o kontakt pod numerami telefonów (212) 594-2266 w. 113 lub 120, albo (973) 727-4874.

DET



Wiesław Łabaj przekazuje doktorowi Januszowi Witkowskiemu (z lewej) portret Marka Hughesa, założyciela firmy Herbalife. Z prawej Zofia Strzałka, która stworzyła w swojej agencji w Garfield, NJ, grupę osób odchudzających się



Lidia Greszta z Chicago opowiadała o swojej drodze do utrzymania wspaniałej sylwetki i o tym, jakie efekty osiągnęła, zwiąawszy się z firmą Herbalife



"Grubasy" na scenie. Osoby, które zrzuciły najwięcej funtów, opowiadały o tym, jak to osiągnęły. Są wśród nich nasi redakcyjni koledzy: Tomasz Deptuła (trzeci od lewej) i Ilona Bruzda (pierwsza z prawej)