



## Kako sem znova začela teči – brez noge (1)

Piše: JOŽICA CAJNKO



# Pozdrav teku in športni nožni protezi

**T**ek. Mogoče za marsikoga nekaj povsem samoumevnega, vsakdanjega, navada ali nujno zlo. Menc osvobaja, me navdaja z upanjem, zanosom in ponosom. In vedno znova je zame preizkušnja. Kmalu me čaka ena najlepših, **dm tek za ženske**, ki mi je odprl vrata v nov svet.

Pred leti, pri svojih šestnajstih, sem namreč zaradi raka na kosti izgubila nogo. Bolezni je sledila amputacija podkolenskega dela noge, ob vsem tem pa sem imela na razpolago le dve možnosti: obupati ali vztrajati. Nisem obupala. Pa tudi lahko ni bilo. Vsak najosnovnejši premik je od mene zahteval sto odstotkov. Jaz sem jih vložila sto dvajset. Imela sem klasično podkolensko protezo, ta mi je omogočala osnovno gibanje, nobenih ekstremov. Zato si lahko samo predstavljate veselje, srečo, pravzaprav nepopisne občutke, ko sem leta 2011 iz URI Soča prejela telefonski klic, da bodo na **dm teku za ženske** zbirali donacije za nakup nove športne podkolenske proteze. Zame. Za Jožico Cajnko, ki je bila v osnovni šoli kar dobra v krosih, od šestnajstega leta pa ni več tekla.

Športno protezo je vsekakor veliko lažje teči, saj je lažja in ima drugačno, mehkejše vzmetenje. Zato lahko tečem na veliko daljše razdalje in sem pravzaprav lahko nemoteno aktivna vsakič, ko se mi zljubi! Ko imaš mo-

žnost, da se kadarkoli in kjerkoli lotiš športnih aktivnosti, se niti ne zavedaš, kaj ti pravzaprav pomeni šport. Ko pa si v situaciji, kot sem bila nekoč jaz, in se ti porodi želja po teku, rolanju ali daljšem sprehodu ter ugotoviš, da ne zmoreš in ne gre ... šele takrat se zaveš, kako pomemben je šport. In da grem sedaj lahko kadarkoli teč, rolat ali na sprehod, se mi zdi neprecenljivo.

Počutim se osvobojeno, kot sem se na svojem prvem **dm teku za ženske**, ko smo se v roza majicah podale čez ljubljanski Tivoli. Moj prvi **dm tek** je bil izjemen in nikoli ga ne bom pozabila. Letos me na 10. **dm teku za ženske** čaka nova preizkušnja. Se mi pridružite?

