

PISMO RUCHU TWÓRCZEGO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

FILANTROP

n a s z y c h c z a s ó w

Nr (261) 8 • Poznań • sierpień 2016 • Nr indeksu 327948 • ISSN 1231-8876



FOT. ARCHIWUM W.T.Z. „PROMYK”

Monika Pakuła i Michał Szymanowicz, uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Otuszu wykonują interesującą biżuterię. Więcej w publikacji "Spotkanie w "Promyku".

Str. 7

FINANSUJĄ



WOJEWODA WIELKOPOLSKI

Państwowy Fundusz

Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych



POWIAT
POZNAŃSKI

POZnań*

*Miasto know-how

PATRONUJĄ



W NUMERZE:

Miss Polski na Wózku 2016
str. 2 i 3

Taniec z ogniem
i muzyką str. 5

Trzeba
z tym żyć... str. 14 i 15

Porozmawiaj z logopedą
str. 22 i 23

Dla dzieci
z nowotworami str. 31

Mężczyźni
mojego życia str. 34

Piknik „Chojraków”
str. 42 i 43

Spotkanie kadry WTZ



FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK”

Uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie przy Stowarzyszeniu na rzecz Osób Niepełnosprawnych pod taką samą nazwą 30 czerwca zaprezentowali swoje talenty artystyczne i umiejętności kulinarne. Było to spotkanie przedstawicieli Rady i Zarządu Powiatu Poznańskiego z kierownikami WTZ. Takie spotkania odbywają się w powiecie poznańskim raz na kwartał, a ich celem jest wymiana doświadczeń oraz ocena realizacji standardów funkcjonowania WTZ.

W spotkaniu uczestniczył między innymi Zygmunt Jeżewski, członek Zarządu Powiatu, Elżbieta Tonder, Pełnomocnik Starosty Poznańskiego do spraw Osób Niepełnosprawnych i Elżbieta Bijaczewska, dyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Poznaniu.

Bogdan Maćkowiak, prezes

Stowarzyszenia, opowiedział jak powstawał WTZ w Konarzewie oraz jego filia w Otuszu. W tej placówce osoby z niepełnosprawnością są objęte kompleksowym wsparciem rehabilitacyjnym i terapeutycznym, doskonalą swoje zdolności twórcze i uczą się samodzielności.

Z. Jeżewski poinformował o zapisie dotyczącym dostępności wydarzeń do potrzeb osób z niepełnosprawnością, który będzie zawarty w umowie spisanej między Powiatem Poznańskim a organizacją pozarządową, realizującą zadanie publiczne wspierane finansowo przez ten samorząd. Oznacza to, że stowarzyszenie lub fundacja organizująca wydarzenie współfinansowane przez Powiat Poznański będzie miała obowiązek przeprowadzić je na terenie pozbawionym barier architektonicznych. *kk*

Liderzy 25-lecia

Do 16 sierpnia można zgłaszać organizacje pozarządowe, instytucje oraz osoby indywidualne, które w znaczący sposób przyczyniły się do rozwoju rehabilitacji zawodowej i społecznej osób z niepełnosprawnościami, do konkursu pod nazwą „Liderzy 25-lecia”. Konkurs organizuje Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Pełnomocnik Rządu do spraw Osób Niepełnosprawnych oraz prezes Zarządu PFRON.

Inicjatywa ma zasięg ogólnopolski. Jest związana z 25-leciem polskiego systemu rehabilitacji osób niepełnosprawnych. Kandydatów można zgłaszać w 5 kategoriach: dostępność (działania upowszechniające ideę projektowania uniwersalnego, dostępności architektonicznej i cyfrowej dla osób z niepełnosprawnościami), edukacja (inicjatywy promujące kształcenie dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością w szkołach integracyjnych oraz ogólnodostępnych), sport (przedsięwzięcia, które mają wpływ na popularyzację sportu osób z niepełnosprawnościami), pracodawca (kategoria dotyczy inicjatyw na rzecz zwiększania zatrudnienia osób z niepełnosprawnością i pracodawców, którzy je zatrudniają), kultura (wydarzenia kulturalne dla osób z niepełnosprawnościami lub promujące aktywny udział tej grupy społecznej w życiu kulturalnym). Jest również kategoria dodatkowa – „Złota dziesiątka liderów 25-lecia”, w której zostaną uhonorowane osoby, organizacje bądź instytucje cieszące się największym poparciem internautów.

Kandydatów mogą zgłaszać organizacje pozarządowe działające na rzecz osób z niepełnosprawnościami, media, osoby fizyczne, jednostki samorządu terytorialnego, instytucje kulturalne, placówki edukacyjne i badawcze, przedsiębiorstwa. W celu zgłoszenia należy wypełnić formularz dostępny na stronach: www.niepełnosprawni.gov.pl, www.pfron.org.pl. Wymagana jest zgoda kandydata na udział w konkursie i załączenie co najmniej trzech rekomendacji wystawionych przez organizację, instytucję albo placówkę. Zeskanowane rekomendacje należy wysłać mailem: redakcja@pfron.org.pl *kk*



Karolina Kasprzak
POZNAŃ

Kobieta z niepełnosprawnością narządu ruchu może być równie atrakcyjna jak pełnosprawna. Panie na wózkach lubią dbać o siebie, dobierać ubrania, testować kosmetyki. Bez obaw wychodzą na spotkania towarzyskie czy koncerty. Kobiety na wózkach coraz częściej są pokazywane w mediach jako aktywne, utalentowane i przedsiębiorcze. Takie są właśnie zwyciężczynie 4 edycji konkursu „Miss Polski na Wózku”.

Organizatorem przedsięwzięcia była Fundacja „Jedyna Taka” założona przez dwie kobiety z niepełnosprawnością. Współorganizatorami – Urząd Miasto Stołeczne Warszawa, Stołeczna Estrada i Bemowskie Centrum Kultury. Patronat honorowy objął Samorząd Województwa Mazowieckiego, Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych oraz Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. Partnerem konkursu była między innymi Akademia Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie.

Galę finałową zorganizowano 16 lipca w warszawskim Amfiteatrze Bemowo im. Michaela Jacksona przy ul. Raginisa 1. Kiedy finalistki konkursu podjechały pod scenę na motocyklach, okłaskom i okrzykom nie było końca. Pokazały, że nie ma rzeczy niemożliwych, a wózek nie musi oznaczać rezygnacji z życiowych celów.

„To prawdziwy cud” – tak o swoim zwycięstwie mówiła 26-letnia Adrianna Zawadzińska z Malborka, która zdobyła aż 4 tytuły – Miss Polski na Wózku 2016, Miss Foto 2016, Miss Publiczności 2016 i Miss Medycyny Estetycznej Prof-med 2016. Na wózku porusza się od paru miesięcy. Kiedy dowiedziała się, że zachorowała na rdzeniowy zanik mięśni, czas jakby się dla niej zatrzymał. Ale postanowiła walczyć. Uważa, że „człowiek powinien najpierw pokochać siebie, by innych móc tą miłością obdarowywać” (te słowa czytamy na stronie www.jedyna-taka.pl przyp.red.)

Tytuł I Wicemiss Polski na Wózku 2016 trafił do Patrycji Wójciak, II Wicemiss – do Anny Płoszyńskiej. Tytułem Miss Me-

GALA FINAŁOWA MISS POLSKI NA WÓZKU 2016

Cztery korony – prawdziwy cud!



Finalistki konkursu przyjechały na galę na motocyklach.



*Adrianna Zawadzińska
zdobyła aż 4 tytuły.*

diów Społecznościowych uhonorowano Agatę Cybuchowską, a tytułem Miss Popularności 2016 – Elżbietę Zarzecką. W pracach jury uczestniczył między innymi Robert Kwiatkowski, prezes Zarządu PFRON.

Znaczącym punktem sobotniej gali była informacja o konkursie Miss Świata na Wózku. Ze specjalnym przesłaniem do polskich finalistek konkursu, ukazanym na nagraniu wideo, wystąpiły zwyciężczynie ze Stanów Zjednoczonych i z Indii. Wieczór był pełen emocji. Po powrocie do domu zapewne niejedna finalistka długo nie mogła zmrużyć oczu.

Wydarzenie uświetnił zespół „Sound'n Grace” oraz zespół taneczny „Trans”. Laureatki prezentowały się w pięknych sukniach ślubnych i w ciekawych układach choreograficznych. Wydarzenie było w pełni dostosowane dla uczestników z niepełnosprawnościami – organizator zapewnił tłumaczenie w języku migowym, audiodeskrypcję i pętlę indukcyjną. Nie było też żadnych barier dla osób z dysfunkcjami narządu ruchu.



Zwyciężczynie przed kamerą.



Układy choreograficzne.



Makijaże i stylizacja.



Elżbieta Zarzecka – Miss Popularności 2016.

Muzyka leczy

Stowarzyszenie „Pomagam” w Kleszczewie 24 czerwca zorganizowało w sali miejscowego Ośrodka Kultury koncert „Z arią i piosenką przez świat” w wykonaniu artystów scen poznańskich: Karoliny Garlińskiej-Ferenc, Daniela Kustosika i Mirosława Niewiadomskiego oraz Emilii Zielińskiej z Teatru Muzycznego w Łodzi.



FOT. ARCHIWUM

Dla słuchaczy, zwłaszcza seniorów z gminy Kleszczewo, a także z gmin Kostrzyn i Kórnik, którzy szczerze wypełnili salę, było to wspaniałe i wyjątkowe wydarzenie. Cała widownia wspólnie z artystami zaśpiewała znane arie „Usta milczą” Franciszka Lehara i „Wielka sława to żart” Johanna Straussa, dając w ten sposób wyraz swojemu zauroczeniu muzyką operetkową, zwłaszcza w znakomitym wykonaniu przybyłych artystów. Zachwycające były również stroje śpiewaków.

Koncert był dofinansowany przez Powiat Poznański. Istotny był też wkład finansowy samych zainteresowanych. Warto zwrócić uwagę, że tego typu muzyczne wydarzenia mają ważne znaczenie dla rehabilitacji społecznej i psychofizycznej zwłaszcza ludzi starszych. Już w starożytności znano „muzyczną medycynę”, a grecki bóg Apollo był równocześnie bogiem muzyki i medycyny...

MIROSŁAWA RADZIMSKA

Choroba pomaga zrozumieć...

Właściciele dwóch firm – „Bilbo” i „Eko” z Janikowa koło Poznania zorganizowali 16 i 18 czerwca w tej miejscowości wydarzenie, którego celem była integracja wielkopolskich rodzin oraz pomoc podopiecznym „Drużyny Szpiku”. Pierwszego dnia dorośli oglądali mecz Polska – Niemcy, a po nim koncert Krzysztofa Antkowiaka, drugiego – dzieci bawiły się na festynie z okazji Dnia Dziecka.

– W codziennej gonitwie zostaje mało czasu dla rodziny. Dopiero choroba kogoś bliskiego pomaga zrozumieć, co jest najważniejsze. Ucieszyłem się, kiedy okazało się, że podczas organizowanego przez nas spotkania można pomóc „Drużynie Szpiku”. Grupa osób, którą poznałem, jest pełna pasji i zaangażowania. Będziemy wspierać i propagować cele tej organizacji. Dziękuję wolontariuszom, którzy pomagali przy organizacji festynu. Tacy pasjonaci zawsze mnie zawstydają i motywują do działania – powiedział Piotr Rożak, właściciel firmy „Bilbo”.

Przygotowano ciekawe atrakcje dla dzieci – występy artystyczne perkusistów oraz naukę gry na perkusji, tańce animacyjne, wielkie bańki mydlane, malowanie twarzy, przejażdżki kucykiem, pokazy straży pożarnej i motocyklistów. Była również zbiórka pieniędzy (datki do puszek za zdjęcia z fanami, sprzedaż fantów) dla „Drużyny Szpiku”.

– Żaden człowiek nie jest mi obojętny, bo każdego w jakiś sposób los doświadczył. Współpracując z „Drużyną Szpiku” możemy wspierać osoby nieuleczalnie chore, wnosząc w ich życie radość i nadzieję. Modlę się za nie, gdyż wierzę, że modlitwa sprawia cuda. Zachęcam każdego do wsparcia „Drużyny Szpiku”. Można pomóc także gestem, poświęcić choremu swój czas – mówił Krzysztof Antkowiak.

STANISŁAW FURMANIAK



Wolontariusze „Drużyny Szpiku” wraz z dziećmi.



Piotr Rożak z żoną Małgorzatą i synem Adamem.



Krzysztof Antkowiak z dziewczynką podczas występu.

FOT. (3X) EMILIA STASZKOW



Aurelia
Pawlak
POZNAŃ

Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy „Kamyk” Stowarzyszenia „Na Tak” w Poznaniu od 26 czerwca do 7 lipca przebywali na obozie rekreacyjno-rehabilitacyjnym nad jeziorem w Zaniemyślu w powiecie średzkim. Odpoczywali, słuchali muzyki, spacerowali. Chwilę wytchnienia mieli też ich rodzice oraz opiekunowie.

Podopieczni „Kamyka” – osoby z wieloraką niepełnosprawnością – niechętnie rozstają się z najbliższymi, ale tęsknotę za domem szybko zastępuje radość z atrakcji przygotowanych w ramach wypoczynku.

– Staramy się, aby wyjazd był jak najmniej uciążliwy, bo uczestnicy „Kamyka” są osobami z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu znacznym, z autyzmem, wadami genetycznymi i ze schorzeniami układu ruchu. To powoduje, że wakacyjny wyjazd od strony organizacyjnej jest dużym wysiłkiem. Do tego dochodzą wysokie koszty. Gdyby nie wsparcie darczyńców oraz opłaty rodziców, wyjazd byłby niemożliwy – powiedziała Monika Karwacka, kierownik ŚDS „Kamyk”.

Na takim wyjeździe każda osoba z niepełnosprawnością musi mieć opiekuna, który zajmuje się nią podczas pobytu – pomaga podczas posiłków, w toalecie oraz w innych codziennych czynnościach. Wakacyjne wyjazdy „Kamy-

Taniec z ogniem i muzyką



Uczestnicy „Kamyka” z opiekunami.

ka” wspierają też wolontariusze. Ich pomoc jest nieoceniona, bo pracy przy osobach z tak znacznymi ograniczeniami jest niemało.

– Obóz ma charakter rekreacyjny z elementami rehabili-

tacji. Przez cały czas pracowaliśmy nad komunikacją alternatywną (inaczej wspomagającą), gdyż większość naszych podopiecznych nie mówi. W celu usprawnienia porozumiewania się wykorzystywaliśmy gesty, symbole, obrazy. Były

zajęcia sportowe i usprawniające prowadzone przez rehabilitantów, spacer, wyprawa promem na wyspę Edwarda. Oglądano mecze turniejowe Euro 2016, a o świecie podziwiano taniec z ogniem przy muzyce – dodała Karwacka.



Podczas zajęć sportowych.



Ćwiczenia z rehabilitantem.

Na Żegrzu – dla seniorów

Konsultacje, badania, cykl wykładów dotyczących problemów ze wzrokiem, zajęcia muzyczne i inne ma w swojej ofercie „Klub Seniora na Żegrzu”. Projekt pod taką nazwą realizuje Fundacja Pomocy Ludziom „Jest nadzieja” działająca przy parafii pod wezwaniem Najświętszej Bogarodzicy Maryi w Poznaniu. Inicjatywa rozpoczęła się 1 lutego tego roku, zakończy 31 grudnia. Jest współfinansowana przez Miasto Poznań.

Zajęcia są adresowane do osób w wieku emerytalnym zamieszkujących na terenie Poznania. Ks. prał. dr Henryk Szymczak, proboszcz parafii i prezes Fundacji marzył o tym, aby zapewnić wsparcie najstarszym mieszkańcom miasta. Przy parafii funkcjonuje szkoła języków obcych, klub malucha. Najpierw była mowa o stworzeniu dziennego domu opieki, ale to wymaga dużych pieniędzy. W grudniu ubiegłego roku Fundacja złożyła do Urzędu Miasta ofertę na realizację zadania publicznego w obszarze „Działalność na rzecz osób starszych”.

– Nie ograniczamy swoich działań wyłącznie do mieszkańców osiedla Stare Żegrze – zapewnia Joanna Bednarczyk, kierownik klubu. – Na nasze zajęcia przyjeżdża między innymi małżeństwo z osiedla Śmiałego. O projekcie seniorzy dowiedzieli się z plakatów, ogłoszeń parafialnych, z infor-

macji umieszczonej na stronie internetowej.

Zainteresowanie jest duże. Przygotowano ciekawą ofertę zajęć. Pomysły zostały zaczerpnięte z rozmów z zaprzyjaźnionymi seniorami oraz wolontariuszami z Centrum Inicjatyw Senioralnych. Raz w tygodniu odbywa się gimnastyka prowadzona przez emerytowaną nauczycielkę wychowania fizycznego. Mieszkan-ka osiedla, która zajmuje się warsztatami dla dzieci, prowadzi zajęcia plastyczne. Z kolei zajęcia muzyczne organizuje artysta z zespołu „Affabre Concinui”.

– Jesteśmy w kontakcie ze strażą miejską, strażą pożarną oraz z ratownikami medycznymi – dodaje Bednarczyk. – Przedstawiciele tych jednostek prowadzą zajęcia związane z bezpieczeństwem. Dużo radości dają seniorom rozwiązywanie krzyżówek. Stałym punktem są wyjścia do kina i teatru. W czerwcu seniorzy wyjechali na wycieczkę do Kórnik, która została zorganizowana w ramach drugiego projektu Fundacji – „Aktywny senior”.

Klub jest czynny w poniedziałki i w piątki w godzinach 10.00 – 13.00. W sierpniu jest przerwa wakacyjna. Szczegółowe informacje u Joanny Bednarczyk, tel. 798-427-557, e-mail: joanna.jestnadzieja@gmail.com

AURELIA PAWLAK



Joanna Bednarczyk: Stałym punktem są wyjścia do kina i teatru.

Z INICJATYW WARSZTATU

Mikołaj wokalista

Warsztat Terapii Zajęciowej w Gnieźnie, organizator majowego IV Wojewódzkiego Festiwalu „Warsztat też zaśpiewa”, zaprosił do udziału utalentowane wokalnie osoby z niepełnosprawnościami z WTZ-tów w całej Wielkopolsce. W gronie 12 finalistów znalazł się Mikołaj Lambryczak, uczestnik WTZ „Promyk” w Konarzewie, mieszkaniec Zakrzewa w gminie Dopiewo.



FOT. ARCHIWUM WTZ „PROMYK”

Mikołaj w „Promyku” przygotowywał się do występu, ćwiczył dykcję, uczył się tekstu i interpretacji. Jest uczestnikiem licznych przeglądów piosenki. W listopadzie 2015 roku zdobył wyróżnienie w Powiatowym Przeglądzie Piosenki Osób Niepełnosprawnych „Złoty Słownik”. Niedawno brał udział w organizowanym przez Zespół Szkół Specjalnych nr 103 w Poznaniu turnieju piosenki „Pod pretekstem” w kawiarni pod tą samą nazwą, podczas którego brawurowo wykonał utwór Ryszarda Rynkowskiego „Wnieś serce nad zło”. Jest osobą utalentowaną muzycznie i wokalnie.

Zaproszono go na dwudniowe warsztaty wokalne dla finalistów gnieźnieńskiego festiwalu w Ośrodku Wypoczynkowym w Gołąbkach. Szkolenie prowadził będzie profesjonalista, aktor scen muzycznych. Młodzi śpiewacy skorzystają z okazji do wymiany doświadczeń i wzajemnego poznania się. Mikołaj przygotowuje się tu do występu w gali finałowej 24 sierpnia w Centrum Kultury „Scena to dziwna” w Gnieźnie. Wokalistom towarzyszył będzie zespół instrumentalny, chórki i piosenkarz Mieczysław Szczeciński.

MARZENA
GOLEŃ-NIEDZIELA

31 maja, w piękny słoneczny dzień, spędziliśmy wyjątkowy czas z naszymi drogimi mamami. Anna Dudziak przypominała, jak ważne jest, by w dorosłym życiu nie zapomnieć o słowach dla nich: Kocham Cię. Monika Andrzejewska wzruszająco wykonała piosenkę „Bez korzeni nie ma skrzydeł”. Towarzyszyli jej uczestnicy: Joanna Sapała, Mateusz Patała i Miłosz Maćkowiak.

W podziękowaniu za cierpliwość, trud, wielkie serce, jakie mamy wkładają w opiekę nad nami, pokazaliśmy przedstawienie przygotowane dla nich przez pracownię muzyczno-teatralną. Była to baśń „O słodkiej królownie i pięknym księciu”. Mówiła o trudnej sztuce prawdziwej miłości i między innymi o tym, że aby kochać innych, trzeba kochać siebie. Na scenie podziwialiśmy aktorów: Dariusz Skrzypczak, Marka Kołodziejczaka, Mariolę Kubiak, Marcina Pietrzaka, Darka Karpińskiego, Teresę Hoffę, Kamilę Gibkę, Teresę Głuchowską, Barbarę Hoffę,



10 maja 93 uczestników WTZ „Promyk” wyruszyło autobusem na czterodniowy odpoczynek w Ośrodku Wczasowym ALFA w Rewalu nad Bałtykiem.

Każdego dnia pobytu cieszyła nas słoneczna pogoda i liczne atrakcje: dalekie spacery plażą, promenadą, aleją róż i do Trzęsacza, gdzie przy ruinach średniowiecznej świątyni wykonaliśmy sobie pamiątkowe zdjęcie. Prezes „Promyka” Bogdan Maćkowiak zaprosił wszystkich do „Caffe Sorrento” na deser i gofry. Podczas jednego z wieczor-

TERAPII ZAJĘCIOWEJ „PROMYK” W KONARZEWIE I OTUSZU

Za trud i serce



Bogumiłę Leonarczyk, Maritę Napierałę. Przedstawienie zakończył Mikołaj Lambryczak wykonaniem „Niebieskiej piosenki”.

Przedstawienie było zwieńczeniem naszej kilkumiesięcznej pracy nad szyciem lalek, przygotowaniem kostiumów,

dekoracji, oprawy muzycznej. Praca aktorska z lalkami okazała się nie lada wyzwaniem. Tym większa była nasza radość, że daliśmy radę! Na zakończenie uczestnicy wręczyli mamom upominki wykonane w naszych pracowniach.

MAŁGORZATA PIETRUCHA

Byliśmy nad Bałtykiem



rów bawiliśmy przy dyskotekowej muzyce.

Byliśmy też w Western Parku w Zieleniewie, gdzie spędziliśmy niezapomniane chwile w Mini ZOO, jeżdżąc bryczką, konno, strzelając z łuku, uczestnicząc w

pokazie westernowych artystów, bawiąc się przy ognisku. Opalenia i pełni wspomnień wróciliśmy do naszych domów.

MARZENA
GOLEŃ-NIEDZIELA

Spotkanie w „Promyku”

11 czerwca w Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk” w Otuszu świętowaliśmy Dzień Dziecka.

Na spotkanie przybyli uczestnicy warsztatu wraz z rodzicami. Były gry i zabawy sportowe, można było własnoręcznie zrobić biżuterię, dać sobie pomalować twarz, „zlo-

wić” nagrodę. Dariusz Sokołowski wraz ze swoją rodziną przygotował dla nas potrawę. Zabawę umiliła muzyka, przy której tańczyliśmy przez cały czas. Towarzyszyła nam piękna, słoneczna pogoda.

MICHAŁ SZYMANOWICZ
UCZESTNIK W TZ „PROMYK”
W OTUSZU



FOT. ARCHIWUM W TZ „PROMYK”

FOT. (2X) ARCHIWUM W TZ „PROMYK”

FOT. (3X) ARCHIWUM W TZ „PROMYK”

Magia arteterapii

43 opiekunów i terapeutów pracujących z osobami z niepełnosprawnościami wzięło udział w ogólnopolskich warsztatach arteterapeutycznych, które w czerwcu i lipcu zorganizowała Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ w Koninie. Metodę biblioterapii przybliżyła Katarzyna Nowacka-Jakubowska, a choreoterapii – Agnieszka Kaczmarczyk. Prowadzące są trenerkami Polskiego Stowarzyszenia Pedagogów i Animatorów KLANZA Odział w Poznaniu.

– Biblioterapia i choreoterapia to metody arteterapeutyczne, dzięki którym ludzie z niepełnosprawnościami mogą się zmierzyć z własnymi możliwościami i ograniczeniami. Są nie tylko metodami pracy, ale również sposobem prowadzenia dialogu z grupą. W przypadku biblioterapii pretekstem do rozmowy jest książka, jej bohater albo ilustracja. W choreoterapii komunikujemy się ze sobą przy pomocy gestów, ruchu, tańca – wyjaśniła Nowacka-Jakubowska.

BIBLIOTERAPIA

To praca z tekstem przez tworzenie opowieści metodą story telling określaną jako sztuka używania opowieści do budowania więzi między ludźmi, między innymi z wykorzystaniem kart metaforycznych. Warsztaty pokazały uczestnikom jak atrakcyjnym narzędziem jest książka, której czytanie może być formą relaksu, zabawy, terapii.

– Przekonałam się, że dobre książki dla dzieci mogą być uniwersalne i mają magiczną moc terapeutyczną dla osób w każdym wieku. Dowiedziałam się, że książkę można czytać w sposób dynamiczny, co zachęca do działania. Każdego dnia dzieliliśmy się pomysłami, dyskutowaliśmy – powiedziała Ewa Ziemer, uczestniczka.

CHOREOTERAPIA

Jej zaletą, prócz magicznej mocy terapeutycznej, jest intymne spotkanie z samym sobą, z tym, co przyjemne,

co bolesne i skrywane. Terapia tańcem stwarza możliwość rozwoju, pomaga znaleźć mocne i słabe strony. Warsztaty arteterapeutyczne motywują terapeutów do dalszej pracy, do poszukiwania ciekawych form prowadzenia zajęć. W pracy z osobami z niepełnosprawnością szybko wyczerpują się pomysły na wspomaganie rozwoju podopiecznych, dlatego niezwykle ważne jest ciągłe poszerzanie wiedzy.

– Uczestnicy przyjeżdżają z potrzebą otrzymania wskazówek do pracy. Oczekują inspiracji. Warsztaty arteterapeutyczne są świetną okazją do tego. Bardzo cenna jest okazja wymiany doświadczeń zawodowych – dodaje Nowacka-Jakubowska.

W drugiej edycji projektu pod nazwą „Arteterapia droga do twórczej integracji” w 2016 roku zostanie przeszkolonych 206 terapeutów, opiekunów i wolontariuszy pracujących z osobami z niepełnosprawno-



ściami. Do tej pory zorganizowano warsztaty z dramy stosowanej, biblioterapii i choreoterapii. W kolejnych miesiącach odbędą się warsztaty z muzykoterapii oraz z plastykoterapii. Projekt jest współfinansowany ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych oraz z 1% podatku przekazanego Fundacji PODAJ DALEJ. Dodatkowe informacje na stronie www.podajdalej.org.pl

JOANNA SZYMCZAK



ALDONA WIŚNIEWSKA
POZNAŃ

Knowania nocy
Pokrzyżował brzask.
Pójdiesz lasem,
Potem zakręć...
Tam złote zboże
Wygrzewa się
W słońcu.
Świergot skowronków,
Niebotyczne granie,
Miękkim
Zakłamię południa
Przystanęło
Ponad nami.
Czy zerwiesz kwiat
Omdlały od upału,
Czy położysz się
Na ogrzanej ziemi,
Wszędzie sierpień
Sphywa kaskadami,
Bliżej i bliżej,
Ku lata końcu.
I tylko my
Przeżyjemy lato.
Zginą łany zbóż
I chabry, i maki.
Widocznie
To takie fatum.

Kwiatem na pustyni,
To ty
Splatające się dłonie,
To ty,
Ciepłym mlekiem
Pocałunku,
Trawą westchnień,
Mieczem kłóty,
Dniem
Bez wytchnienia,
To ty.
Ogniem dziwnym,
Który nie parzy,
To ty.



Monika
Janc
POŁAJEWO

Społeczeństwo często odsuwa się od ludzi z epilepsją i spycha ich na margines. Powodem jest brak wiedzy o tej chorobie, stereotypowe uprzedzenia, lęk przed napadami, niechęć do poznawania problemów chorych osób. Nierzadko już w domu rodzinnym dziecko z padaczką jest traktowane inaczej niż rodzeństwo. Czasem jest to nadopiekuńczość, a czasem dyskryminacja – gdy mały epileptyk staje się „piątym kołem u wozu”.

Bywa też, że rodzice nie dopuszczają do siebie myśli, że dziecko ma padaczkę. Dlatego grożą mu, oprócz napadów, problemy emocjonalne i intelektualne, zwłaszcza gdy matka lub ojciec mają zbyt duże wymagania i żądają „na siłę”, aby ich chore dziecko radziło sobie w szkole jak inne zdrowe dzieci. Nie zawsze się to udaje. Wygórowane wymagania często powodują u dziecka dodatkowy stres, wycofanie i gorsze wyniki w nauce. To od postawy rodziców będzie zależało, czy dziecko pokocha siebie, zdobędzie poczucie własnej wartości i przekonanie, że może w życiu wiele osiągnąć. Pięknie napisał o tym Janusz Korczak w książce „Prawdą życia” (str. 7): „W małym mieszkanku może panować zgoda, życzliwość, wesołość, w dużym może być surowość, niechęć i nuda”.

Gdy przychodzi na świat dziecko chore i niepełnosprawne, na rodziców spada rozwiązywanie nie znanych im dotąd problemów, zwłaszcza wspieranie takiego dziecka w jego rozwoju. Jeśli rodzic nie radzi sobie z nową sytuacją, może skorzystać z porady psychologa, psychiatry i różnych grup wsparcia. To nie wstyd i przyznanie się do nieudacznictwa, lecz przejaw dojrzałej postawy. Zamiast tego rodzice, niestety, często sięgają po alkohol, a nawet stosują przemoc psychiczną i fizyczną wobec swoich dzieci i siebie nawzajem. Właśnie postawa rodziców w ogromnym stopniu zdecydować, jak dziecko będzie w przyszłości postrzegało samego siebie i drugiego człowieka – z ufnością czy z lękiem.

Znam przypadki, w których dzieci zdrowe są już od najmłodszych lat „instruowane” przez rodziców, by nie bawiły się z niepełnosprawnymi koleżankami

Dla epileptyka – bezwarunkowy szacunek

mi czy kolegami, zwłaszcza z padaczką. Właczają w młodą świadomość krzywdzące stereotypy o tej chorobie. Większość dzieci z epilepsją może uczęszczać do zwyczajnych przedszkoli i szkół, które, niestety, często takich dzieci nie przyjmują. Powodem bywa obawa nauczycieli przed wystąpieniem ataku i narażeniem innych dzieci na udział w tym zdarzeniu. Wynika to z braku wiedzy, jak się zachować i co zrobić w trakcie napadu oraz z wygodnictwa. „Po co mam się dodatkowo stresować? Takie dziecko wymaga uwagi na każdym kroku, a w szkole są także inne dzieci” – taki tekst usłyszała matka epileptyczki, która chciała, by jej dziecko chodziło do zwyczajnej szkoły. Psycholog i pedagog z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej oraz lekarz neurolog wyrazili na to zgodę. Nie jest to osobobny przypadek. Wiele dzieci niepotrzebnie trafia do przedszkoli i szkół integracyjnych albo specjalnych.

Tragicznie wygląda sytuacja na wsi, skąd trzeba dowozić dziecko na terapię czasem po kilkadziesiąt kilometrów. W takich sytuacjach dzieci kierowane są do nauczania indywidualnego – na wsiach zdecydowanie częściej niż w miastach. Za mało jest poradni i neurologów – specjalistów od epilepsji, którzy zajęliby się kompleksową, wczesną diagnostyką i leczeniem. Zbyt długie są kolejki do specjalistycznych badań, wykonywanych ramach NFZ. Na wykonanie ich za odpłatnością wielu ludzi nie stać, więc pozostają nie zdiagnozowani, nie leczą się, stan ich zdrowia pogarsza się, zwiększa się ryzyko większych uszkodzeń mózgu. Podobnie wygląda sprawa z podjęciem terapii psychologicznej i pedagogicznej zarówno dla chorych na padaczkę i ich najbliższych.

Sytuacja młodzieży jest szczególnie trudna. Młodzi ludzie z padaczką w okresie dorastania są bardziej wrażliwi na kry-

tykę i odrzucenie, a ich zdrowi koledzy bywają wobec nich nierzadko okrutni. U mnie właśnie w tym okresie ostatecznie rozpoznano padaczkę. Pojawiły się najpierw ataki z krótkimi wyłączeniami, a później, wskutek dodatkowego urazu głowy, ciężkie i zagrażające życiu napady. Musiałam zrezygnować ze sportu, który bardzo lubiłam, z prawa jazdy, skuterka i wielu planów na przyszłość. Miałam jednak szczęście, bo ze strony najbliższych koleżanek, kolegów i znajomych nie usłyszałam przykrych słów o mojej chorobie. Gdy miałam ataki, zajmowali się mną i wspierali. Zawsze będę im za to wdzięczna.

Niestety, nie obeszło się w moim życiu bez przykrych incydentów. „Do szkoły ci się nie chce chodzić, więc kombinujesz z chorowaniem” – karcili nauczyciele. Na szczęście, gdy spotkałam się z nimi po latach i zobaczyli, że chodzę o kulach, noszę aparaty słuchowe, jestem słabowidząca i mam kilka innych defektów – przeprosili mnie. W mojej wiosce wielu ludzi nadal wypowiada się na temat mojej choroby tekstami nie nadającymi się do powtórzenia. Nie przejmuję się tym, nie zamierzam tracić energii na przeżywanie przykrości.

Nastolatki chorzy na padaczkę, z którymi się spotykam, skarżą się na podobne negatywne uwagi swoich szkolnych kolegów i sąsiadów z miejsca zamieszkania. Młodzi epileptycy nie mogą pić alkoholu, mieć prawa jazdy, skakać „na główkę” do wody, mają zawężone pole wyboru zawodu i wiele innych ograniczeń. Dla młodych ludzi są to wyznaczniki dorosłości, więc osoby ich pozbawione nie są pełnowartościowe w oczach oceniających. Koledzy i koleżanki znęcają się nad nimi psychicznie, a zdarza się, że i fizycznie. Takie młodzieżowe okrucieństwo sprawia, że dręczony epileptyk popada w stan depresji i wycofania z życia.

Trudna jest też sytuacja rodzinna i społeczna osób dorosłych chorujących na padaczkę. Złazszcza chorzy od dzieciństwa na epilepsję, która spowodowała duże organiczne uszkodzenia mózgu, mają w związku z tym deficyty intelektualne i problemy z emocjami. Dlatego często nie potrafią odnaleźć się w życiu społecznym, zawodowym i rodzinnym. Trudno im nawiązywać znajomości, zdobyć i utrzymać pracę, założyć rodzinę. Wstydzą się swojej choroby i często ją ukrywają. Czasem, aby udowodnić sobie i otoczeniu, że nie są chorzy, odstawiają leki, sięgają po alkohol albo podejmują inne ryzykowne zachowania. Kończy się to atakami i pogłębieniem choroby.

Dlatego trzeba bezwzględnie akceptować epileptyka jako człowieka zasługującego na bezwarunkowy szacunek. Otoczyć go odpowiednią opieką i wspierać w jego działaniach. Jest przecież wiele osób z epilepsją, dla których nawiązywanie kontaktów społecznych nie stanowi problemu – są pogodne, empatyczne, otwarte na ludzi i świat. Potrafią stawić czoła codziennym problemom i wyzwaniom. Kończą studia, zakładają swoje firmy albo pracują w innych zakładach pracy. Osiągają sukcesy w sporcie, muzyce, literaturze, plastyce, informatyce. Tworzą udane związki, wychowują dzieci. Wszystko zależy od wychowania w domu rodzinnym, postępowania nauczycieli, rodzaju padaczki, czasu jej wystąpienia, okolic mózgu, których dotyczy, skuteczności leczenia i osobowości chorego. Dajmy więc szansę epileptykom, postarajmy się wczuć w ich sytuację, wspierajmy ich w rodzinach, szkołach, zakładach pracy i wszędzie, gdziekolwiek ich spotkamy.

Materiały źródłowe:

<http://www.padaczka.net.pl/>

<http://www.prozdrowie.pl/Artykuly/Zdrowie-A-Z/Padaczka/Najslynniejsi-epileptycy>

Nowe przepisy

WSali Sesyjnej Urzędu Miasta Poznania przy Placu Kolegiackim 29 czerwca spotkali się pracodawcy osób z niepełnosprawnościami. Zmiany w ustawie o rehabilitacji i rozporządzenia wynikające z tych zmian, które obowiązują od 1 lipca, były tematem kolejnego szkolenia prowadzonego przez Monikę Misztal-Licińską, eksperta w dziedzinie pomocy publicznej udzielanej przedsiębiorcom zatrudniającym osoby z niepełnosprawnościami.

Bezpłatne seminarium szkoleniowe zorganizował Poznański Ruch Obywatelski. Michał Tomczak, członek Krajowej Rady Konsultacyjnej do spraw Osób Niepełnosprawnych udzielił uczestnikom informacji o sprawozdaniu finansowym do PFRON w związku z otrzymaniem dofinansowania do wynagrodzenia z tytułu zatrudniania osób z niepełnosprawnościami.

Zatrudnianie osób z ograniczeniami sprawności jest ponadto związane z korzyściami niematerialnymi, jak budowanie pozytywnego wizerunku firmy, wzrost poczucia własnej wartości pracownika, nauka współpracy w grupie. Wiąże się też, niestety, z formalnościami – sprawozdaniami, rozliczeniami. Wiedza na temat zmian w przepisach pozwala uniknąć kłopotów wynikających na przykład z nieprawidłowego wypełnienia dokumentów.

Misztal-Licińska mówiła o ulgach wynikających z zatrudniania (komu i jakie się należą) i o obowiązkach pracodawców. Zwróciła uwagę, że przy obniżeniu wpłat na PFRON jest brane pod uwagę zatrudnianie osób z konkretnymi schorzeniami. Jeżeli zatrudnimy osobę niewidomą posiadającą orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu znacz-

nym albo umiarkowanym (czyli wpisany w orzeczeniu symbol niepełnosprawności 04 O), mamy prawo do skorzystania z tego przywileju i taka osoba nie musi nam w tym celu przedstawiać dodatkowego zaświadczenia od lekarza o stanie zdrowia (takie zaświadczenie jest niezbędne tylko w przypadku pracownika z orzeczeniem o niepełnosprawności w stopniu lekkim z powodu choroby wzroku).

Zatrudnianie osób z niepełnosprawnościami PFRON solidnie wspiera i upowszechnia. Na swojej stronie internetowej instytucja podaje, że obejmuje dofinansowaniem blisko ćwierć miliona miejsc pracy osób z niepełnosprawnością. Z dofinansowania do wynagrodzeń z racji zatrudniania osób z niepełnosprawnościami korzysta około 25 tysięcy pracodawców. **kk**



Marek Kalbarczyk
WARSZAWA

Dzięki systematycznej współpracy z miesięcznikiem „Filantrop” zebrał się całkiem spory cykl artykułów o świecie ludzi niewidomych. To dla mnie ogromny zaszczyt. Do tej pory miałem okazję opowiadać o tym jedynie w piśmie całkowicie związanych z naszym środowiskiem. Teraz mogą o tym dowiedzieć się również czytelnicy „Filantropa”. To dla mnie ważne. Opowiadam to wszędzie, gdzie mam okazję wystąpić.

Zależy mi na tym, by ludzie widzący rozumieli naturę naszego inwalidztwa. Dlaczego? Oczywiście chcę, by poprzez to wyjaśnianie nam niewidomym było łatwiej, by żyło się nam wygodniej. Jest także dodatkowy powód. Uważam, że ludzie widzący w każdej możliwy sposób powinni poszerzać swoje doświadczenie. Czy muszą być zamknięci i sprowadzeni do wymiaru oglądanych obrazów? Czy to dobrze, gdy wszystkie, to znaczy niemal wszystkie, sprawy, problemy, pojęcia, poglądy, muszą być związane z dobrodziejstwami płynącymi z faktu widzenia? Uważam, że warto zamknąć oczy choć na chwilę i sprawdzić, jak to jest nie widzieć. Mało tego! Gdy spędzi się w ten sposób taką jedną chwilę, warto poświęcić temu więcej czasu i po prostu poćwiczyć. Może wyostrenie słuchu, węchu, smaku i dotyku przyda się w rozmaitych sytuacjach?

To jedynie pytanie retoryczne. Ja wiem, że naprawdę się przyda. Usprawnianie każdego zmysłu poprawia naszą egzystencję. Zamykamy oczy i z każdą sekundą słyszymy coraz więcej. Nie, nie słyszymy lepiej, ale lepiej słuchamy. Dociera do nas tyle samo dźwięków co wcześniej, ale są sprawniej odbierane i analizowane. Okazuje się, że zawsze słyszeliśmy odległe odgłosy naszego miasta czy wsi, szukanie psa w oddali, drobną zapowiedź nadciągającej burzy i cichy szum kół roweru. Kiedyś nie mieliśmy pojęcia, że ma to dla nas wielką wartość, a po ćwiczeniach fascynujemy się tym „nowym światem doznań” i już wiemy, ile jest wart. Każda infor-

Koncerty sołackie

Wsierpniu i wrześniu zawsze o godzinie 18 na tarasie hotelu restauracji Meridian's w Parku Sołackim odbędzie się cykl bezpłatnych koncertów: 15 sierpnia koncert Piotra Kuźniaka „Od Niemena do Santany”, 21 sierpnia – Rokietnickiej Orkiestry Dętej, 28 sierpnia – arii operowych i operetkowych w wykonaniu Izabelli Błasik, Anity Furgol-Kownackiej i Romualda Piechockiego, 4 września – zespołu „Classic Quartet”.

Przy okazji zaprezentują się uczniowie i absolwenci Gimnazjum nr 63 na Sołacz. **awa**

Joga w parku

Do 28 sierpnia, w każdą niedzielę w godzinach od 9 do 10.30, można bezpłatnie ćwiczyć jogę (wystarczy przynieść ze sobą matę) w Parku im. Adama Mickiewicza naprzeciwko Teatru Wielkiego w Poznaniu.

Zajęcia prowadzą instruktorzy ze szkół jogi. Ćwiczenia dotleniają, kują nerwy, wyciszają, rozciągają mięśnie i stawy. **awa**

Dzień dla organizacji

Oddział Koordynacji Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi Urzędu Miasta Poznania zaprasza organizacje społeczne do uczestnictwa w 6 już Poznańskim Dniu Organizacji Pozarządowych. Tegoroczna edycja wydarzenia jest zaplanowana na 24 września, tradycyjnie na Placu Wolności. Od 24 września do 1 października będzie trwał Poznański Tydzień Organizacji Pozarządowych.

Organizacje mogą się zgłaszać do 16 sierpnia. Na stronie www.poznan.pl/organizacje należy odszukać wydarzenie „VI Poznański Dzień Organizacji Pozarządowych”, wypełnić formularz zgłoszeniowy zawarty w załączniku, wydrukować, podpisać, zeskanować i wysłać drogą elektroniczną: ngo@um.poznan.pl albo pocztą tradycyjną na adres: Urząd Miasta Poznania, Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych, Oddział Koordynacji Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi, ul. 3 maja 46, 61-728 Poznań. Formularz można też dostarczyć oso-

biście pod wskazany adres (Wydział mieści się na III piętrze, w budynku jest winda).

Celem wydarzenia jest umożliwienie organizacjom pozarządowym działającym na rzecz różnych społeczności (w tym na rzecz osób z niepełnosprawnościami) prezentacji dorobku. Każda zgłoszona organizacja otrzyma miejsce w domku wystawienniczym, gdzie będzie można między innymi wyeksponować prace uczestników zajęć rehabilitacyjno-terapeutycznych. Ponadto będzie okazja do przedstawienia dokonania w ramach trzech stref tematycznych: dziecka, zdrowia lub bezpieczeństwa. Podczas Poznańskiego Tygodnia Organizacji Pozarządowych stowarzyszenia oraz fundacje zaproszą mieszkańców stolicy Wielkopolski do swoich siedzib i opowiedzą o tym, czym zajmują się na co dzień. Tegoroczny Poznański Dzień Organizacji Pozarządowych będzie przebiegał pod hasłem: „Rośniemy w siłę”. Dodatkowe informacje: (61)878-57-30. **kk**

Co lepsze – nie widzieć nic czy widzieć choć troszkę?

macja docierająca do naszych zmysłów, której nie zlekceważymy, może mieć dla nas i naszych bliskich istotne znaczenie. Trzeba przyznać, że zazwyczaj tego dobrodziejstwa się nie docenia.

Idąc tą drogą, w wielu miejscach otwarto specjalne restauracje, w których jest ciemno. Nie widać nic: goście nie widzą stolików, kelnerów, nakryć na stołach i dań. Kelnerzy radzą sobie na dwa sposoby. Niewidomi są do takiej sytuacji przyzwyczajeni i wykorzystują inne zmysły, by wykonać swoją pracę, a widzący kelnerzy, niedoświadczeni w niewiedzeniu, mogą korzystać z podcierwieni. Włączają noktowizor i widzą nawet w kompletnej ciemni. Po co powstają takie restauracje? Panuje przekonanie, że gdy się patrzy, zmysł smaku relacjonuje rejestrowane doznania smakowe inaczej. Zamykamy oczy i smak się zmienia – jakby się wyostrzał. Jest to subiektywny zmysł i efekty z niego wynikające zależą od wielu czynników, na przykład od otaczającej nas atmosfery, od naszego humoru, estetycznej jakości przygotowania potraw i całej oprawy. Zamykamy oczy i może się okazać, że to, co słone, jest jeszcze bardziej słone, słodkie – słodsze, gorzkie – bardziej gorzkie itd. Może się okazać, że zazwyczaj nie interesujemy się smakiem wcale i gdyby nie patrzeć na jedzenie, nie byłoby wiadomo, co nam podano. Zamykamy oczy i ze zdziwieniem przekonujemy się, że mamy ten zmysł i że bardzo nas to cieszy.

A słuch? Podobnie! Niewidomi nie mogą iść na strzelnicę i strzelać do tarczy. Widzący to lubią, a my? Jest na to sposób. Bierzymy do rąk pistolet lub strzelbę laserową, które nie wymagają żadnych nabojęw. Strzelają laserowym promieniem. Zakładamy słuchawki i słuchamy, gdzie trafiają. Tarcza nie musi być

ogładana, bo „dźwięcy” w słuchawkach. Gdy trafiamy w dziesiątkę, głośno buczy, a gdy chybiamy – piszczy. Ręka drży, toteż w słuchawkach toczy się jakaś kicia muzyka – to buczy, to piszczy, a zaraz udaje alt czy tenor. Wreszcie ręka przestaje się ruszać i naciskamy cyngiel. Uch, było tak dobrze, a wyszło okropnie. Naciśnięcie cyngla to kolejna przeszkoda na drodze do nagrody. Jego naciśnięcie zmienia nakierowanie lufy – kompletna kłapa. Uczymy się więc korelacji słuchu i mięśni rąk. I co się okazuje? Do wzięcia udziału w tej zabawie są długie kolejki (jak do sklepu z wędliną w latach 80.).

Nie ja pierwszy odkryłem ważność innych zmysłów niż wzrok. Agenci specjalni ćwiczą je do upadłego. Na początku ćwiczeń i oni „żyją” głównie wzrokiem. Z czasem wykształcają pozostałe zmysły do poziomu nieosiągalnego dla innych osób. W ramach przygotowania do niebezpiecznych misji wkraczają na przykład do kompletnej ciemni, by orientować się bez konieczności i możliwości patrzenia. I co ich tam czeka? Nie tylko co, ale i kto? Inny adept tej specjalności, który ma za zadanie być lepszy od konkurentów wśród swoich i od wrogów podczas akcji. Walczą, wzajemnie siebie nie widząc. W takich sytuacjach liczy się przede wszystkim słuch, ale i dotyk oraz węch. Nie widząc przeciwnika można go przecież usłyszeć lub wyczuć. Najłatwiej jest go usłyszeć, ale właśnie dlatego agenci nie dają innym na to szans. Są tak cicho, że nie można ich zlokalizować. Co pozostaje? Ciało przeciwnika generuje ciepło, a to można wyczuć. Przeciwnik oddycha i nawet gdy nie usłyszy się dźwięku wciąganego do płuc powietrza, można poczuć delikatny powiew na skórze twarzy lub przedramion.

Zdolności związane ze

wszystkimi zmysłami przydadzą się więc wszystkim. Z każdej najdrobniejszej umiejętności wynika jakaś korzyść. Stajemy się bardziej „człowiekiem” niż kiedykolwiek wcześniej. Bycie nim to przecież ogromny zbiór zarówno poważnych, jak i drobniańskich cech, zdolności, możliwości, z których wynika wszystko pozostałe – uprawiane przez nas zawody, poglądy i osiągnięcia. Można powiedzieć: więcej słyszymy i czujemy, to jest nas więcej w każdym sensie.

Tak samo z widzeniem. Im więcej widzimy, tym jesteśmy „więksi” – więcej potrafimy, rozumiemy, więcej dokonamy i wygramy. Powyższy rachunek nie jest jednak prosty. Można więcej widzieć i mniej potrafić. Liczy się bowiem suma możliwości. Jak więc jest zazwyczaj – co lepsze – nie widzieć nic, czy jednak choć troszkę widzieć? W teorii odpowiedź jest oczywista, ale w praktyce bywa różnie. Niewidomi z konieczności stawiają na inne zmysły, a niedowidzący często o tym zapominają. Niewidomi nieustannie postępują jak ludzie niewidzący, a niedowidzący starają się zachowywać jakby widzieli normalnie. Dzięki temu niewidomi usprawniają inne zmysły, a ci drudzy albo je zaniedbują, albo pozwalają im tkwić w miejscu. Wtedy lepiej jest nie widzieć, ponieważ suma możliwości niewidomych jest większa. Prawda, że to absurd? Niedowidzący zgrzywają bohaterów, udają, że widzą wszystko i wpadają w tarapaty. Uważa się, że właśnie oni są częściej ofiarami wypadków komunikacyjnych. Niewidomi są bardziej skoncentrowani i uważni. Słuchają, co się dzieje na ulicy, a gdy nie słyszą, czekają na pomoc. Niejeden niedowidzący nie chce przyznać się do słabego wzroku i udaje, że widzi, wkracza więc śmiało na jezdnię i!!! Niestety, kompleksy to groźna choroba. Trudno jej się

wyżyć. Niewidomi są do tego zmuszeni i choć trochę od siebie je oddalają. Niedowidzący ulegają pokusie i sądzą, że jakoś się uda. Nie usprawniają słuchu, bo pełnosprawni zazwyczaj też tego nie robią. Dotyk jest zupełnie zaniedbany, a smak i węch przecież w niczym nie pomogą. Obserwując ludzi widzących i chcąc zachowywać się jak oni. Wtedy dochodzi do wspomnianego absurdu – widzą, a radzą sobie gorzej!

Niewidomi nie tylko rozwijają możliwości innych zmysłów, ale chętniej wykorzystują urządzenia i metody niwelujące skutki inwalidztwa wzroku. Starają się o brajlowskie monitory, notatniki i drukarki, używają rozmaite urządzenia lektorskie, a tam, gdzie i one nie są w stanie pomóc, poszukują rozwiązań zastępczych. Najlepszym sposobem na zwalczanie utrudnień jest wiedza. Właśnie niewidomi więcej czytają i wiedzą. Częściej zapoznają się z instrukcjami obsługi i podręcznikami, by radzić sobie z urządzeniami, które dla każdego nie są łatwe. Niedowidzący, udając sprawnych, często tego nie robią.

Nie zawsze jednak jest absurdalnie. Gdy ktoś, kto słabo widzi, dba o swój rozwój i bezpieczne życie, wie, co należy robić. Wykorzystuje resztki wzroku, przechodzi stosowny kurs, który pomaga w nabywaniu rozmaitych umiejętności. Na dodatek nie zapomina o pozostałych zmysłach. Z takimi osobami niewidomi nie mogą rywalizować. Wtedy widać wyraźnie, że nawet najmniejszy stopień widzenia jest wielkim darem. Prawdy nie da się oszukać – w każdej pozytywnej dziedzinie panuje zasada: im mniej, tym trudniej i gorzej. Fakt, że w przypadku wielu osób nie dbających o swój rozwój tak nie jest, niczego nie zmieni.

Minęły czasy, kiedy ludzie zdobywali informacje wyłącznie z telewizji, radia, z książek i czasopism drukowanych. Teraz do dyspozycji mamy Internet, a w nim pokazną liczbę stron, które dostarczają wiedzy na każdy temat. Niestety, bardzo niewiele serwisów posiada dostosowania dla użytkowników z niepełnosprawnościami – niewidomych, słabowidzących, niesłyszących, ludzi z dysfunkcjami narządu ruchu i dla seniorów.

Wiele osób myśli o założeniu własnej strony internetowej, jednak nie ma pomysłu na tematykę takiej strony. Nie wie, w jaki sposób ją zaprojektować, aby spełniała wymóg dostępności. W majowym wydaniu „Filantropa Naszych Czasów” na stronie 2 i 3, w relacji z podsumowania konkursu „Strona internetowa bez barier”, wspominaliśmy właśnie o wymogu dostępności, który jest związany z tak zwanymi standardami WCAG 2.0, czyli z wytycznymi dotyczącymi ułatwień w dostępie do treści publikowanych w Internecie.

HTML, CSS (kody znaków służące między innymi do tworzenia szablonu strony) i tym podobne, na pozór skomplikowane nazwy powodują obawę i lęk przed podjęciem się tego zadania. Chociaż w wyszukiwarce można znaleźć co najmniej kilkanaście stron poświęconych projektowaniu serwisów, większość jest napisana nieczytelnym językiem. Wskazówki na nich zawarte są nieprzydatne, szczególnie osobom starszym i z niepełnosprawnościami, a przecież one również mogą nauczyć się samodzielnego zakładania strony. Na początku może to wydawać się trudne, ale Internet nie taki straszny.

Najpierw warto zastanowić się nad tematem strony. Możemy stworzyć stronę przedstawiającą nasze dokonania, na przykład w literaturze albo w sporcie lub poświęconą sprawie, którą szczególnie się interesujemy. Następnie można rozpisać na kartce nazwy podstron jakie chcielibyśmy umieścić na górze strony, czyli w tak zwanym menu górnym oraz to, co ma się znaleźć z boku albo na dole strony. Nikt nie ma obowiązku tworzenia strony dostępnej dla osób z niepełnosprawnościami, jednak przygotowanie jej z uwzględnieniem potrzeb tej grupy sprawi, że użytkownicy z dysfunkcjami

Stwórz stronę bez barier

będą stronę często odwiedzać, a może nawet polecać ją innym. Tworząc dostępną stronę pokazujemy całemu społeczeństwu, że można likwidować bariery.

O dostępności stron zaczęto więcej mówić dopiero od niedawna. Jest o niej mowa w różnych aktach prawnych odnoszących się do osób z niepełnosprawnościami, między innymi w Karcie Praw Osób Niepełnosprawnych. Dostępność (architektoniczna oraz informacyjna) bywa tematem rozmów środowisk zajmujących się wspieraniem ludzi z ograniczeniami sprawności. W dyskusjach zabierają głos sami zainteresowani, co daje szansę poznania ich potrzeb i oczekiwań. Nikt lepiej tego nie zrobi.

Przeglądając strony, na niektórych możemy zobaczyć znajdujące się u góry oznaczenia – A, A+ i A++. Klikając na nie możemy, w zależności od potrzeb, zmienić wielkość tekstu na stronie. Symbol A oznacza normalną wielkość tekstu, A+ – większą, zaś A++ – największą. Obok tych symboli, po prawej lub lewej stronie, znajdziemy zapewne ikonę służącą do zmiany kontrastu, a obok niej polecenie: „Zmień kontrast”. Kontrast zmienia się po kliknięciu na nią. Tło szablonu strony po zmianie kontrastu będzie czarne, a kolor czcionki tekstu żółty. Osoby niewidome i słabowidzące dobrze wiedzą, do czego służą te oznaczenia, bo bez nich trudno korzystać ze stron, gdy ma się kłopoty ze wzrokiem. Niewidomi nie będą w stanie odczytać treści znajdującej się na skanie dokumentu umieszczonym na stronie na przykład w pliku JPG lub PNG. Zamiast skanu można po prostu wpisać treść dokumentu na podstronie lub dokładnie opowiedzieć, co się na nim znajduje. Aby ułatwić tej grupie użytkowników korzystanie ze strony, nie powinniśmy również zamieszczać zdjęć, filmów lub innych materiałów wideo bez opisów.

Dla użytkowników niesłyszących ważne są tłumaczenia treści na język migowy. Na wdrożenie tego rozwiązania zdecydowały się niektóre instytucje publiczne – między innymi Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych i Powiatowy Urząd Pracy w Poznaniu. Wiąże się ono z nawiązaniem współpracy z tłumaczem języka migowego. Tłumaczenie na polski język migowy jest nagrane w formie filmu i umieszczane na stronie. Poznański PUP oferuje osobom niesłyszącym pomoc w postaci zapewnienia asystenta posługującego się językiem migowym. Potrzebę skorzystania ze wsparcia tłumacza języka migowego trzeba zgłosić w kancelarii Urzędu lub drogą elektroniczną z co najmniej trzydniowym wyprzedzeniem. Niewiele instytucji publicznych posiada taką usługę.

Z kolei dla daltonistów, czyli dla osób, które mają problemy z rozróżnianiem kolorów, nieczytelne będą komunikaty typu: „Więcej informacji w linku zaznaczonym na pomarańczowo”. Czytanie tekstu na stronie ułatwiają nagłówki, akapity, pogrubienia najważniejszych wyrazów lub zdań. Powinno się unikać trudnych pojęć, definicji, języka naukowego. Osoby z niepełnosprawnością intelektualną, ludzie starsi i z niższym wykształceniem potrzebują prostych komunikatów. Przy zakładaniu strony warto uwzględnić także użytkowników z ograniczeniami ruchowymi, którzy nie posługują się myszą i korzystają ze stron wyłącznie przy użyciu klawiatury.

Dostępna strona internetowa powinna być przygotowana na szablonie spełniającym wyżej wymienione standardy WCAG 2.0. Takie właśnie szablony (do pobrania za darmo po zalogowaniu się) oferuje Fundacja „Widzialni” z Częstochwy w ramach projektu pod nazwą „Polska Akademia Dostępności”. Pod adresem www.pad.widzialni.org w zakładce

„Wzorcownia – projekty stron dla administracji publicznej”, znajdującej się w panelu bocznym po lewej stronie, są dostępne gotowe szablony stron zarówno dla instytucji jak i dla osób prywatnych.

Do założenia strony internetowej potrzebna jest rejestracja domeny (czyli adresu strony) i usługi hostingowej (usługa ta jest niezbędna do prawidłowego działania strony i odpowiada za gromadzenie danych zawartych na stronie). Obie usługi są płatne, a ich koszt zależy od wyboru firmy, która je oferuje. Na rynku mamy dość duży wybór dostawców domen i hostingu, jak nazwa.pl, home.pl oraz wiele innych. Kiedy zarejestrujemy obie usługi, trzeba przypisać usługę hostingową do wybranej domeny. W home.pl (po zalogowaniu się pod adresem www.panel.home.pl i kliknięciu na wybraną domenę) pojawia się polecenie „Konfiguracja usługi”, które umożliwi przypisanie usługi do domeny. Po wykonaniu tej czynności możemy przejść za pomocą kliknięcia do usługi hostingowej zawierającej specjalne narzędzie o nazwie „Autoinstalator”. Za pomocą tego narzędzia możemy zainstalować tak zwanego „Wordpressa”, czyli aplikację służącą do pracy nad stroną internetową. Wystarczy wgrać na „Wordpressa” pobrany wcześniej szablon strony i można pracować nad jej treścią. Dokładną prezentację czynności związanych z zakładaniem strony znajdziemy we wspomnianej zakładce „Wzorcownia” na stronie www.pad.widzialni.org w umieszczonych tam filmach instruktażowych.

Przygotowywanie dostępnej strony może być ciekawym elementem rehabilitacji w ramach zajęć komputerowych w warsztatach terapii zajęciowej. Terapeuta może zaangażować osobę z niepełnosprawnością w jej tworzenie, na przykład przez zachętę do napisania tekstu o sobie.

KAROLINA KASPRZAK



Grzegorz
Kozłowski
WARSZAWA

Tacy ludzie są na świecie...

Gdy kilka tygodni temu trafił do mnie e-mail z redakcji „Filantropa” – nim go otworzyłem pomyślałem, że to kolejna w ostatnich miesiącach próba o napisanie kilku słów o osobach głuchoniewidomych, ich funkcjonowaniu, problemach z jakimi się borykają, ale i o potrzebach oraz możliwościach.

No bo „Filantrop” często gości na swoich łamach osoby głuchoniewidome – za co zresztą jesteśmy ogromnie wdzięczni, bo mało kto o nas wie, mało kto o nas słyszał, mało kto nas zauważa na ulicy, w sklepie, urzędzie, kinie, teatrze czy kościele... Jest nas mało, jesteśmy rozproszeni, nasza niepełnosprawność jest z rodzaju tych niewidocznych.

Ilekoć spotykam się z kimś po raz pierwszy i przyznaję się do tego, że jestem głuchoniewidomy, albo i nie przyznaję się, ale mówię o takich osobach, nierzadko pada pytanie: To tacy ludzie są na świecie? Naprawdę?! A gdy zaraz potwierdzę z całą powagą i pełnym przekonaniem – wygłaszane jest stwierdzenie: To musi być straszne nieszczęście, no bo samo niewidzenie albo samo niesłyszenie to dramat, a co dopiero, gdy te dwa uszkodzenia spotykają się w człowieku razem... Nie zaprzeczę, nie jest łatwo być osobą głuchoniewidomą, bo trudno o dostęp do informacji, trudno się komunikować czy przemieszczać, ale też, jeśli zostaną spełnione pewne warunki, gdy istnieje i skutecznie działa organizacja wyspecjalizowana we wspieraniu takich osób jak Towarzystwo Pomocy Głuchoniewidomym – nie musi być to takie straszne i mam nadzieję, że publikacje, które pojawiły się na łamach „Filantropa”, o tym przekonują.

No więc po usłyszeniu nagłówka wspomnianego e-maila – czytanego przez mój ulubiony, zresztą jedyny zrozumiały dla mnie syntezator mowy komputerowej Syntalk – w głowie zakotłowało się. Błyskawicznie cofnąłem się pamięcią szukając tematu, o którym jeszcze w „Filantropie” w kontekście głuchosłepoty nie było. I ogarnął mnie lekki niepokój, bo tak na prędce nie miałem pomysłu, o

czym by tu napisać, a wiedziałem, że trudno mi będzie odmówić... No, ale cóż, stuknąłem „enter” i odsłuchałem całego e-maila. No i ten początkowy „lekki niepokój” przekształcił się w niemalże przerażenie – redaktor proponował nie jeden artykuł, a regularną obecność na łamach czasopisma... Pierwszy odruch – to myśl o grzecznym podziękowaniu, bo ani czasu, ani pomysłów nie będzie, aby robić to dobrze, a robienie czegoś „byle jak” nigdy mi nie odpowiadało.

Ale od czego jest dialog z innymi ludźmi? Z jednej strony e-mailowy z „Filantropem”, z drugiej, w realu, z Moniką, osobą, z którą blisko współpracuję. Zaczęły się różne inspiracje. Swoje trzy grosze do podjęcia decyzji dołożył cytat, jaki otrzymałem subskrybując przez internet „Dawkę motywacji” – krótkie, jednozdaniowe cytaty z wypowiedzi różnych nieprzeciętnych ludzi, które motywują do działania. Kilka dni temu dostałem na swoją skrynkę pocztową taki oto cytat: Zawsze, kiedy Cię pytają, czy potrafisz coś zrobić, powiedz im „Oczywiście, że potrafię!” – i zajmij się zdobywaniem informacji, jak to zrobić (Theodore Roosevelt, prezydent USA 1901-1909, laureat Nagrody Nobla).

Ta ogólna zasada od dawna towarzyszy mi w życiu, choć może nigdy nie była w ten konkretny sposób sformułowana, ale też podobne pytania stawiałem sobie sam, gdy na drodze pojawiały się różne, przewidziane lub nieprzewidziane trudności czy okoliczności – przeważnie wyzwanie podejmowałem i przeważnie, choć nie zawsze, przynosiło to dobre owoce. Dlatego podejście Theodora Roosevelta jest mi bliskie, a to, że zostało mi „podrzuczone” właśnie w momencie rozważania propozycji złożonej przez redaktora „Filantropa” – no cóż, odczytałem to po prostu jako znak, że mam się tego wyznania podjąć.

No, a skoro propozycję współpracy z „Filantropem” zdecydowałem się przyjąć – przyszła kolej na zastanowie-

nie się, na analizę własnych, życiowych doświadczeń, obserwacji i refleksji, na których warto skupić uwagę czytelników, bo może dzięki temu skorzystamy na tym wszyscy – zarówno ci z nas, którzy dotknięci są jakąś niepełnosprawnością, jak i ci, którzy niepełnosprawności nie doświadczają. Korzyścią w mojej ocenie będzie choćby to, że lepiej się poznamy i zrozumiemy, a to zaowocuje lepszymi wzajemnymi relacjami. Nie zakładam oczywiście, że moje spojrzenie na to, o czym będę pisał musi każdemu odpowiadać, musi być zgodne z innym spojrzeniem. Mamy różną wrażliwość, różny багаż doświadczeń, różną perspektywę patrzenia na rzeczy, ludzi i zjawiska, i to jest normalne, wręcz oczywiste.

Nie oczekując więc zgodności w poszczególnych kwestiach, które poruszę, postanowiłem zająć się tematyką szczególnie mi bliską – szeroko i różnorodnie rozumianej przestrzeni, w której przychodzi nam wszystkim żyć, uczyć się, pracować, zaspokajać potrzeby w sferze kultury, duchowości i w każdej innej. I nie mam tu na myśli wyłącznie przestrzeni w sensie, że tak powiem geometrycznym (trójwymiarowym), w której jako poszczególni ludzie jesteśmy „zanurzeni”, ale przestrzeń determinowaną przez więcej wymiarów – myślę na przykład o wymiarze naszej komunikacji, relacji emocjonalnych i innych; myślę również o przestrzeni wirtualnej – internetowej. Chciałbym, abyśmy tę wielowymiarową rzeczywistość, która nas otacza, traktowali jako Wspólną Przestrzeń, którą wszyscy kształtujemy i za którą powinniśmy czuć się odpowiedzialni. Dla podkreślenia rangi tego określenia zwrot „Wspólna Przestrzeń” będę konsekwentnie pisał z wielkich liter.

Z perspektywy osoby takiej jak ja, która ledwo co widzi jednym okiem, a usłyszy i zrozumie rozmówcę tylko wtedy, gdy on parokrotnie głośno powtórzy swoje słowa przykładając wargi do jej ucha, kluczowe

znaczenia ma to, jakie metody i środki zostaną zastosowane, aby mogło dojść do skutecznej wymiany informacji (w obie strony) czy bezpiecznego przemieszczania się w przestrzeni. W przypadku wymiany informacji konieczne jest zastosowanie sprzętu wspomagającego słyszenie, a w niektórych sytuacjach niezbędne jest stosowanie specjalnych, dotykowych metod komunikowania się. Z kolei w przypadku przemieszczania się w przestrzeni, oprócz zastosowania sprzętu wspomagającego, kapitalne znaczenie ma to, jak owa przestrzeń jest zorganizowana i zaaranżowana – a więc to, na ile jest dostępna dla kogoś takiego, kto niewiele widzi i niewiele słyszy.

Ale to nie wszystko – nie wystarczy sprzęt wspomagający komunikowanie się oraz przemieszczanie się, nie wystarczy poziom zrehabilitowania oraz umiejętności u osoby z bardzo ograniczonymi możliwościami percepcji otaczającej rzeczywistości, nie wystarczy fizyczna dostępność przestrzeni. Niesłuchanie ważna jest wiedza, świadomość i postawa ludzi z najbliższego, ale i z tego dalszego otoczenia – rodziny, sąsiadów, koleżeństwa, urzędników, ekspedientów, lekarzy, księży i tak dalej. Niesłuchanie ważne jest też to, jakie usługi wspierające są oferowane takiej osobie przez państwo czy społeczność lokalną.

Tak więc moje myśli, a co za tym idzie – teksty – będą krążyły wokół zagadnień wiążących się z dostępnością przestrzeni dla ludzi z niesprawnością sensoryczną, to jest z uszkodzeniem wzroku, słuchu lub obu tych zmysłów równocześnie. I to nie tylko dlatego, że z racji mojej niepełnosprawności jest to temat najbliższy i będę mógł odwołać się do moich osobistych doświadczeń, lecz również dlatego, że wiedza na temat potrzeb i możliwości osób z niesprawnościami sensorycznymi jest w Polsce mało znana.

To one uczą mnie pokory

Z HONORATĄ KNAST, nauczycielką biologii w Gimnazjum w Miłostawiu, rozmawia SYLWIA KOŚMIDER.



FOT. ARCHIWUM

– Czy utrzymuje Pani kontakty z osobami z niepełnosprawnościami?

– Oczywiście, z racji wykonywanego zawodu. Obecnie wśród moich uczniów nie ma osób z niepełnosprawnością ruchową. Są natomiast dzieci z zespołem Aspergera, autyzmem, fenyloketonurią, z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim oraz z ADHD. Każde z nich jest inne, ma własną, odrębną osobowość często determinowaną przez chorobę. Jak każda osoba określana mianem „zdrowa”, mówią swoje lepsze i gorsze dni.

– Trudno zrozumieć osoby z niepełnosprawnościami?

– Bardzo trudno. Jeśli na co dzień nie ma się z nimi kontaktu, to nie będziemy mieli pojęcia, z jakimi problemami się spotykają. To trochę tak, jak z wychowywaniem niepełnosprawnych dzieci. Dopóki nie ma się swoich, to łatwo innym dawać rady.

– Czy niepełnosprawność bądź choroba określa nasze życie? Przesądza o nim?

– Jeśli chodzi o osoby z zaburzeniami ze strony układu nerwowego, to tak. Nie można od nich oczekiwać czegoś, co pozostaje poza ich możliwościami. Nie wyobrażam sobie, aby nakazać dziecku z ADHD grzecznie siedzieć przez całą lekcję. To dla niego niewykonalne. W późniejszym życiu też tak będzie. Czy taka osoba odnajdzie się na stanowisku na przykład bibliotekarza? Na pewno nie. Osobom z

niepełnosprawnościami ruchowymi lub innymi można wiele pomóc w pokonywaniu barier dzięki m.in. udogodnieniom technicznym.

– Niepełnosprawność jest usprawiedliwieniem, by nie robić nic ze swoim życiem?

– To, czy bierzemy swoje życie we własne ręce, zależy tylko i wyłącznie od nas samych. Choroba lub niepełnosprawność może nas w pewnych zadaniach jedynie ograniczać. Ale to nie znaczy, że nie mamy możliwości wyboru odpowiednich dla nas aktywności.

– Jakie bariery utrudniają życie osobom z niepełnosprawnościami należy likwidować w pierwszej kolejności?

– Te, które są przekleństwem dla osób na wózkach. Wciąż nie mogą dostać się do urzędów, sklepów, mieszkań. Brakuje podjazdów, wind, obniżonych krawężników, sklepów i urzędów bez schodów. W większych miastach jest już nieco lepiej. Ale w małych – czasem wręcz dramat.

– Czy zatrudnianie osób z niepełnosprawnościami nie jest Pani zdaniem fikcją?

– Bywa. Mam sąsiadkę, która ze względu na problemy z kręgosłupem nie jest w stanie pracować w wyuczonym zawodzie. Ma natomiast świetne zdolności manualne, ale dzisiaj rękodzieło przegrywa z masową marketową produkcją. Jej rękodzieła cieszą tylko rodzinę i najbliższych przyjaciół. Ale słyszałam ostatnio o utworzeniu restauracji, w której pracują osoby z autyzmem i zespołem Aspergera. Z ich relacji wynikało, że są z tego powodu szczęśliwe. Nie chodziło tylko o wynagrodzenie, ale także o kontakty z ludźmi. O to, że mogą się do nich uśmiechnąć, porozmawiać. Wynika z tego, że możliwości pracy dla osób z ograniczeniami sprawności trzeba i można stwarzać. To obowiązek całego społeczeństwa

– Osoby z niepełnosprawno-

ściami mają sobie odmawiać prawa do szczęścia? Nie wchodzić w związki z osobami zdrowymi?

– Prawa do szczęścia nie można odmówić żadnemu człowiekowi. Jeśli tylko obie strony są uczuciowo zaangażowane, to ich związek jest jak najbardziej pożądany.

– Czy system edukacji w Polsce jest dostosowany do potrzeb tej grupy?

– Jak każdy system – można go udoskonalać. Z moich prywatnych obserwacji wynika, że stoi on na dość dobrym poziomie. Patrząc na to z perspektywy osoby mieszkającej w średniej wielkości mieście, gdzie szkolnictwo specjalne jest dość szeroko rozbudowane. Są tu szkoły z klasami integracyjnymi, w których nauczycieli przedmiotów wspiera nauczyciel wspomagający.

– Młodzież jest tolerancyjna wobec osób z niepełnosprawnościami?

– Jeśli młodzi ludzie w swoim otoczeniu spotykają na co dzień takie osoby, to są bardzo tolerancyjni, potrafią zaakceptować odmiennosć i pomóc w trudnych sytuacjach. Konieczna jest więc integracja, współistnienie osób z ograniczeniami i sprawnych.

– Czy osoba chora bądź niepełnosprawna ma prawo do decyzji o zakończeniu własnego życia?

– To zbyt złożone zagadnienie. Także z powodów religijnych. Nie będę się wypowiadać w imieniu innych. Natomiast jeśli mnie spotkałby taki los, że nie mogłabym samodzielnie oddychać, jeść, poruszać się, mówić ani myśleć, to chciałabym, aby odłączono mnie od aparatury podtrzymującej życie.

– Trudne jest nauczanie dzieci o dysfunkcjach?

– To one uczą mnie cierpliwości, pokory, zrozumienia i innego spojrzenia na otaczający mnie świat. I za to jestem im wdzięczna.

Tekst, który tu publikujemy, autorka Joanna Cichocka nadesłała konkurs literacki dla osób niepełnosprawnych „Moje losy”, zorganizowany w roku 2006 przez redakcję „Filantropa Naszych Czasów” i Wielkopolski Związek Inwalidów Narządu Ruchu. Pracę tę drukujemy teraz, po dziesięciu latach, z satysfakcją, ponieważ zawiera ona wartości, które nie przemijają. Jest to wzruszający i urzekający waleorem stylu, wstrząsający momentami zapis przeżyć matki i żony, dotkniętej niepełnosprawnością. Mamy nadzieję, że w kolejnych wydaniach „Filantropa” autorka opowie o swoich aktualnych problemach i dalszej walce o miejsce w życiu społecznym.

*

Jestem niepełnosprawna od kilku lat, ale moja niepełnosprawność nie rzuca się w oczy. Poza kilkoma miesiącami, kiedy musiałam nosić gorset ortopedyczny i wyglądałam w nim na tyle interesująco, że sąsiedzi wypadali z okien, kiedy przechodziłam ulicą (mieszkam w małym, wielkopolskim miasteczku), a na twarzach pacjentów najróżniejszych przychodni specjalistycznych, po których musiałam wędrować, pojawiała się na mój widok czysta radość, że ktoś ma gorzej od nich – w zasadzie nie wyróżniałam się z tłumu.

Jednak moja niepełnosprawność ciągle mi towarzyszy.

Rano i wieczorem muszę brać sporą garść leków, których ilość szokuje ludzi zdrowych. Dlatego nauczyłam się, że nie trzymam słoiczek i fiolek na widoku, wszystko skrzętnie chowam do szafek, żeby na resztę dnia dać zapomnieć sobie i rodzinie o ich istnieniu. I tak za bardzo dają się we znaki, gdy muszę płać za nie w aptece. Nie przepadam za celebrowaniem choroby, obnoszeniem się z nieszczęściem. Jest jak jest i trzeba z tym żyć najlepiej, jak się da. Przez pewien czas mój starszy syn pytał na przykład, co to jest ten toczek, o którym zaczęłam nagle dużo mówić. Po tym pytaniu, zła na siebie, postanowiłam, że moje dziecko, póki się da, nie będzie słyszało o chorobach. Muszę tylko obmyślić sobie odpowiedź, gdy zapyta, dlaczego parkuję na miejscu dla niepełnosprawnych.

Trzeba z tym żyć...⁽¹⁾

Często bolą mnie stawy i kręgosłup, a wieczorem jestem tak zmęczona, że zasypiam przy usypianiu dzieci.

Poza tym prześladowa mnie poczucie inności. Przez ciążyące mi doświadczenia czuję się o wiele starsza od moich rówieśników.

Moja niepełnosprawność ma tyle samo lat, co mój młodszy syn – dwa dni po porodzie wyładowałam z powrotem w szpitalu. A po sześciu tygodniach leżenia dowiedziałam się, jak nazywa się moja choroba. Wychożąc ze szpitala, prawie łysa, bo moje włosy zbuntowały się i gdzieś sobie wyszły, poczułam, że moje życie bardzo się zmieni.

Nie wiem, dlaczego lekarze tak bardzo nie lubią informować pacjentów o tym, co ich może spotkać i czego mają się wystrzegać. Moi ograniczyli się do wypisania wstrząsającej dla mnie wtedy ilości kolorowych pigułek i surowego zakazu dowiadывania się, co to za dziwo ten toczeń. Kiedy więc wyszłam ze szpitala, całe dnie cieszyłam się towarzystwem dzieci (sześć tygodni bez nowo narodzonego dziecka i ukochanego trzylatka to doznanie, które potrafi zdłowiąć), a nocami szukałam w Internecie. To, co znalazłam, nie bardzo mi się spodobalo.

Ale znalazłam w sieci forum, a tam inne osoby chore na „moją” chorobę, której nazwa przed diagnozą zupełnie nie była mi znana. Po wymianie kilku postów poczułam się normalniej, zaczęłam łapać nowy rytm życia.

Cóż, kiedy pojawiły się kiepskie wyniki badań i znów musiałam udać się na leczenie. Tym razem spędziłam miesiąc na nefrologii. Mąż musiał zająć się dziećmi, skutkiem czego stracił pracę.

Po wyjściu ze szpitala dostawałam nowe leki i w ciągu trzech dni zmieniłam się tak, że nie mogłam uwierzyć w to, co widziałam w lustrze. Wiem, że trudno w to uwierzyć, ale naprawdę są takie leki. Działają przeciwpalnie, ale mają niesamowite skutki uboczne. Przede

wszystkim roznosi człowieka tak, że serce chce wyskoczyć z piersi. Jest się podenerwowanym i spoconym, a policzki są wiecznie czerwone. Poza tym, po trzech dniach brania dużych dawek, dostałam nagle tak puculołowych policzków, jak księżyc w pełni, a pod nosem rzucił mi się wąsik. Dostałam nagle wilczego apetytu i zaczęłam tyć, ale „rosłam” głównie na brzuchu. Mówiąc brutalnie, w miesiąc przybyło mi coś na kształt pięciomiesięcznej ciąży.

Ale za to zaczęły odrastać włosy.

Postanowiłam walczyć nie tylko o moje zdrowie, ale i wygląd, dla własnego dobrego samopoczucia, ale i komfortu psychicznego męża, który patrzył na to, co się ze mną dzieje, z przerażeniem i niedowierzaniem. Kupiłam nowe, większe ciuchy, odrastające włosy przystrzygłam „na zapałkę” i starałam się trzymać z daleka od lodówki. No i musiałam nieco stwardnieć i okrzepnąć psychicznie, żeby reagować ze spokojem na chamskie zaczepki co niektórych sąsiadów:

– Jak ty wyglądasz, w życiu bym cię nie poznał.

Albo:

– Nieźle sobie pani utyla, szczególnie na buzi i brzuszku!

I to mówi kobieta, z której można by wykroić dwie takie jak ja.

Mąż znalazł nową pracę, ja czułam się dobrze. Czas płynął, zajmowałam się chłopcami i regularnie odwiedzałam specjalistów czterech różnych dziedzin medycyny. Poczulałam na własnej skórze, że lekarzom ciężko się ze sobą dogadać. Nieomal regułą jest krytykowanie zaleceń innego specjalisty i wydziewanie na pacjenta, że te zalecenia stosuje:

– Dlaczego pani bierze taką dawkę leku co drugi dzień, zamiast codziennie? – pyta się jeden taki, na co ja mu odpowiadam, że to pani doktor X tak mi lek zapisała.

– Ale to może być dla pani

niebezpieczne, powinna je pani brać codziennie – teraz już krzyczy.

Ja robię głupią minę, bo co mam powiedzieć? To nie ja kończyłam medycynę. Lekarz, patrząc na mnie z niechęcią, cedzi:

– Musi pani być mądra i wybierać: czy słucha pani doktor X, czy mnie, bo to jest pani życie, a na tę chorobę można umrzeć.

Oto argument koronny, zwalający z nóg.

No i wybieram, ale nie zawsze dobrze.

Postanowiłam poszukać pracy. Ponieważ miałam orzeczenie o niepełnosprawności, pisałam tę informację jak ostatni naiwniak we wszystkich CV, a już szczególnie wysyłając je do urzędów administracji państwowej.

– Tam na pewno nie będą mieli nic przeciwko zatrudnieniu niepełnosprawnych, a na pewno będę mogła korzystać z ustawowych przywilejów, jak dodatkowa gymnastyka czy siedmiogodzinny dzień pracy. Ale będzie życie! – myślałam.

Cóż, kiedy na moje oferty pies z kulawą nogą nie odpowiadał. Poszłam kiedyś na spotkanie z potencjalnymi pracodawcami osób niepełnosprawnych w Urzędzie Miasta przy Placu Kolegiackim w Poznaniu. Elegancja – Francja, pluszowe dywany, idę, widzę dziewczynę na wózku, idę dalej, jest sala, jest stoliczek z ofertami, przeglądam je – a tu same propozycje dla sprzątarek i pracowników gospodarczych. No – i jedna praca biurowa: dla księgowej. Mam wykształcenie prawnicze i politologiczne, więc zmykam stąd czym prędzej.

Potem w telewizji słyszę ubolewania jednego z organizatorów, że zgłaszają się tylko osoby z zasadniczym wykształceniem. Po co mają zgłaszać się ludzie lepiej wykształceni, skoro nie ma dla nich ofert?

Od dwóch lat jestem zare-

jestrowana w Powiatowym Urzędzie Pracy w Poznaniu. W tym czasie dano mi znać o dwóch ofertach, ale jedna okazała się pomyłką (inne stanowisko, niż mi powiedziano w PUP i inne wymagane wykształcenie), a druga była nieaktualna (po upływie terminu przyjmowania ofert). Za to prawie zawsze mogę tam liczyć na gigantyczne kolejki i psioczących petentów. Przy każdej wizycie zastanawiam się, po co mi to.

No dobrze, raz udało mi się zdobyć stamtąd pieniądze na kurs dla specjalistów do spraw kadr. Ale nie było łatwo! Wymagano ode mnie pisma od jakiegoś pracodawcy, że po tym kursie na pewno mnie zatrudni. Jaka jest realna szansa, że pracodawca takie zaświadczenie wystawi osobie, której nie zna, która nie ma jeszcze wymaganych przez niego kompetencji, a dopiero chce je zdobyć? Żadna, drodzy państwo. Przepis wymagający „uprawdopodobnienia zatrudnienia” jest kłódą na drodze do przekwalifikowania się osób niepełnosprawnych.

Ja sobie takie zaświadczenie w końcu „załatwiłam” od kolegi prowadzącego działalność gospodarczą, który był potem nekany przez urzędników PUP telefonami, czy na pewno mnie zatrudnił, skoro kurs już ukończyłam. Straszono mnie przy okazji, że będę musiała zwrócić wyłożone przez urząd pieniądze, mimo że na kursie nie opuściłam ani jednego zajęcia i ukończyłam go z oceną celującą.

Na własny koszt poszłam również na studia podyplomowe z zakresu BHP. Nie jest to może fascynująca dziedzina, ale chciałam zdobyć nowy zawód, zwiększający szanse na rynku pracy.

W końcu przestałam pisać w CV o niepełnosprawności i jakiś czas później pojawiło się zaproszenie na rozmowę. Rozmowa się udała, pojawiła się szansa na pracę w administracji Uniwersytetu im. A. Mickiewicza w Poznaniu.

cdn.

JOANNA CICHOCKA

Znalazła w sobie siłę



Od lewej: Anna Chojnacka, autorka książki, Danuta Ławniczak z Wielkopolskiego Oddziału PTSR i Zofia Schroten-Czerniejewicz, założycielka Stowarzyszenia Scena Polska w Holandii.

„Kilimandżaro jako lek” – taki tytuł nosi książka Anny Chojnackiej, osoby chorej na stwardnienie rozsiane (SM), mieszkającej od 10 roku życia w Holandii. Publikacja została wydana w języku niderlandzkim (na razie jest jeszcze niedostępna w języku polskim). Swoje doświadczenia związane z walką z SM autorka przybliżyła na spotkaniu 30 czerwca w poznańskiej kawiarence „Cafe Misja” przy ul. Gołębiej.

Spotkanie zorganizował Wielkopolski Oddział Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Roz-

sianego w ramach projektu pod nazwą „Ruch i woda”, dofinansowanego przez Miasto Poznań. Współorganizatorem była „Cafe Misja” oraz Stowarzyszenie Scena Polska w Holandii. Przyszły osoby chore ze swoimi asystentami i przyjaciółmi. Możliwość poznania kobiety, która nie poddaje się chorobie i stara się pokonywać własne ograniczenia, była dla społeczności „esemowców” ważnym momentem.

– Moja choroba zaczęła się od kłopotów ze wzrokiem. Kiedy dowiedziałam się, że to stwardnienie rozsiane, miecz Damoklesa zawisł nad moją głową –

wspominała autorka. – Miałam wiele marzeń i planów na życie. Kolejna wizyta u lekarza nastąpiła dopiero po 6 tygodniach – taki wyznaczono mi termin. Razem z bliskimi skrupulatnie wertowałam książki i przeglądałam Internet. Medyk był zdumiony, że od chwili diagnozy tyle przeczytałam na temat SM. Nie mogłam siedzieć beczynnie. Musiałam dowiedzieć się jak najwięcej o tej chorobie.

Wzięła udział w wydarzeniu pod nazwą „TEDx”, czyli konferencji, podczas której znani ludzie dzielą się doświadczeniami ze swojego życia. Tam poznała Wima Hofa (człowieka lodu) prowadzącego treningi za pomocą kąpieli w lodowatej wodzie lub chodzenia boso po śniegu przy bardzo niskiej temperaturze. W ten sposób Hof uczył przejmować kontrolę nad układem sercowo-naczyniowym i nerwowym. Zdecydowała się na uczestnictwo w takim treningu – weszła na Śnieżkę (najwyższy szczyt Karkonoszy) w krótkich spodenkach. W ubiegłym roku – na Kilimandżaro (najwyższą górę Afryki).

– Gdy zachorowałam, towarzyszył mi strach, ale był to strach, którego nie wybrałam. Inaczej było w przypadku wyprawy na Kilimandżaro. To był świadomy strach. Szło tam 25 osób, w tym mój 65-let-



ni teść chory na serce. Idąc na tak wielką górę nie należy patrzeć w dół, a jedynie pod własne nogi. Bliscy mówili mi: po co tam idziesz, masz trójkę dzieci, jeszcze coś się tobie stanie. Ale ja nie zamierzałam rezygnować – mówiła.

Anna znalazła w sobie siłę. Postanowiła pokazać innym chorym, że nieuleczalne schorzenie nie oznacza bierności. Chociaż każda choroba w mniejszym lub większym stopniu ogranicza naszą aktywność, warto stawiać sobie cele i wyzwania. To pomaga w zmaganiu się z tym, co najtrudniejsze.

KAROLINA KASPRZAK

Dzielni i niezależni

Powiat Poznański wspiera finansowo realizację zadania publicznego pod nazwą „Tu warto żyć – powiat poznański aktywny i dostępny”. Projekt ten realizuje Wielkopolski Portal Informacyjny Osób Niepełnosprawnych PION prowadzony przez Stowarzyszenie „Na Tak”.

W ramach projektu 5 lipca zorganizowano w Poznańskim Centrum Wspierania Organizacji Pozarządowych i Wolontariatu – Centrum Bukowska spotkanie z Krzysztofem Sternem, prezesem Stowarzyszenia „Jedna chwila”.

Stern od momentu wypadku samochodowego porusza się na wózku inwalidzkim. Założył stowarzyszenie, żeby poma-

gać innym osobom z niepełnosprawnością. Jedną z inicjatyw organizacji jest doroczny festiwal „Jedna chwila” w Murowanej Goślinie, z którego relację prezentowaliśmy w majowym wydaniu „Filantropa” na str.24 i 25.

W rozmowie z uczestnikami spotkania zwrócił między innymi uwagę, że media przedstawiają ludzi z niepełnosprawnościami w niewłaściwy sposób – jako zależnych od innych, wymagających wyłączenia współczucia i litości. Stern uważa, że zbyt rzadko pokazuje się osiągnięcia osób z niepełnosprawnościami. Spotkanie z prezesem „Jednej chwili” było cennym doświadczeniem dla słuchaczy. **kk**

Forum autyzmu

Fundacja na rzecz Pomocy Dzieciom Niepełnosprawnym „Nowa nadzieja” w Kaliszu zaprasza do uczestnictwa w V Forum Autyzmu. Forum będzie zorganizowane 24 września w Collegium da Vinci przy ul. Kutrzeby 10 w Poznaniu (budynek Wyższej Szkoły Nauk Humanistycznych i Dziennikarstwa). Koszt udziału wynosi 120 złotych od osoby. Rodzice podopiecznych Fundacji „Nowa nadzieja” mogą uczestniczyć bezpłatnie.

Temat tegorocznego forum brzmi: „Edukacja włączająca dzieci z całościowymi zaburzeniami rozwoju”. Będzie mowa między innymi o badaniu funkcji poznawczych u dzieci ze spektrum autyzmu, wspomaganie ich rozwoju, regułach komu-

nikacji włączającej, funkcjonowaniu dziecka z autyzmem w szkole ogólnodostępnej. Przewidziane są warsztaty na temat wspierania rozwoju ruchowego dzieci z całościowymi zaburzeniami rozwoju, zaburzeń mikroflory jelitowej i diety eliminacyjnej u osób z autyzmem. Szczegółowy program wydarzenia jest dostępny na stronie www.nowanadzieja.com.pl. Osoby zainteresowane udziałem proszone są o wypełnienie karty zgłoszenia znajdującej się na podstronie „Oferta”/„Szkolenia” i przesłanie mejlem na adres: fundacja@nowanadzieja.com.pl. Wpłaty należy dokonać przelewem na podany na karcie zgłoszenia numer konta do 16 września. Kontakt: (62) 741 45 58, 693 887 884. **kk**

Rowery, które leczą

18 lipca w Ośrodku Rehabilitacji Dzieci „Zabajka 2” w Złotowie Fundacja „Eco Textil” Dzieciom Niepełnosprawnym od Was dla Was” przekazała cztery trójkołowe rowery rehabilitacyjne – trzy Stowarzyszeniu Zastępczego Rodzicielstwa Oddział w Złotowie, jeden otrzymało niepełnosprawne rodzeństwo Wanessa i Alan Bąkowscy z Lipki. Podopieczni Stowarzyszenia będą mogli na co dzień korzystać z pojazdów, aktywnie spędzając czas i poprawiając swój stan zdrowia.

– Fundacja rozpoczęła działalność w lutym 2012 roku i działa na terenie całej Polski. Celem jest niesienie pomocy dzieciom i młodzieży z różnymi niepełnosprawnościami oraz ich rodzinom i opiekunom. Konto Fundacji zasilane jest pieniędzmi uzyskanymi z przetworzonej odzieży używanej, którą oddaje się do specjalnych pojemników. Wrzucając niepotrzebną odzież do pojemników z logo „Eco Textil”, pomagamy innym. Część



FOT. ARCHIWUM STOWARZYSZENIA

zysków z pozyskanych tekstyliów firma „Wtórpol” przesyła na konto swojej Fundacji. Dzięki temu miałam przyjemność przekazać 4 roweryki złotowskiemu Stowarzyszeniu. Zastosowanie trzech kół zapewnia równowagę, polepsza stabilizację kręgosłupa, likwiduje lekkie przykurcze mięśni, wzmacnia je, pomaga niwelować

schorzenia narządu ruchu. Przeznaczone są m.in. dla dzieci ze stwardnieniem rozsianym, po udarach, ze schorzeniami reumatycznymi, porażeniami mózgowymi – powiedziała Karolina Mitoraj, przedstawicielka Fundacji.

– Rowery będą wypożyczane rodzinom (członkom Stowarzy-

szenia), które mają pod opieką niepełnosprawne dzieci. Są dużym wsparciem dla naszych podopiecznych, za co dziękuję jako matka niepełnosprawnego rodzeństwa i przewodnicząca Stowarzyszenia – powiedziała Karolina Bąkowska.

Jak ważną rolę spełnia Stowarzyszenie oraz jak istotne jest każde wsparcie, mówiła Ewa Borowska, która prowadzi zawodową rodzinę zastępczą, opiekującą się czworgiem dzieci:

– Z chwilą założenia Stowarzyszenia my jako członkowie staliśmy się silniejsi. Grupa daje moc. Każdy z nas może zadzwonić do drugiej osoby, spotkać się, porozmawiać o trudnych sprawach. W swojej rodzinie mam dzieci z różnymi dysfunkcjami. Rowerek będzie dla czterolatniego Marcela i pomoże w jego rozwoju ruchowym. Marcel ma w swoim małym ciałku dużo do naprawienia, m.in. przykurcze mięśni, który powoli eliminujemy. Rowerek ma w tym pomóc.

STANISŁAW FURMANIAK

Od 30 czerwca do 2 lipca na Torze Poznań organizowano Gran Turismo Polonia 2016 – jedno z największych wydarzeń motoryzacyjnych w Europie. Jego celem była prezentacja szybkich, eleganckich i nowoczesnych samochodów z całego świata. W tym roku organizatorzy zaprosili do współpracy Fundację im. Anny Wierskiej „Dar szpiku”. Czworkę małych podopiecznych „Drużyny Szpiku” przewieziono tymi samochodami po torze. Dzieci nie kryły radości.

– Cieszymy się, że „Drużyna Szpiku” wzięła udział w naszej inicjatywie. Czerwone koszulki były wszędzie widoczne. Przygotowujemy się do odwiedzin innych podopiecznych Fundacji. Dzięki współpracy z firmą „Playmobile” przekazemy im niespodzianki – powiedziała Aleksandra Dworska, współorganizator Gran Turismo Expo (wydarzenia towarzyszącego wyżej wymienionemu Gran Turismo Polonia 2016).

Jedną z pasażerek była Olga Szmydke, która wygrała walkę z glejakiem mózgu czwartego stopnia:

W szybkim aucie jak w niebie

– Dla mnie ta przejażdżka była spełnieniem marzeń. Widziałam auta, o których wcześniej nie miałam pojęcia. Do tego dźwięk rozgrzanych silników! Każdy z nas miał zarezerwowaną jedną przejażdżkę po torze. Kiedy wsiadłam do Lamborghini, czułam się jak w siódmym niebie. Jechałam aż 250 km na godzinę. To i tak mało, bo moja siostra, która także wzięła udział w przejażdżce, jechała 350 km na godzinę – opowiadała podekscytowana.

Sercem każdej edycji Gran Turismo Polonia jest park maszyn, gdzie są eksponowane samochody uczestników. Lamborghini, Ferrari, McLaren, Porsche – te między innymi marki samochodów można było obejrzeć podczas wydarzenia. Przygotowano



Olga Szmydke po zakończeniu przejażdżki.

FOT. PIOTR PRZYBYLSKI

również wielki piknik z licznymi atrakcjami dla miłośników motoryzacji. Były koncerty, pokazy sztuki walki, wystąpienia znanych osób jak Magdalena Gessler prowadząca program telewizyjny „Kuchenne rewolucje” i Mirosław Łabunowicz, tegoroczny mistrz świata w kulturystyce.

– W specjalnym czerwonym namiocie dyżurowali wolontariusze „Drużyny Szpiku”. Udzielali informacji dotyczących dawstwa szpiku. Prowadzili też „Szpikową grę miejską”, w której każdy otrzymał nagrodę. Przygotowywano laurki dla dzieci przebywających na szpitalnym oddziale onkologicznym – podsumował Marcin Hażyński nadzorujący zajęcia przy stoisku „Drużyny Szpiku”.

STANISŁAW FURMANIAK

Nie widzieć i nie słyszeć

Od 27 czerwca do 4 lipca Otrwał Międzynarodowy Tydzień Wiedzy o Osobach Głuchoniewidomych. Towarzystwo Pomocy Głuchoniewidomym (TPG), jedyna organizacja pozarządowa w Polsce wspierająca osoby z równoczesnym uszkodzeniem wzroku i słuchu, upowszechniała informacje o głuchosłepocie. Można było dowiedzieć się, co znaczy nie widzieć i nie słyszeć. Świadomość społeczeństwa w tym temacie jest zaskakująco niska, co podkreślaliśmy kilkakrotnie w artykułach publikowanych na łamach „Filantropa Naszych Czasów”.

Głuchoniewidomi mają utrudniony dostęp do informacji, edukacji, pracy, aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym. Są grupą szczególnie narażoną na brak zrozumienia i dyskryminację. Sytuacja ludzi z tego rodzaju niepełnosprawnością w innych krajach wygląda lepiej. TPG

na łamach swojego kwartalnika „Dłonie i Słowo” informuje, że: „W Wielkiej Brytanii jest kilkanaście organizacji działających na rzecz osób głuchoniewidomych. (...) Głuchosłepota jest uznana za odrębną, specyficzną niepełnosprawność. (...) Państwo gwarantuje, przez odpowiednie przepisy, usługi mieszkaniowe w postaci różnego typu wsparcia: od pomocy w miejscu zamieszkania przez mieszkania wspomagane (treningowe i docelowe) po „domki grupowe””. (Źródło: „Dłonie i Słowo” nr 3 2011, str.20).

W Polsce nie są zaspokojone potrzeby seniorów głuchoniewidomych. Starzenie się jeszcze głębiej spycha w nurt społecznego nieistnienia. Trafiają najczęściej do domów pomocy społecznej, w których tylko nieliczny odsetek personelu potrafi porozumiewać się w języku migowym bądź korzystać z innych form alternatywnej komunikacji. *kk*

Dla ofiar przemocy

Agencja badawcza PBS Aspółka z o.o. na zlecenie Rzecznika Praw Obywatelskich realizuje badanie dotyczące przemocy wobec ludzi z niepełnosprawnościami, osób powyżej 60 roku życia, grup mniejszościowych, etnicznych, narodowościowych i innych. To pierwsze tego rodzaju badanie w Polsce. Jego celem jest wypracowanie sposobów przeciwdziałania przemocy oraz umiejętności reagowania na nią.

Badanie pod nazwą „Przemoc motywowana uprzedzeniami w stosunku do wybranych grup społecznych” jest anonimowe i adresowane do

mieszkańców Warszawy. W badaniu mogą wziąć udział osoby, które w ciągu ostatnich 5 lat doznały przemocy, groźb albo zniszczenia mienia. Polega ono na udzieleniu odpowiedzi na pytania zadawane podczas około 30 minutowej rozmowy.

Przedstawiciele Agencji spotkają się z osobami, które doznały przemocy, w dogodnym dla tych osób miejscu i czasie. Zgromadzone dane, jak informują organizatorzy, będą zebrane w postaci zbiorczych opracowań statystycznych i wykorzystane wyłącznie do celów Biura RPO. Więcej informacji: 696 471 227, milena.konon@pbs.pl *kk*

Dla seniorów

Wiele lokali proponuje specjalne zniżki dla seniorów. 15-procentowy rabat na cały asortyment oferuje im kawiarnia-galeria „Kamea” przy ulicy Wronieckiej 12 w Poznaniu. *awa*

Na Półwyspie Rybackim w Złotowie Stowarzyszenie Zastępczego Rodzicielstwa, w ramach Euro Eco Festival 2016, zorganizowało 26 czerwca festyn rodzinny pod hasłem „Dzień dla rodziny”.

– Rodzina uczy miłości, cierpliwości, odpowiedzialności za innych. Jako rodziny zastępcze opiekujemy się dziećmi porzuconymi, skrzywdzonymi i w wielu wypadkach niepełnosprawnymi. Niejeden z nas ma również pod opieką niepełnosprawnego rodziców. Dlatego z myślą o naszych najmłodszych i seniorach przygotowaliśmy program festynu, włączając podopiecznych Dziennego Domu Opieki „Senior-Wigor” w Złotowie. Propagujemy w społeczności lokalnej ideę pieczy zastępczej – powiedziała Karolina Bą-



Kombinezon starości uszyty przez Dzienny Dom Opieki „Senior-Wigor”.

FOT. ANNA DOROŻKO



Pokazy karate.

FOT. ANNA DOROŻKO

Na co dzień wolontariusze „Drużyny Szpiku” pomagają innym – chorym dzieciom i ich rodzicom. Organizują w ciągu roku dziesiątki akcji, koncertów, spotkań edukacyjnych, pomagają w zbiórce krwi, a przede wszystkim zachęcają ludzi do rejestrowania się w bazie potencjalnych dawców szpiku.

Ale jest taki jedyny dzień w roku dla wszystkich wolontariuszy Drużyny z różnych zakątków kraju, w którym cieszą się oni wspólnie spędzonym czasem przy ognisku, rozmowie, zabawie. Jest to ich coroczne święto zawsze w ostatnią niedzielę czerwca, czyli „Szpiknik” nad poznańską Małą.

Pojawiły się także osoby, które zostały dawcami szpiku, jak i te, które wygrały z chorobą.

– „Szpiknik” to dla mnie moment oddechu w otoczeniu ludzi, którzy z całego serca życzą sobie wzajem tego, co najlepsze. Jest to też czas refleksji nad faktem, że w naszym gro-

nie brakuje paru osób, z którymi jeszcze w zeszłym roku rozmawialiśmy. Nie znalazł się dla nich odpowiedni dawca szpiku. To mobilizuje nas do szerzenia idei dawstwa szpiku. Może dzięki temu na kolejnym spotkaniu będzie nas jeszcze więcej i nikogo już nie zabraknie – powiedziała Karolina Mielęcka, która wygrała z zianicą złośliwą w czwartym stadium choroby.

„Drużyna Szpiku” ma też swoich ambasadorów, którzy wspierają jej działania. Jednym z nich jest Tomasz Schmidt, stylistka fryzur, prowadzący program „Ostre cięcie”, współwłaściciel Akademii Fryzjerskiej Wierzbicki & Schmidt, który wraz z Andrzejem Wierzbickim (współwłaścicielem Akademii) oraz współpracownikami przekazał na rzecz „Drużyny Szpiku” ponad 14 tysięcy złotych. Dzięki temu Drużyna może pomagać swoim podopiecznym.

– Być ambasadorem „Drużyny Szpiku” to nie tylko za-

Zasługują na rodzinny dom



Paweł Mosiołek, wokalista (w środku) w towarzystwie fanów i mieszkańców Żłotowa.

kowska, przewodnicząca Stowarzyszenia Zastępczego Rodzicielstwa Oddział w Żłotowie.

Podczas festynu były gry i zabawy, foto-budka, czerwony kapturek, konie, kajaki, konkurencje sportowe dla dzieci, pokazy chemika, karate i mody.

Przymierzano kombinezon starości uszyty przez Dzienny Dom Opieki „Senior-Wigor”, dzięki któremu zwłaszcza młodzi ludzie mogli poczuć, jak czują się seniorzy, gdy niedowidzą i niedosłyszą, a ich ruchy są ograniczone z powodu choroby i sta-

rości. Kombinezon służy nauce wrażliwości i wyrozumiałości dla ludzi starszych.

Wykład „NIE nowotworom u dzieci. Rodzicu, dostrzeż objawy”, w ramach ogólnopolskiego projektu prowadzonego przez Fundację Ronalda McDonalda,

wyłosiła onkolog Monika Barłkowska. Mówiła o profilaktyce i wczesnych objawach nowotworów u dzieci. Broszury na ten temat dla rodziców pomógł organizatorom udostępnić wokalista Paweł Mosiołek, który podczas festynu wystąpił z charytatywnym koncertem.

– Chętnie biorę udział w takich inicjatywach, bo nie ma nic cenniejszego jak uśmiech dzieci. Wykonałem kilka autorskich piosenek, a „Nie dla czasu” zaśpiewałem razem z publicznością. Tematem festynu było również zastępcze rodzicielstwo. Rodziny wybierają do adopcji zazwyczaj dzieci zdrowe i ładne. Pamiętajmy, że chore i niepełnosprawne też zasługują na miłość, radość, rodzinny dom i kochających rodziców – powiedział Paweł Mosiołek.

Festyn „Dzień dla rodziny” objęli honorowym patronatem Rzecznik Praw Dziecka Marek Michałak, Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej Elżbieta Rafalska i burmistrz Żłotowa Adam Pulit.

Badania profilaktyczne dzieci w Żłotowie można wesprzeć darowiznami na konto Stowarzyszenia Zastępczego Rodzicielstwa Oddział w Żłotowie SBL w Zakrzewie 95 8944 0003 0003 7136 2000 0010 z dopiskiem „Badania profilaktyczne dzieci”.

STANISŁAW FURMANIAK

Święto wolontariuszy

szczyt, ale przede wszystkim odpowiedzialność. Każda wizyta u dzieci na oddziale onkologicznym uświadamia mi,

jak ulotne jest nasze życie. Najważniejsze jest dostrzeganie drugiego człowieka, podanie mu pomocnej dłoni, kiedy tego



Tomasz Schmidt przekazał Dorocie Raczkiewicz, koordynatorce „Drużyny Szpiku”, symboliczny czek.



Radość i uśmiech na twarzach wolontariuszy i przyjaciół Drużyny.

potrzebuje. Uśmiech i uścisk ratowanej osoby niech będą dla nas największym podziękowaniem – mówił Tomasz Schmidt.

Na „Szpikniku” wolontari-

sze nabrali nowych sił do dalszych działań. Mimo wakacji nie odpoczywają, bo choroba nie zna słów „wakacje”.

STANISŁAW FURMANIAK

Z BLOGA

Kawa z RettSisters

6 LIPCA 2016

Pamiętacie jeszcze mój wpis na blogu o RettSisters? Jeśli nie, to krótkie przypomnienie. Kilka lat temu w pewien majowy weekend odwiedziła mnie Kasia, której towarzyszyła Agata – mama Blanki (cudownej dziewczynki z zespołem Retta) i autorka bloga „O Retty!”. Weekend był wspaniały, a spacer po lesie z bukietem konwalii w kieszeni na piersi wspominam do dziś.

Po tym spotkaniu zaprzyjaźniłem się z Agatą. Ona znała bardzo dobrze język angielski, więc pomagała nam w tłumaczeniu niektórych dokumentów z IFOPA, a ja pomagałem jej w sprawach komputerowych. No i dużo ze sobą rozmawialiśmy, zarówno przez komórkę jak i przez Internet. Zainteresowałem się wtedy chorobą jej córki, bo nigdy nie spotkałem się z zespołem Retta i nie wiedziałem, na czym ta choroba polega. Choć nigdy nie spotkałem Blanki na żywo, widzieliśmy się tylko na



skajpie, to jej prześliczne oczy tak bardzo ujęły mnie za serce, że bez wahania zrobiłbym dla niej wszystko. A za jej uśmiech dałbym sobie uciąć palec.

Może dlatego tak bardzo ją uwielbiam, że jej życie trochę przypomina moje. Zarówno Rett jak i FOP ograniczają nasze codzienne życie, odbierają nam siły witalne i... obie są na razie nieuleczalne.

Potem poznałem jeszcze dwie przyjaciółki Agaty: Małgosię z Krakowa i Małgosię z okolic Śmigła. Obie również miały córki chore na zespół Retta – Małgosia krakowska Emilię, a Małgosia śmigiełska Melisę. Z nimi również się zaprzyjaźniłem, założyliśmy sobie prywatną grupę na „fejsie”, gdzie mogliśmy się wygłupiać, wrzucać zdjęcia, gadać o wszystkim...

Ponieważ co jakiś czas robiły sobie spotkania (każde spotkanie u innej osoby), więc pewnego razu zrobiły mi niespodziankę. Gdy spotkanie wypadło u Małgosi śmigiełskiej, to postanowiły mnie odwiedzić i poznać na żywo. Było bardzo fajnie i wesoło.

To chyba wtedy zaczęły się nazywać RettSisters. Bo rzeczywiście były jak siostry, które los porozrzucił po kraju. A ja czułem się ich bratem (zresztą zawsze marzyłem o siostrze, a teraz miałem aż trzy). I również wtedy wpadłem na pomysł, aby je zaprosić na moje 40 urodziny. Z małymi trudnościami, ale przybyły, wraz z innymi gośćmi bawiły się do późnej nocy.

Potem straciłem jedną z nich – Małgosia śmigiełska wyemigrowała wraz z mężem i dziećmi do Australii. Trochę mi było szkoda, że ledwie poznałem kogoś fajnego, mieszkającego blisko mnie, to już los ją rzucił na drugi koniec świata.

Ale gdy rok później przyjechała na wakacje do Polski, to odwiedziłem ją w domu rodzinnym. Miło było znów się zobaczyć, pogadać, dowiedzieć się, jak tam jest w Australii... a przy okazji zobaczyć bardzo fajną leśniczówkę. Od razu przypominały mi się odwiedziny w dzieciństwie w lesie u mojego wujka pod Zaniemysłem.

Po półtorarocznej przerwie Małgosia znów przyjechała do Polski. Wówczas o odwiedzinach u niej zamarzyła sobie Agata. A ponieważ za mną też się stęskniła (w końcu nie widzieliśmy się już trzy lata), więc przyjechała do Małgosi, zabrała ją i Melisę i przyjechały do mnie na kawę. Miło było znów je u mnie gościć, zobaczyć córkę Małgosi (przez półtora roku trochę już urosła), pogadać... Obsypały mnie prezentami i całusami, wypity kawa i już musiały jechać. Ale nawet ta godzina spędzona wspólnie podniosła mnie na duchu i zaspokoila trochę tęsknotę za nimi. Bo wirtualny kontakt przez Internet to nie to samo co spotkanie na żywo...

Ostatnio była u mnie Iwona, teraz odwiedziły mnie moje Rettsisters. Powoli zaczynam się robić popularny jak Zamek w Kórniku.

5 MAJA 2016

Nie wiem, czy ja mam ostatnio jakiegoś pecha, czy może ta moja genetyczna cholera obudziła się na wiosnę, ale to, co wyprowadza, to się w głowie nie mieści...

Odkąd 22 lata temu usiadłem na wózku, to możliwość doznania urazu zmniejszyła się do minimum. Miałem może 2, 3 wywrotki na wózku, a także kilka upadków podczas spaceru do łazienki. Poza tym był spokój, więc FOP trwała w uspieniu. Czasem jednak przebudziła się na chwilę, wykręciła mi mięśnie bólem, usztyniała bardziej nogi czy wgrzyzała się delikatnie w ręce, wykrzywiając je nieznacznie. Ale odpędzona lekami przeciwbólowymi zasyiała i był spokój na jakiś czas.

Teraz jednak coś się zmieniło, chociaż nie wiem co. Bo przecież każdy dzień wygląda tak samo, jedzenie się nie zmieniło, alkohol smakuje tak samo, nie ma urazów, nie biorę narkotyków czy dopalaczy, nikt mnie nie torturuje...

Ale odkąd miałem ten ostatni przebytek w nodze, to czuję pewnie dość niepokojące zmiany w swoim ciele.

Zacznijmy od tego, że na lewym paluchu u nogi zrobił mi

20 CZERWCA 2016

Po powrocie ze szpitala miałem tydzień czasu aby dojść do siebie, ponieważ siedem dni później miałem umówione spotkanie...

Iwona poznałem 4 marca 2003 roku. Była dziennikarką z lokalnej gazety w Skarżysku-Kamiennym, przypadkowo trafiła na dziecko chore na FOP. 2,5-letni Adrian był leczony chemioterapią w Centrum Zdrowia Dziecka w Warszawie. Dzięki mojej interwencji „terapia” została przerwana, a Adrian zabrany przez rodziców do domu. Potem kontynuowaliśmy naszą wirtualną znajomość, Iwona pisała mi, jak się czuje Adrian, jak postępuje choroba, co porabiają jego rodzice...

Potem, gdy wyjechała za granicę, to kontakt nam się trochę rozluźnił, ale później, gdy rozpoczęła się era „Facebooka”, gdy się znowu odnaleźliśmy, to nasza przyjaźń ponownie rozkwitła.



FOT. (2X) ARCHIWUM PRYWATNE TOMASZA PRZYBYŚZA

TOMASZA PRZYBYSZA

FOP nie odpuszcza...

się z boku taki mały guzek. To jest na pewno taka mała skostniała narośl, bo na innych palcach też je idzie wyczuć. Ale tutaj guzek zaczyna rosnąć, ma jakieś 1,5 cm i wciąż mnie pobolewa, bo obcieram go w bamboszu. Problem w tym, że nie mogę go owinąć bandażem, bo wtedy nie zmieszczę nogi w bambosze, a z kolei wszelkie kapcie i bambosze są dość wąskie, więc zmiana obuwia też nic nie da.

Problem drugi – prawa noga. Tutaj zabawa zaczęła się jeszcze w grudniu ubiegłego roku (o czym już pisałem). Po problemach z chodzeniem noga wróciła jako tako do siebie, ale... jednak nie do końca. Czasem odczuwałem w niej większą sztywność, zwiększone napięcie mięśni, gdy rano wstawałem z łóżka i było mi ciężko iść do łazienki. Przez kilka tygodni było dość spokojnie, ale ostatnio sztywność w kostce powróciła. Nogę czuję taką dziwną, ciężko mi poruszać stopą,

mimo smarowania żelem przeciwbólowym i maścią kasztanową stopa jest trochę opuchnięta, czuję takie dziwne drętwienie na skórze, a mięśnie na wierzchu stopy (przy dużym paluchu) zaczynają być trochę napięte. Prawdopodobnie zaczyna się tam skostnienie, ale idzie tak powolutku, że bym nie zauważył...

Kolejnym problemem jest lewa noga – po ostatnim przebiegu miałem może ze dwa tygodnie spokoju i zabawa zaczęła się na nowo... rano obudziłem się i wszystko było w porządku, po śniadaniu spacer do łazienki (zero problemów z chodzeniem), potem usiadłem na wózku i... w południe zacząłem odczuwać ból w lewej stopie. Tak bez niczego, po prostu zaczęło mnie boleć samo z siebie. Najbardziej bolał mnie duży paluch, już myślałem, że przeskoczył mi jakieś ścięgno, każdy ruch paluchem przeszywał mnie niesamowitym bólem. Wieczorem smarowanie żelem

przeciwbólowym, w nocy trochę ulgi, na drugi dzień od rana znowu ból i problem z pójściem do łazienki. Jakoś dałem radę, reszta dnia z bólem, wieczorem maść... tak było chyba jeszcze dwa dni, ból trochę ustąpił, ale paluch już jest usztywniony, nie bardzo już mogę nim poruszać. Oprócz tego zwiększone napięcie mięśni uda i łydki, czasem czuję, jakbym tam miał struny od gitary zamiast mięśni.

A największy problem został na koniec. Zaczęło się zupełnie niewinnie – coś mnie zaczęło kłuć w lewym boku. To takie odczucie, jakbym biegł kilkaset metrów i dostał kolki w boku od biegania. Ale skoro tyle lat jestem już na wózku i mogę zrobić tylko kilkanaście kroków (i to jeszcze z asekuracją), więc żadne biegi nie wchodziły w grę.

Kłucie zacząłem odczuwać tuż pod żebrami. Z początku myślałem, że może to jakieś odbicie mięśnia, ale przecież bym wiedział, gdybym tam

się uderzył lub został uderzony. Gdyby to było z tyłu na plecach, to mógłbym pomyśleć, że to oduszenie mięśni spowodowane długim leżeniem w jednej pozycji w łóżku. Ale to były mięśnie z przodu, a na brzuchu nie dam rady ani spać, ani leżeć. Potem pomyślałem o skostnieniu. Skoro na lewym paluchu pojawił się guzek, to mógł się pojawić także i na boku. Ale pobieżna inspekcja nie wykazała niczego. A ból był czasem dość solidny, zwłaszcza gdy w nocy przewracałem się z boku na bok i musiałem do tego boku przycisnąć rękę. Po kilkunastu dniach już wiedziałem co to jest – niestety, to kolejny problem chorobowy. Pojawiła się tam taka wypukłość, jakby opuchlizna, bolesne przy dotyku, chociaż nie do końca jeszcze zesztyniała. Teraz już wiem, że FOP założyła mi kolejny kawałek kostnego pancerza. Robi się coraz cięższy, ale niestety, nie da rady go zdjąć. Będę się w nim męczył do końca życia, dopóki starczy mi sił do jego noszenia...

Spotkanie po latach

tła. Tylko tym razem było łatwiej, bo zamiast czekać na maila mogliśmy sobie pogadać „na żywo” na czacie, widzieliśmy się na bieżąco na zdjęciach...

Podczas jednej z rozmów Iwona obiecała mi, że przyjedzie do mnie w odwiedziny i zobaczymy się na żywo. Była wtedy w Norwegii, więc wiedziałem, że trochę potrwa spełnienie tej obietnicy. Czas mijał, aż w końcu na początku maja otrzymałem informację, że 24 maja Iwona wraz z mężem przyjedzie do mnie na kawę. Przed wyjazdem do szpitala zastanawiałem się, czy zdążyć wrócić do domu, ale okazało się, że będę tam na tyle krótko, że zdążyć bez problemu.

Przyszedł w końcu oczekiwany wtorek, Iwona zapowiedzia-

ła się na popołudnie, więc mogłem bez pośpiechu zjeść śniadanie i zająć się swoimi sprawami, a także przygotować się psychicznie. O dziwo – byłem zupełnie spokojny, chociaż gdy czekam na zapowiedzianych gości czy muszę gdzieś jechać, to zawsze się trochę denerwuję i mam ściśnięty żołądek. Ale te nerwy mam tylko przy oczekiwaniu na spotkanie, potem jest już wszystko w porządku. Zjadłem obiad, włączyłem sobie muzykę i czekałem. Trochę zrobiłem się śpiący (jak to czasem mam po jedzeniu), ale rozbudziłem się, gdy zadzwoniła Iwona z informacją, że będą trochę później (koło godziny szesnastej). Ponieważ mieli problem z nawigacją, to wysłałem jej MMSem

mapkę z drogą ze Śremu do Żabna.

W końcu dotarli do mnie. Przywitaliśmy się serdecznie, w prezencie dostałem fajny kubek z norweskimi trollami oraz... pęto kielbasy z łosia (!). Usiedliśmy do kawy z ciastem, jak zaczęliśmy rozmawiać, to buzie nam się nie zamykały nawet na chwilę. Iwona była pełna podziwu, że mimo choroby i ograniczenia ruchowego tak dobrze sobie radzę. No w końcu trzeba być troszkę samodzielnym, nawet jeśli ręce są usztywnione, no nie?

Kawa została wypita, ciasto zjedzone, a goście musieli ruszać w dalszą drogę. Przy pożegnaniu Iwona zapytała, czy może mnie przytulić. Oczywiście zgodziłem się, bo przecież

nie jestem zrobiony z plasteliny i przytulenie mnie nie uszkodzi. Objęła mnie ramionami i... po policzkach popłynęły jej kilka łez wzruszenia. Mnie również oczy z lekką zwilgotniały, bo rzadko się zdarza, że ktoś mnie przytula...

Mama odprowadziła ich do samochodu i pojechali. Późniejszym wieczorem Iwona napisała mi na „Facebooku”, że już dojechali na miejsce, cieszyła się bardzo z naszego spotkania, a także obiecała dalsze odwiedziny.

Czasem trzeba czekać nawet kilkanaście lat, żeby wirtualną przyjaźń ukoronować spotkaniem na żywo. Ale są osoby, na które warto czekać tyle czasu, prawda Iwonko?

Wreszcie się doczekałem.

Camino dla „Kamyka”



Dawid Abramowicz na wyprawę zabrał ze sobą muszlę (symbol pielgrzymowania) i kamień (symbol ŚDS „Kamyk”).

Dawid Abramowicz, młody mężczyzna z Poznania 27 lipca wyruszył w pieszą wędrówkę w kierunku północnej Hiszpanii. W ten sposób chce zachęcić do wsparcia Środowiskowego Domu Samopomocy „Kamyk”, placówki terapeutycznej poznańskiego Stowarzyszenia „Na Tak”. Wyprawa wpisała się w akcję społeczną Stowarzyszenia „Na Tak” pod nazwą „Litr paliwa zamiast piwa”. Do Polski podróżnik wróci 1 września.

ŚDS „Kamyk” mieści się przy ul. Zakątek. Jest ośrodkiem wsparcia dziennego dla 20 osób z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębszym. Żeby uczestnicy mogli każdego dnia otrzymywać pomoc w codziennych czynnościach jak mycie, jedzenie czy ubieranie się, konieczny jest ich dowóz do placówki. Na ten cel brakowało pieniędzy. Dlatego właśnie powstała akcja „Litr paliwa”, która zaprasza przedsiębiorstwa, instytucje, organizacje oraz osoby indywidualne do przekazywania (za pomocą wirtualnego kalendarza na stronie www.litrpaliwa.pl) dowolnych kwot na dowóz podopiecznych. Wędrownik popularyzuje tę akcję wśród napotkanych ludzi i znajomych.

Wyruszył do Santiago de Compostela. Zafascynowała go kultura Hiszpanii. Wcześniej przemierzał ten kraj autostopem. Najpierw poleciał samolotem do Belgii. Tam przesiadł się na lot do Francji. Następnym etapem była podróż pociągiem oraz au-

tostopem do miejscowości Saint-Jean-Pied-de-Port położonej nad rzeką Nive. Jest to ważny punkt na drodze świętego Jakuba do Santiago de Compostela. Zaczyna się tam odcinek Camino Francés, jeden z najważniejszych szlaków. Stąd właśnie nazwa dobroczynnej inicjatywy Dawida – „Camino dla „Kamyka”. Każdy kilometr 800 kilometrowej pieszej wyprawy Dawida jest dedykowany osobom z niepełnosprawnościami. Mężczyzna odwiedził też miasteczko Fisterra położone nad Oceanem Atlantyckim.

– Pomyśl tej wędrówki narodził się podczas rozmowy z Dorotą Łodziak, która wychowuje dwie siostry z niepełnosprawnością. Oboje doszliśmy do wniosku, że „Kamyk” potrzebuje pomocy bardziej niż Asia i Ula. Spotkałem się z podopiecznymi i terapeutami „Kamyka”. Są przyjaźni, serdeczni – mówił Abramowicz.

Pieniądze na dowóz podopiecznych „Kamyka” można przekazywać przez cały czas trwania akcji „Camino dla „Kamyka” za pośrednictwem wyżej wymienionej strony internetowej. Dodatkowych informacji na temat akcji udzielają: Monika Karwacka, tel. 602 125 419, Joanna Baszyńska, tel. 693 685 785 i Krystian Włodarczyk, tel. 514 238 389. Przebieg wyprawy Dawida można śledzić na „Facebooku”. Wystarczy w wyszukiwarce na portalu wpisać: „Camino dla „Kamyka”.

AURELIA PAWLAK

ALDONA WIŚNIEWSKA
POZNAŃ

*Dlaczego ty,
Dlaczego ja?
Skazani
Na zaranie.
Cierpiący
Ponad miarę
Kosmosu,
Stygmatem
Na duszy i ciele.
Toporną prawdą,
Wyśmianą,
Sprzedajną
Gardzimy
Jak tylko
Gardzić można.
Śmiech nasz
Słychać echem,
Cieszy
Nieszczerość
Co wyziera
Z okien.
Dobrze nam tak,
Przynajmniej
Wiemy,
Że musimy
Istnieć.*

Tramwajem po Warcie

Pływanie stateczkami po Warcie to od wielu lat sentyment i tradycja mieszkańców Poznania, która niedawno wzbogaciła się rejsy tramwaju wodnego. Do końca wakacji będzie kursował w piątki (jeden rejs o godzinie 17) oraz w soboty i niedziele (po trzy rejsy o godzinach 11, 14 i 17) na trasie od Katedry Poznańskiej, przez Rataje, Wildę, Chwaliszewo, Szeląg i na powrót do Katedry.

Przystanki znajdują się przy ulicy Marii Panny 1, skąd zaczyna się rejs, przy osiedlu Piastowskim, przy Łazienkach Rzecznych, przy Starym Korycie Warty i przy ulicy Ugory. Koszt przejazdu za jeden odcinek wynosi 5 złotych. Jeżeli tramwaj zostanie w Poznaniu dłużej, będzie można za przejazd płacić kartą PEKA. *awa*



Joanna Szostek
LESZNO

Repertuar technik i metod terapeutycznych wykorzystywanych w terapii logopedycznej i rehabilitacji mowy jest bardzo szeroki. Od kilku lat każdy logopeda może poszerzyć swój warsztat pracy o metodę plastrowania dynamicznego (Kinesiology Taping), która od lat 90. XX wieku wykorzystywana jest na szeroką skalę w medycynie sportowej i fizjoterapii.

Nie jest ona wynikiem przejściowej mody, ale stanowi uznaną na świecie formę terapii, która opracowana została na podstawie wieloletnich doświadczeń i badań Akademii K-Taping w Niemczech. Dynamiczne plastrowanie zwane również w środowisku terapeutów kinesiotapingiem, polega na oklepaniu odpowiednich części ciała i twarzy specjalnymi taśmami wysokiej jakości i odpowiednią techniką (mięśniową, więzadłową, powięziową, limfatyczną, neurologiczną) w celu wspomaganie lub hamowania napięcia mięśniowego, a także w celu korygowania patologicznych postaw i zmian w układzie narządów.

Działanie terapeutyczne plastrów zależne jest wyłącznie od prawidłowej techniki ich naklejenia, gdyż nie są nasączone żadnymi lekami ani lateksem. Z tego powodu wybór taśmy i jej naklejenie należy powierzyć wykwalifikowanym specjalistom posiadającym międzynarodowy certyfikat Akademii K-Taping w Niemczech. Wyjątkowość tej metody polega na tym, że jest to jedyna forma rehabilitacji, która działa przez cały czas noszenia taśmy, a nie tylko podczas zabiegu w gabinecie terapeuty, dlatego też stanowi ona idealne uzupełnienie i przedłużenie terapii logopedycznej.

Dzięki specjalnym właściwościom taśm, które są wodoodporne i przepuszczają powietrze, a także ich parametrom zbliżonym do ludzkiej skóry, naklejone plastry mogą utrzymywać się na skórze nawet przez kilka tygodni, stymulując odpowied-

POROZMAWIAJ Z LOGOPEDĄ⁽⁶⁾

Plastrowanie dynamiczne w logopedii

nie mięśnie przez cały ten czas. Co więcej – elastyczność taśm, oscylująca w granicach 130-140 procent, nie ogranicza ruchów i nie powoduje dyskomfortu, dlatego też można je stosować nawet u niemowląt, starszych dzieci czy osób z zaburzeniami integracji sensorycznej.

Dynamiczne plastrowanie jako metoda terapeutyczna w logopedii wykorzystywane jest w celu wyzwalania bodźców czucia głębokiego. Stymulacja czucia głębokiego jest niezwykle ważna w rehabilitacji pacjentów ze schorzeniami neurologicznymi oraz osób z niepełnosprawnościami. Zmysł czucia kojarzony jest głównie z dotykiem, odczuwaniem ciepła, zimna i różnych faktur, ale jest to czucie powierzchniowe, ponieważ komórki odpowiedzialne za odbiór tych wrażeń dotykowych znajdują się w skórze i tkance podskórnej. W przypadku czucia głębokiego komórki odbierające bodźce czuciowe znajdują się we włóknach mięśni, ścięgnach, więzadłach i torebkach stawowych. Dzięki prawidłowemu działaniu czucia głębokiego możemy wykonywać skoordynowane ruchy rąk i nóg, a także potrafimy dotknąć palcem nosa przy zamkniętych oczach czy trafić łyżką do ust podczas posiłku.

Prawidłowe odbieranie bodźców czucia głębokiego umożliwia też chodzenie, bieganie i skakanie czy jazdę na rolkach itp., ponieważ każda część ciała zna swoje miejsce i ułożenie w przestrzeni. Zaburzenia zmysłu orientacji ułożenia części własnego ciała są spowodowane defektem komórek odbierających bodźce tego zmysłu, które nie dostarczają mózgowi podstawowych informacji dotyczących napięcia mięśniowego. W przypadku zaburzeń napięcia mięśniowego nieprawidłowo

wo funkcjonujące czucie głębokie doprowadzić może do zaburzeń integracji sensorycznej, która często objawia się nadwrażliwością oralną. Nadwrażliwość w okolicach twarzy i jamy ustnej zaburza z kolei czucie i motorykę warg, języka, policzków czy podniebienia, wpływając negatywnie na rozwój mowy i sprawność artykulacyjną, a także funkcje pokarmowe i oddechowe.

Metoda plastrowania dynamicznego stosowana jest wspomagająco w terapii logopedycznej jako uzupełnienie prowadzonych technik terapeutycznych. Może być ona pomocna w wielu aspektach terapii logopedycznej, ponieważ z powodzeniem można stosować ją zarówno w usprawnianiu sfery oralnej, jak i w stymulacji układu oddechowego, fonacyjnego czy w zaburzeniach funkcji prymarnych, to jest oddychania, połykania, ssania i żucia.

W przypadku okolic twarzy, taśmy sprawdzają się zarówno w poprawie rozwarcia szczęk, gdyż pomagają rozluźnić szczękocisk w przypadku schorzeń genetycznych czy urazów twarzoczaszki, jak i w domknięciu jamy ustnej, co jest szczególnie ważne u dzieci z zespołem Downa. Stosuje się również aplikacje mające na celu poprawę funkcjonowania zarówno mięśnia okrężnego ust, którego prawidłowo

wa aktywność może pomagać w nadmiernym ślinieniu czy ślinotoku, jak i innych mięśni twarzy odpowiedzialnych m.in. za kontrolę kącików ust oraz prawidłowe przełykanie.

Plastrowanie można stosować także w dysfunkcjach stawu skroniowo-żuchwowego, ponieważ prawidłowe naklejenie taśmy umożliwia poprawę mechaniki żuchwy i zmniejsza napięcie mięśnia żwacza, umożliwiając nie tylko otwarcie buzi, ale także gryzienie i żucie pokarmów o stałej konsystencji. Metoda ta sprawdza się także we wrodzonej lub nabytej niestabilności żuchwy i umożliwia jej stabilizację. Odpowiednio naklejone plastry pomocne są też w zmniejszeniu stopnia wrodzonej wady kostnej zgryzu (prognii) oraz w zgrzytaniu zębami, które jest niezwykle częstym zjawiskiem w przypadku problemów z nadwrażliwością twarzy i jamy ustnej.

W terapii logopedycznej istotną rolę odgrywa nie tylko aparat artykulacyjny, ale również oddech, którego nieprawidłowości rzutują zarówno na płynność mowy, jak i na możliwość mówienia. Dynamiczne plastrowanie można z powodzeniem wykorzystywać we wspomagającej terapii oddechu poprzez odpowiednie naklejenie taśm na mięśnie oddechowe i przeponę. Wraz z ćwiczeniami oddechowymi plastry pomagają wydłużyć fazę wydechu i pogłębić wdech, a także wzmacniają siłę mięśni odwodzących klatkę piersiową, umożliwiając jej rozszerzenie i zwiększenie pojemności oddechowej.

Odpowiednie umiejscowienie taśm wspiera też wywoływanie dźwięku czyli fonację, stymulując ruchomość krtani, obniżając dno jamy ustnej czy zwiększając przestrzeń rezonansową, dzięki



FOT. ARCHIWUM

ki której mowa staje się bardziej wyraźna i zrozumiała. Metoda ta sprawdza się też u pacjentów z asymetrią twarzy po porażeniu mięśni oraz z przykurczami mięśni i deformacjami stawów spowodowanych utrzymującym się przez długi czas nadmiernym napięciem mięśniowym. Odpowiednio naklejone taśmy na kończynę objętą przykurczem, wraz z rehabilitacją ruchową, mogą zmniejszać dolegliwości bólowe i zapobiegać dalszym deformacjom.

Dynamiczne plastrowanie to stosunkowo nowa metoda terapeutyczna, ale jej skuteczność i szeroki wachlarz zastosowania sprawiły, że w ciągu ostatnich lat ta forma rehabilitacji zdobyła mocną pozycję w ponad 40 krajach świata i dzisiaj należy do ścisłego terapeutycznego kanonu.

GABINET LOGOPEDYCZNY
LOGOS

NEUROLOGOPEDA

SPECJALISTA

KINESIOLOGY TAPING

W LOGOPEDII

UL.T. REJTANA 106, LESZNO

TEL. 663-331-959

WWW.LOGOPEDIA-LOGOS.PL

K TAPING
International Academy



LOGOS

GABINET LOGOPEDYCZNY

• Joanna Szostek •

„Asysta” – na pikniku

Wielkopolskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Chorobą Alzheimera zorganizowało 17 lipca w ogrodzie działkowym tradycyjny doroczny piknik pod orzechem. Spotkanie adresowano do chorych oraz ich bliskich. Była wymiana doświadczeń, zaproszenia na warsztaty stymulujące pracę mózgu, a także prezentacja urządzenia „Asysta”, które umożliwia choremu natychmiastowy kontakt z bliskimi.

Elżbieta Fiszbach, prezes Stowarzyszenia zwróciła uwagę na potrzebę organizowania tego typu spotkań. Rozmów wspierających szczególnie potrzebujących rodziny, bo całodobowa opieka nad chorym na Alzheimera obciąża fizycznie i psychicznie.

Informowano o tak zwanym „Pudełku życia” ułatwiającym pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia. Przypomnijmy, że do wyżej wymienionego pudełka wkłada się informacje o przyjmowanych lekach i chorobie, umieszcza je w lodówce, a na drzwiach lodówki przyklepia naklejkę z notatką, że takie pudełko się tam znajduje. Pudełko można otrzymać bezpłatnie, między innymi w poznańskim Centrum Inicjatyw Senioralnych przy ul. Mickiewicza 9a.

Na warsztaty stymulujące pracę mózgu zaprosiła Anna Tasiemska, członek Zarządu Stowarzyszenia. Podczas ich trwania uczestnicy tworzą papierowe kule lub szyją przy po-

mocy specjalnej igły. Każdy pracuje samodzielnie, we własnym tempie.

Największe zainteresowanie wzbudziło urządzenie „Asysta”, oparte na systemie GPS i przeznaczone dla osób starszych, chorych i z niepełnosprawnościami. Jest niewielkie, zawiera duży przycisk. Po naciśnięciu przycisku trójka bliskich choremu osób dostaje esemesa z informacją, że potrzebna jest pomoc. Numery telefonów tych osób wpisuje się w pamięć urządzenia podczas jego konfiguracji. Korzystanie z „Asysty” jest bardzo przydatne, na przykład w sytuacji upadku albo zasłabnięcia. Wadą urządzenia jest wysoka cena – koszt zakupu „Asysty”, jak donoszą źródła internetowe, wynosi około tysiąca złotych, co jest przeszkodą dla rodzin o niskich dochodach.

– Dzięki temu rozwiązaniu można szybko wezwać karetkę i uratować życie – poinformował Jerzy Majchrzycki, konsultant. – Ciekawy jest ponadto breloczek zabezpieczający wejście do domu lub mieszkania. Na drzwiach wejściowych umieszcza się czujnik. Jeżeli ktoś próbuje się włamać, również wysyłany jest esemes do wybranych osób.

Podsumowaniem spotkania była wycieczka po ogrodzie. Uczestnicy pikniku tradycyjnie odwiedzili działkę pani Mariany, która plasuje się w gronie najlepszych działkowców.

AURELIA PAWLAK



Robert
Wrzeński
POZNAŃ

Ogrom radości sprawiły uczestnikom XV Powiatowe Igrzyska Sprawnych Inaczej zorganizowane w sobotę 2 lipca przez Stowarzyszenie Przyjaciół Dzieci Specjalnej Troski im. Leszka Grajka w Swarzędzu na stadionie Swarzędzkiego Centrum Sportu i Rekreacji.

W szyku z transparentami ustawiły się poszczególne gru-

py zawodników z warsztatów terapii zajęciowej w Swarzędzu (przy SPDST), w Pobiedziskach (przy Stowarzyszeniu na rzecz Osób Niepełnosprawnych i Aktywności Lokalnej „Dla Ciebie”), w Konarzewie i Otuszu przy Stowarzyszeniu na rzecz Osób Niepełnosprawnych „Promyk”, w Baranowie (przy Stowarzyszeniu Osób Niepełnosprawnych i ich Rodzin „Roktar”), w Murowanej Goślinie (przy Goślińskim Stowarzyszeniu Przyjaciół Osób Niepełnosprawnych „GSPON”), w Drzążkowie (przy Stowarzyszeniu Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej „Ra-



Łowienie rybek.



Indywidualna jazda na czas.



Przy jednym stole – chorzy i opiekunowie.



Bieg ze wspomaganiami.

XV POWIATOWE IGRZYSKA SPRAWNYCH INACZEJ W SWARZĘDZU

Gromkie brawa dla sportowców



W oczekiwaniu na start.

zem") i w Owińskach (przy Wielkopolskim Związku Inwalidów Narządu Ruchu). Była też grupa zawodników z Kórnickiego Stowarzyszenia Pomocy Osobom z Niepełnosprawnością Inteligencją i Ruchową „Klaudynka”.

Gdy niepełnosprawni sportowcy przemaszerowali w rytm

Marsza Radetzkiego przed tłumnie zgromadzonymi widzami, ci przywitali ich gromkimi brawami. Prowadząca imprezę Sylwiana Hańczyc nie szczędziła im słów podziwu.

Przewodnicząca Stowarzyszenia Barbara Kucharska przypomniała, że jak co roku Igrzy-

ska odbywają się pod patronatem starosty poznańskiego Jana Grabkowskiego i burmistrza Swarzędza Mariana Szkudlarka. Przywitała m.in. Barbarę Antoniewicz i Marka Lisa – radnych

Powiatu Poznańskiego, Elżbietę Bijaczewską – dyrektora Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Poznaniu, a także Ireneusza Szpota – długoletniego przyjaciela i darczyńcę SPDST.

B. Kucharska podziękowała za pomoc gościom oraz firmom i osobom, które udzieliły wsparcia: Cukierni „Magdalenka”, Spółdzielni „Kruszewnia”, Firmie BLUM, Strzeleckiemu Bractwu Kurkowemu, Jerzemu Kotowi, Maciejowi Ciszewskiemu, Pawłowi Bocianowi, Konradowi Niewiedziale oraz pracownikom, rodzicom i wolontariuszom.

Zapłonął znicz olimpijski, odśpiewano hymn zawodów „Dalej wesoło”, a Piotr Śliwiński złożył olimpijską przysięgę. Po rozgrzewce w rytmie zumba odbyło się około 30 konkurencji sportowych, przygotowanych m.in. przez firmę BLUM. Igrzyskom tradycyjnie towarzyszył plener malarski.

W konkursie strzeleckim zorganizowanym przez Strzeleckie Bractwo Kurkowe w Swarzędzu zwyciężyła Danuta Karas z „Klaudynki”, drugi był Jan Wajda i trzeci – Mikołaj Klamek. Przedstawiciele Bractwa wręczyli im medale i dyplomy.

Drużynowo I był WTZ „Promyk”, filia w Otuszu, II – WTZ „Promyk” w Konarzewie i III – WTZ w Pobiedziskach. Puchary i medale olimpijskie wręczyli zawodnikom goście. Wolontariusze z firmy BLUM przekazali uczestnikom pomarańczowe gwizdki.

Turniej zakończył się integracyjnym spotkaniem zawodników, ich rodzin, gości, darczyńców i wolontariuszy.



Toczenie beczki.



Plener malarski.

Z INICJATYW WARSZTATU TERAPII ZAJĘCIOWEJ W SWARZĘDZU

Groźny biały miś

W słoneczny, czerwcowy poranek udaliśmy się do Muzeum Przyrodniczo-Łowieckiego w Uzarzewie, w pięknym pałacu na terenie malowniczego parku.

Podziwialiśmy w nim piękne drzewa, zwłaszcza ogromne platany. A w samym muzeum wielkie wrażenie zrobiły na nas okazy (nieautentycznie, niestety...) dużych, drapieżnych zwierząt, zamieszkujących różne

kontynenty. Był między innymi groźny, biały miś syberyjski, lwy, także płazy, gady, ptaki. Ich wygląd był bardzo realistyczny.

Odpoczywaliśmy przy ognisku, w cieniu drzew przy pałacu. Dziękujemy pracownikom muzeum za poszerzenie naszej wiedzy o egzotycznych zwierzętach, a naszej kadrze za organizowanie pouczającej wyprawy.

AGATA RYBICKA
MICHAŁ OGONIAK



Żyjmy zdrowo



Na Dziewiczej Górze – w Dziewiczej Bazie.

Od kwietnia do czerwca w Warsztacie Terapii Zajęciowej realizowaliśmy projekt „Wprowadź ruch w życie – będziesz czuł się znakomicie”, w ramach konkursu „Żyj aktywnie – żyj zdrowo”, zorganizowanego przez firmę „Aquanet”.

Przez trzy miesiące przeprowadziliśmy cykl zajęć z odnowy biologicznej, masaży oraz gier zespołowych. Brałszy udział w zajęciach na pływalni i kręgielni, w wycieczkach rowerowych do Wierzenicy i Uzarzewa, a także spacerowaliśmy z kijkami. 21 czerwca na zakończenie naszych wysiłków pojechaliśmy na Dziewiczą Górę w Puszczy Zielonce. Na początku spotkania, na terenie Dziewiczej Bazy, musieliśmy poszukać naszych zdjęć z udziału w projekcie.

Następnie startowaliśmy w różnych konkurencjach sprawnościowych, na przykład: rozkładanie namiotu, strzelanie z łuku, wypatrywanie zwierząt przez lornetkę, korzystanie z

przrzędów do balansowania. Część z nas weszła na wieżę widokową, przy tej okazji sprawdziliśmy swoją kondycję, pokonując prowadzącą na nią 172 schody. Warto było, bo ujrzeliśmy roztaczające się stąd piękne krajobrazy. Po zdobyciu szczytu wieży nadszedł czas na odpoczynek i kiełbaski przy ognisku.

ANNA CŹWIKLIŃSKA
AGNIESZKA SZYDŁOWSKA



Podziwiamy krajobrazy z wieży widokowej.

Z trąbkami kibica

W upalny i pełen słońca dzień byliśmy w Ośrodku Sportu i Rekreacji w malowniczym Kórniku. Poznawaliśmy tu różne kontynenty oraz kraje i ich zwyczaje. Można było zrobić sobie polską flagę z kawałka papieru, wyczarować ptaszka lub inne zwierzątko, wykleić z gazet wieżę Eiffla, przejechać się na pięknym rumaku jak na amerykańskim westernie, rzucać do celu piłeczkami.

Pomimo upału jak w Afryce były też gry i zabawy ruchowe, bitwa wodna na balony i zabawy z chustą animacyjną. Otrzymaliśmy trąbki kibica (wuwuzele), bo tego dnia każdy z nas stał się kibicem polskiej reprezentacji. Dziękujemy Stowarzyszeniu „Klaudynka” w Kórniku za zaproszenie i wspaniałą zabawę.

MIROŚLAWA PENCZYŃSKA

WSPÓŁPRACA POLSKO-GRUZIŃSKA

Dla dobra osób z niepełnosprawnością

W ostatnich latach w Polsce daje się zauważyć zbliżenie dwóch systemów – systemu wspierania osób z niepełnosprawnością i ekonomii społecznej. Zjawisko to umożliwia osobom z niepełnosprawnością lepsze funkcjonowanie w społeczeństwie zarówno w sferze społecznej, jak i zawodowej. Teraz wypracowywanymi rozwiązaniami możemy dzielić się z innymi.

Fundacja im. Królowej Polski św. Jadwigi w partnerstwie z Powiatem Słupskim realizuje projekt, za sprawą którego w Gruzji powstać ma modelowy ośrodek reintegracji społecznej i zawodowej osób z niepełnosprawnością. W dniach 23-28 lipca Fundacja gościła delegację z Tbilisi – przedstawicieli sektora społecznego, samorządowego, finansowego, biznesowego, edukacyjnego i gospodarczego przestrzeni. W ciągu tych kilku dni dzieliliśmy się naszą wiedzą i doświadczeniami z zakresu rehabilitacji społecznej i zawodowej osób z niepełnosprawnościami. „Kiedyś to my się uczyliśmy, tworzyliśmy od podstaw system wspierania osób z niepełnosprawnością. Cieszymy się, że teraz możemy podzielić się tym doświadczeniem z przyjaciółmi z Gruzji. Wspólnie możemy stworzyć miejsce reintegracyjne dla osób z niepełnosprawnościami” – mówił podczas spotkań prezes Fundacji Andrzej Markiewicz.

Delegacja z Gruzji wzięła udział w wielu spotkaniach z przedstawicielami władz samorządowych. Dowiedziała się, w jaki sposób Województwo Wielkopolskie kierunkuje proces reintegracji społecznej i zawodowej osób z niepełnosprawnością oraz jak samorząd lokalny sprzyja funkcjonowaniu podmiotów zatrudniających osoby najczęściej poszkodowane przez los. Dla zagranicznych gości niezwykle ciekawe okazały się wizyty w podmiotach ekonomii społecznej – w Zakładzie Aktywności Zawodowej, Spółdzielni Socjalnej „Do-



Spotkanie w Kawiarni Filmowej prowadzonej przez spółdzielnię socjalną.



Dyskusja o systemie wsparcia osób z niepełnosprawnością.

bry Adres” i Spółdzielni Inwalidów „Przyjaźń” w Słupcy czy w Dobrej Kawiarni w Poznaniu prowadzonej przez Dobrą Spółdzielnię Socjalną – w których pracę znajdują osoby z niepełnosprawnością. Wizyty w Centrum Integracji Społecznej „Piątkowo”, Kawiarni Filmowej w Jarocinie, QQ!Ryku w Kórniku funkcjonującej jako spółka non profit i warsztatach terapii zajęciowej we Wrześni były ważne ze względu na możliwość poznania różnych typów podmiotów, które swoją działalnością wspierają osoby niepełnosprawne. Kluczowym momentem wizyty delegacji z Gruzji były warsztaty z udziałem ekspertów z dziedziny ekonomii społecznej, podczas których wyjaśniono wiele zawiłości systemu wspierania osób niepełnosprawnych w Polsce.

Już wkrótce odbędą się kolejne spotkania z Gruzjinami, które przybliżać mają coraz bardziej moment utworzenia mo-

delowego ośrodka reintegracji społecznej i zawodowej osób z niepełnosprawnością w Tbilisi. Jesienią ubiegłego roku byłam w Tbilisi, gdzie wspólnie z delegacją z Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej oglądaliśmy kompleks budynków po dawnym domu dziecka. Razem z gospodarzami zastanawiali-



polska pomoc

Powiat
Słupski
Na okrągło!

śmy się, do jakich celów można wykorzystać tę przestrzeń. Wtedy pojawił się pomysł, by stworzyć tam centrum rehabilitacji społecznej i zawodowej osób niepełnosprawnych. Tak zaczęła się współpraca. Radością napawa fakt, że w najbliższej przyszłości nasze pomysły mogą się zrealizować” – mówiła dyrektor Zakładu Aktywności Zawodowej w Słupcy Renata Nowinowska.

Projekt jest współfinansowany w ramach programu polskiej współpracy rozwojowej Ministerstwa Spraw Zagranicznych.

KATARZYNA DOBICKA



Podczas warsztatów w Puszczykowie. Od lewej: Andrzej Markiewicz, Michał Cichocki i Renata Nowinowska.

*„Na początku Bóg stworzył człowieka,
ale widząc go tak słabym dał mu psa”*

(A. Toussenet)

Pracą z osobami niepełnosprawnymi to ciągle poszukiwanie... Próba znalezienia takiej metody, która stanie się drogą dotarcia do najbardziej ukrytej duszy, do lęku, którego nie rozumiemy i nie potrafimy wyjaśnić, do bólu, któremu nie możemy zaradzić i na który nie ma lekarstwa, do krzyku, który przeraża, ale który musimy zaakceptować i do agresywnych, i autoagresywnych zachowań, które są próbą przełamania niemocy i bezradności w obliczu otaczającego świata. Świata, którego się boją, którego nie rozumieją i który jest dla nich czymś nie do ogarnięcia.

Szukanie sposobów na bezpieczny i przyjemny pobyt dzieci w szkole to zadanie dla każdego pedagoga. Niepełnosprawność często niestety ogranicza nie tylko osoby nią dotknięte, ale także ich rodziny. Nie daje możliwości na normalne dzieciństwo, bo jest ono nastawione na rehabilitację, która często nie ma końca. Powoduje to, że rodzice skupiają uwagę na zaspokojeniu podstawowych potrzeb dziecka wynikających z jego niepełnosprawności. Dlatego często te rodziny nie mają czasu i nie mogą sobie pozwolić na taką przyjemność, jaką jest posiadanie psa, który tylko swoją obecnością może wnieść w życie ogrom radości.

I co się okazało... Pani dyrektor Szkoły Podstawowej nr 4 im. Jana Brzechwy w Swarzędzu udowodniła, że nie ma rzeczy niemożliwych. Wyszła naprzeciw potrzebom rodzin naszych uczniów i w naszej szkole „zamieszkał” pies (suczka) Hope, potem Honda. Oczywiście, nie stało się to z dnia na dzień. Zarówno sala, jak i uczniowie, zostali odpowiednio do tego przygotowani. Mały remont w klasie – pojawiła się klatka kennelowa, bo przecież piesek też musi mieć swoje miejsce i pokój do wypoczynku. Potem zagościł piękny, duży pluszak Barry, od którego uczniowie rozpoczęli osvajanie się z psem.

Czasami

Uczyli się go dotykać, reagować na jego emocje, opiekować się nim i zaspokajać jego potrzeby.

Choć były to sytuacyjne i tematyczne zabawy, w dużej mierze inicjowane przeze mnie, okazało się, że dzieci świetnie wczuwały się w rolę, nabywając nowych doświadczeń i przygotowując się na przybycie do klasy nowego członka. Pojawiło się jego

zdjęcie na tablicy obecności oraz akcesoria niezbędne do zabawy i pracy z nim. Do tych działań włączeni zostali również rodzice, którzy entuzjastycznie podchwycili pomysł i wyrazili zgodę na udział ich dzieci w programie „Pies w szkole”. Mieli też swoje ważne zadanie: podczas spacerów zwracali uwagę swoich pociech na pieski, spacerujące z właścicielami, informując, że już niedługo u nich w klasie



taki piesek zagości. W trakcie przygotowania dzieci, nie zabrakło też czytania bajek, słuchania wierszyków czy oglądania filmów, gdzie głównym bohaterem był pies postrzegany jako przyjaciel człowieka, towarzysz wspólnych zabaw, ktoś, kim trzeba się opiekować i ofiarować serce. Bo on to na pewno odwzajemni.

Jest to przecież „taka istota, która bardziej kocha ciebie niż siebie”.

Kiedy wreszcie próg klasy przekroczyły moje labradorki, najpierw Hope, potem Honda, okazało się, że wcale innym, nieświadomym i niecodziennym sposobem można przekazać treści, włączyć do realizacji konkretne zadania,

wystarczy tylko być...

w szybszy sposób nawiązać wspólne pole uwagi i cieszyć się pobytem w szkole. Dzieci odpowiednio reagowały na psa, zapraszały go do swoich zabaw, uczyły się nim opiekować, zwracały uwagę na jego niecodzienne zachowania.

Jednym z celów programu było, aby piesek tylko obcował i przebywał z dziećmi w klasie. I co się okazało – już sama jego obecność sprawiała, że dzieci stały się bardziej empatyczne i spostrzegawcze, wrażliwsze i delikatniejsze we wzajemnym obcowaniu, wyciszyły się i, co było bardzo istotne, znacznie rozwinęły się ich kompetencje językowe. Moi uczniowie rzadko włączali się w komunikację z dorosłymi – a z psem – zawsze. Honda ma też tę niesamowitą umiejętność, że doskonale wyczuwa nadmierne pobudzenie u dzieci i ataki padaczki. Potrafi je w takich sytuacjach wyciszyć i rozluźnić – przytula się do nich, zaczyna lizać, kładzie łapkę na ich ciele. Oddaje swoje ciepło, spokój i energię, eliminując to, co wcześniej było nieuniknione.

Jej obecność w wielu sytuacjach jest tak naturalna, że uczniowie podczas swoich aktywności często ignorują jej próby zwrócenia na siebie uwagi. Przechodzi wówczas do ofensywy: rozdaje dzieciom zabawki mając nadzieję, że ktoś odwzajemni jej potrzebę.

Historia dogoterapii sięga już XVIII wieku, kiedy w Anglii William Tuke zwrócił uwagę, że opieka nad zwierzętami gospodarskimi znacznie poprawia funkcjonowanie osób psychicznie chorych. Wiek XX to okres, kiedy już coraz więcej psychiatrów i terapeutów zauważało zależności procesów emocjonalnych człowieka od zwierząt. W latach trzydziestych i czterdziestych rozszerzono badania dotyczące wpływu zwierząt na funkcjonowanie ludzi. Efekty są znaczące. Czasami sama obecność zwierzęcia może wpływać na kształtowanie się charakteru i może kierunkować ludzkie życie. Świadczą o tym

badania prowadzone w tamtych latach w amerykańskich więzieniach, które wykazały, że tylko 1% osadzonych w dzieciństwie miało psa.

Już w 1944 roku jeden z amerykańskich psychiatrów James H. S. Bossard opisał dobroczynny wpływ psa na funkcjonowanie człowieka i jego godzenie się z własną niepełnosprawnością. Boris Levison w 1964 roku na podstawie swoich badań zobudował metodę działań terapeutycznych z udziałem psów. Późniejsze lata to intensywny rozwój nad relacjami człowieka z psami. Przedstawiciele różnych kierunków:

psychiatrii, psychologii, medycyny, weterynarii, pedagogiki, a nawet prawnicy, udowadniali, jak znaczący wpływ na rozwój i funkcjonowanie ludzi ma pies.

W Polsce termin dogoterapii wprowadziła Maria Czerwińska w 1996 roku, a w naszej szkole zajęcia dogoterapeutyczne zaczęły funkcjonować od roku 2013, kiedy jej próg przekroczyła Hope. Teraz współpracuje z dziećmi Honda. Jest zawsze tam, gdzie jest potrzebna i gdzie chce być: czyta z nami, uspokaja nas, wspólnie bałagani, dzieli się prezentami, a czasem zachęca do zabawy.

Zgodnie z terminologią Polskiego Towarzystwa Kynoterapeutycznego tego rodzaju zajęcia są to tak zwane spotkania z psem. Towarzystwo Delta (USA) określa je jako Animal Assisted Activity. Cel tych zajęć jest identyczny: nawiązywanie pozytywnego kontaktu między uczniami a psem, przełamywanie oporów w kontakcie ze zwierzęciem, satysfakcja, radość, pozytywne doznania, stymulowanie zmysłów, rozwijanie postrzegania i odpoczynek dzięki spontanicznej zabawie.

MAJA SZWANKA
DOGOTERAPEUTA



Boccia w Rogoźnie

11 czerwca odbył się III Turniej Bocci Osób Niepełnosprawnych o Puchar Burmistrza Rogoźna, zorganizowany przez Polską Federację Bocci Osób Niepełnosprawnych, Gminę Rogoźno i Rogozińskie Centrum Kultury. Udział wzięły drużyny z Poznania, Zielonej Góry, Skoków i Rogoźna.

Zawody otworzył burmistrz Rogoźna Roman Szuberski. Był też pokaz zespołu „Pamarsze” z Rogozińskiego Centrum Kultury.

W turnieju drużynowym integracyjnym pierwsze miejsce zajęła drużyna „Aniolki I” z Rogoźna, drugie – „Aniolki II” (też z Rogoźna), a trzecie – „Zieloni” z Zielonej Góry. W turnieju indywidualnym w kategorii BC-2 pierwsze miejsce zajęła Marika Furtak z Zielonej Góry, drugie – Tomasz Kalkowski z Rogoźna i trzecie – Piotr Paczewski ze Skoków.

Zwycięzcom wręczono puchary, medale, dyplomy i upominki. Turniej wsparli: Bank Spółdzielczy w Czarnkowie oddział w Rogoźnie, Ireneusz Kamiński, Cukiernia Grochola, Bogucki Wydawnictwo Naukowe, Piekarnia ADDA, Marian Muszyński i Complex Dach.

GRZEGORZ MIĘŻAŁSKI



FOT. ARCHIWUM

Żyj zdrowo

Centrum Kultury Zamek zaprasza na bezpłatne wykłady o zdrowym żywieniu w Holu Balkonowym. 18 sierpnia odbędą się zajęcia pod hasłem „Stara wiedza na nowo odkryta”. Tytuł spotkania 25 sierpnia brzmi: „Lepiej być silnym i zdrowym”. Szczegółowe informacje w CK Zamek pod telefonem 61-6465-272. awa

Seniorzy u więźniów

Członkowie Koła Emerytów i Rencistów Urzędu Marszałkowskiego Województwa Wielkopolskiego odwiedzili 24 czerwca Zakład Karny i Fabrykę Samsunga we Wronkach, zajmującą się produkcją sprzętu gospodarstwa domowego. Seniorzy spotkali się również z burmistrzem Miasta i Gminy Wronki Miroslawem Wieczorem.

– Pielęgnować coroczną tradycję wspólnych wyjazdów starałem się wymyślić oryginalny program, aby zapadł wszystkim w pamięci – mówił Arkadiusz Błochowiak, pomysłodawca wydarzenia. – Przypuszczam, że nikt z uczestników nie zwiedzał wcześniej zakładu karnego, dlatego wybrałem to właśnie miejsce.

Burmistrz powiedział, że warto pomagać chorym i słabszym. Równie ważne jest okazywanie szacunku osobom starszym w rodzinach wielopokoleniowych. Dzieci trzeba od najmłodszych lat uwarunkować na los drugiego człowieka, aby nigdy nie pozostawały obojętne wobec cierpienia.

Członkowie Koła złożyli



FOT. AURELIA PAWLAK

Członkowie Koła Emerytów i Rencistów UMWW na tle Zakładu Karnego we Wronkach.

kwiaty pod tablicą upamiętniającą mieszkańców Brodziszewa spacyfikowanych i uwięzionych w latach 1939 – 1940. O więźniach przebywających w ZK opowiedziało seniorom dwóch wychowawców. Przybliżono też historię zakładu, odpowiadano na liczne pytania. Uczestnicy zobaczyli również kaplicę, w której odbywają się nabożeństwa, a czasem ceremonie ślubne. Niektórzy osadzeni pracują w kuchni przy-

gotowując posiłki dla współwięźniów. Na koniec seniorzy dowiedzieli się, jak się produkuje lodówki.

Wizyta w ZK pozwoliła osobom starszym nie tylko dokładnie poznać miejsce, w którym przebywają skazani, ale przede wszystkim przekonać się, że są oni ludźmi zasługującymi na uwagę i zrozumienie jak każdy człowiek.

AURELIA PAWLAK

W Środzie pod żaglami

10 lipca na zaproszenie Uczniowskiego Klubu Żeglarskiego „Środa” grupa członków średzkiego koła Wielkopolskiego Związku Inwalidów Narządu Ruchu uczestniczyła w programie „Żeglarstwo bez barier”.

Na przystani żeglarskiej średzkiego jeziora wsiedliśmy do żaglówek, aby pływać pod opieką sternika i młodszego żeglarsza. Opowiadali nam o czasach powstania średzkiego jeziora i o sposobach pływania na żagłówekach. Komandorem wodnej nawigacji był Patryk Różański, a projekt powstał z myślą o osobach, które nie były jeszcze na przystani Klubu. Spotkanie zorganizował Polski Związek Żeglarski, Wielkopolski Związek Żeglarski i Gmina Środa Wielkopolska. Pomagali młodzi człon-



FOT. ARCHIWUM

kowie Klubu i ich rodzice. Dziękiujemy za miło spędzony czas i wypoczynek. Nasze następ-

ne spotkanie „pod żaglami” już 4 września.

JERZY SKROBISZEWSKI

Dla dzieci z nowotworami



Podczas kolacji.



Grupa kucharzy – „Drużynie Szpiku”.



Podziękowania składa Dorota Raczkiewicz.

Dawców szpiku kostnego cały czas brakuje. Nieocenioną wartość ma każde działanie zmierzające do poprawy jakości warunków życia osób po przeszczepach, a także popularyzacja dawstwa szpiku. Z dużą uwagą spo-

czeństwa spotkała się kolacja charytatywna, którą zorganizowało 17 czerwca kilku kucharzy z poznańskiej restauracji „Cucina88”.

W tym właśnie miejscu, ulokowanym przy ul. Wyspiańskiego, spotkało się ponad 100

osób. Celem wydarzenia było wsparcie Fundacji im. Anny Wierskiej „Dar Szpiku”, której ideę realizuje „Drużyna Szpiku”. Organizatorzy (szefowie kuchni): Ernest Jagodziński z restauracji „Cucina88”, Adam Woźniak z restauracji we Dworze Oliwskim w Gdańsku, Tomasz Deker, współwłaściciel sieci cukierni T. Deker Pâtisseries & Chocolatier oraz Artur Skotarczyk z restauracji „Muga” przygotowali dla uczestników rozmaite potrawy.

– Ludzie pytają mnie, skąd wziął się pomysł na taką akcję. Kilka miesięcy temu ruszyliśmy z cyklem „Kolacji na ręce”. Bardzo lubimy gotować, dlatego pomyśleliśmy, że można połączyć gotowanie z pomocą potrzebującym. Tym razem zamiast 88 rąk było 88 serc (liczba pochodzi od nazwy restauracji – przyp.red.). Wcześniej współpracowaliśmy z Dorotą Raczkiewicz, koordynującą działalność „Drużyny Szpiku”, przy organizacji różnych wydarzeń. Postanowiliśmy więc wesprzeć tę Fundację. Dzień wcześniej, 16 czerwca, była możliwość rejestracji w bazie potencjalnych dawców szpiku. Podczas kolacji zaserwowaliśmy autorskie, niepowtarzalne menu – powiedział Jagodziński.

Gest wsparcia dzieci z chorobami nowotworowymi doceniła Raczkiewicz:

– Tę kolację potraktowaliśmy jak wyjątkowy prezent dla „Drużyny Szpiku”. Miło było patrzeć na gości, do których dołączyli znani aktorzy i tacy artyści jak Katarzyna Bujakiewicz, Katarzyna Wilk, Tomasz Schmidt. Dziękuję za ten wieczór organizatorom, bo bez nich nic by się nie udało. Uczestnicy kolacji otworzyli nie tylko portfele, ale i serca. Mam nadzieję, że gotowość do pomagania na stałe zagości w ich życiu.

Kolację charytatywną zakończył koncert Katarzyny Wilk. Dochód ze sprzedaży biletów oraz licytacji różnych przedmiotów trafił na konto Fundacji.

STANISŁAW FURMANIAK

Wrażenia z Gniezna

Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Kościanie niedawno mieli okazję zwiedzić Gniezno – pierwszą stolicę państwa polskiego. Wyprawa do tego miasta wywołała zainteresowanie i radość.

Została zrealizowana dzięki wsparciu finansowemu Starostwa Powiatowego w Kościanie oraz pomocy Stowarzyszenia „Człowiek dla człowieka”.

Osoby z niepełnosprawnością zwiedziły Katedrę Gnieźnieńską, gdzie dowiedziały się między innymi, w jaki sposób święty Wojciech został świętym, Drzwi Gnieźnieńskie, Muzeum Początków Państwa Polskiego. Udały się również na taras widokowy, skąd można podziwiać panoramę Gniezna. Przewodnik opowiadał różne ciekawostki o murach, posadzkach, grobowcach i ołtarzach z X wieku. Uczestnicy obejrzeli trójwymiarowy film, który będą długo pamiętać.



Na tle Katedry Gnieźnieńskiej.

Takie wyprawy mają ważne znaczenie dla społecznej rehabilitacji osób z niepełnosprawnością – stwarzają możliwość dowiadывania się ciekawych rzeczy o otaczającym świecie, uczyć samodzielności, współpracy w grupie i integracji. W Polsce jest wiele ciekawych miejsc. Na pewno je zobaczymy.

RAFAŁ IKS

Gdy grupa uczestników naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej w Owińskach przebywała na początku czerwca w Jantarze, osoby, które pozostały na miejscu, również ciekawie spędzały czas.

Codzienne zajęcia w pracowniach i ogródku umilały nam różne atrakcje. Odwiedził nas animator Jakub Woźniak ze studium „Zajafka”. Przeprowadzone przez niego zajęcia (klanza, zagadki, zabawy) wprowadziły wszystkich w dobry humor. Dzień Dziecka świętowaliśmy w restauracji Hotelu „Jaśmin”.

U egzotycznych ptaków

Po powrocie do ośrodka każdy z nas otrzymał drobny upominek i słodycze.

Następnego dnia byliśmy w gospodarstwie rolnym na za-



FOT. (2X) ARCHIWUM WZT

proszanie rodziców naszej koleżanki. Podziwialiśmy hodowane tu piękne, egzotyczne ptaki. Innego dnia wybraliśmy się na wycieczkę do Ośrodka Turystyczno-Edukacyjnego

na Dziewiczej Górze. Zwiedziliśmy wspaniałą wystawę fotografii. Jeszcze tu wrócimy i podejmujemy próbę wejścia na wieżę widokową.

UCZESTNICY



21 lipca obchodziliśmy zakończenie roku pracy w Warsztacie Terapii Zajęciowej w Owińskach. W słoneczny dzień byli z nami rodzice i opiekunowie naszych uczestników. Spotkanie rozpoczęło się przedstawieniem w wykonaniu naszych koleżanek i kolegów. Publiczność nagrodziła je gorącymi oklaskami.

Atrakcją były zabawy integracyjne, prowadzone przez animatora” Jakuba Woźniaka. Podzieleni byliśmy na dwie rywalizujące ze sobą drużyny, a równocześnie uczyliśmy się współdziałania. Konkurencje wymagały od nas niezłej kondycji, lecz poradziłyśmy sobie i świetnie się przy

Za cały rok pracy

tym bawiliśmy. Ponadto braliśmy udział w takich konkursach, jak rzut workiem z sianem, a quiz „Jaka to Melodia” wykazał, że nasi uczestnicy mogą się pochwalić dobrą znajomością polskiej piosenki. Piknik zakończyły podziękowania dla terapeutów i wręczenie upominków uczestnikom za cały rok pracy. Teraz czas na letni wypoczynek. Do zobaczenia po wakacjach.

UCZESTNICY



FOT. (3X) ARCHIWUM WZT

Wiersze Zbigniewa Nowaka

Nie uszlachetnia

*Pierwszym knutem zgasi blask oczu,
Następnymi na kolana powali.
Zmiażdży taranem gorączki,
W krwawe wdepcze błoto
I ropną napoi zgnilizną.
Na koniec myśl wypełni rozpaczą
I ciało w jądro bólu zamieni.*

*Tak stał się hartuje – mawiają niekiedy,
To uszlachetnia – mawiają czasami.*

*A ty, jeśli już o stali pomyślisz,
A smak łez z oczu kochanych
Zmysły przestaną odczuwać,
To o tej hartownej, twardej i ostrej,
W mizerykordię przekutej.*

*Lub leżeć będziesz nieszczęśnie
Czekając w upragnieniu,
By w truchło zmienić się szybko
I harpiom, co wokół krążą,
Dać roznieść cierpienie swe w nicość.*

*Lecz jeśli przetrzymać ci dane,
A szczęście nadziei spłynie na ciebie
Z dotknięciem dłoni matczynej,
Czoło znów w mocy uniesiesz
I myślą zastąpisz szal mózgu.*

*Tak stał się hartuje – mawiają niekiedy,
To uszlachetnia – mawiają czasami.*

*Może nad sobą zamyślisz się trochę,
W jądrze bólu sens odszukasz,
Więc nie do hut damasceńskich,
A do cichych gajów Akademii
Drogi twego czucia powiodą.*

*Teraz cierpieniu na pysk uzdę zarzucisz,
Mądrością swą okiełznasz je, oswoisz,
Rzemieniem przemyśleń spętane
Do rydwanu swego przytroczysz
I powleciesz pod łuk tryumfalny
Nie dla zwycięskich cesarów,
Nie dla szlachetnych cierpiących,*

*Lecz dla pobitych a nieuległych,
Z wytrwałości kamienia wzniesiony.*

Sublimacje

*Boleść atramentem kapie z pióra,
Krzywdą w nowy wiersz się składa,
W mózgu odrętwiała dziura,
Gdy na grzbiet nieszczęście spada.*

*Kreską czarną jak spękanie,
Poszarpane nerwów krańce,
Chaotyczne rysowanie
Na kredowej, czystej kartce.*

*Kłucie igły w kropłach tekstu
Lancet przecinkami znaczy.
To, co wiedzie do Hadesu –
Niech przekleństwa Bóg wybaczy.*

*Stosy zabazgranej bieli,
Lepiej przesypiane noce,
Mniej wylanych łez w pościeli,
W ramkach nowe sublimacje.*

Układam słowa

*Układam słowa jak mularz,
Jak cegły i kamień pasuję, docinam,
Węgły i ściany przypory, sklepienia,
Stawiam przy sobie i ciągle przymierzam,
Żeby katedrę strzelistą postawić
I trochę bliżej nieba popłakać.*

*Jak skutnik wyrazy składam,
Stępkę i wręgi pasuję, docinam,
Burty i rufę, maszty, pokłady,
Stawiam przy sobie i ciągle przymierzam,
Żeby smukłego klipra zbudować
I myślą śmiało płynąć za horyzont.*

*Potem kartkę pokrytą pisma zygzakiem
Do rąk z niedowierzaniem biorę,
Bo nie katedra, ni kliper złożony,
A wiatrak pochyły tak stoi
I rozpaczliwie macha skrzydłami,
By jakoś równowagę utrzymać.*

ZE ZBIORU WIERSZY ZBIGNIEWA NOWAKA „SUBLIMACJE”



Olesia
Kornienko
VANCOUVER

Gdy wyjeżdżałam z pokoju, powiedziałam ze śmiechem do Jacka:

– Mam tu twoje okulary, ale chyba zostawię je sobie na pamiątkę. No chyba, że mi coś za nie dasz.

– A co byś chciała? – zapytał Jacek.

– Hm, muszę się zastanowić – odpowiedziałam śmiejąc się już w korytarzu i widząc niezadowoloną minę Małgosi. A Jacek... Jacek nic jej nie powiedział i podążył za mną. Wciąż pytał, co chcę za jego okulary. W odpowiedzi słyszałam tylko mój śmiech. Poszliśmy na bardzo długi spacer nad jezioro. Postanowiłam delikatnie wy badać, czy Jacka i Małgosię coś łączy. Opowiadał o niej dość oschle. Mówił, że oprócz MPD jest, tak jak on, chora na padaczkę, że zapamiętała go z któregoś z poprzednich turnusów i się do niego „przykleiła”. Kiedy powiedziałam, że Małgosia z pewnością czeka na niego w swoim pokoju, zbyt to obojętną miną.

Kiedy tak staliśmy na podjeździe do jeziora, Jacek zrobił ruch, jakby chciał wyciągnąć swoje okulary, które miałam przyczepione za dekolt do bluzki.

– O! Chwileczkę, nie tak szybko! – zawołałam żartobliwie.

– Czego chcesz w zamian? Powiedz chociaż pierwszą literę – dopytywał się Jacek.

– To, co chcę dostać w zamian, jest na literę „p” – powiedziałam z tajemniczym uśmiechem. – Pocałunek?

– Brawo! Zgadłeś – zawołałam, myśląc: wreszcie, nie jesteś zbyt bystry.

Jacek pocałował mnie w usta, a ja natychmiast oddałam mu okulary. Potem długo milczeliśmy, patrząc na spokojną taflę nocnego jeziora.

– Tylko na tyle cię stać? – powiedziałam beczelnie.

Jacek spojrział na mnie ze zdziwieniem:

– Nie. Chcesz więcej?

Całował mnie raptownie, a nawet trochę agresywnie, szczególnie na początku. W dodatku całował zbyt mocno i brakowało mi oddechu. Nie czułam przyjemności, ale czekałam na to, co będzie dalej.

Wreszcie szeptem poprosiłam, żeby zaczął głaskać mnie po plecach pod bluzką. Wreszcie było mi przyjemnie, ale te

Mężczyźni mojego życia

pieszczoły trwały za krótko, bym mogła poddać się uniesieniu. Jacek szybko przesunął dłoń na mój brzuch i prawie natychmiast wyżej. Ale znów zrobił za mocno. Po kilku ruchach przerwałam.

– Tak nie chcę. Chcę tylko, żebyś mnie całował i przytulał.

– Dobrze – zgodził się Jacek.

Tym razem to ja przejęłam inicjatywę. Wyluzowałam się, poddałam instynktowi, całowałam jego usta raz lekko i delikatnie, a za chwilę zmysłowo i namiętnie.

Całowaliśmy się aż do głębokiej nocy. Kiedy się zegnaliśmy, zapytałam Jacka:

– Jak myślisz, całowałam się już?

– Myślę, że wiele razy – odpowiedział bez wahania.

– Zrobiłam to dzisiaj po raz pierwszy – wyznałam z uśmiechem.

– Nie wierzę. Musiałas to robić wcześniej, bo... jesteś niesamowita – powiedział Jacek.

– No dobra. Robiłam to – skłamałam patrząc mu prosto w oczy i głośno się śmiejąc.

Wróciłam do hotelu sama, choć Jacek, który mieszkał w jednym z domków nad jeziorem, zaproponował, że mnie odprowadzi.

Szklane drzwi hotelu były zamknięte, a w holu panował półmrok.

Ta noc była ekscytująca. Czułam się tak, jakbym robiła coś zakazanego. Co więcej, podobano mi się to. Jeszcze raz przez chwilę rozkoszowałam

się pięknem aksamitnego nieba usianego gwiazdami.

Potem nacisnęłam na dzwonek przy drzwiach. Po chwili za szybą pojawiła się zaspana recepcjonistka. Wpuściła mnie bez słowa, ponownie zamknęła drzwi i poszła spać.

Wjechałam windą na pierwsze piętro, a w chwilę później byłam w swoim pokoju. Moja współlokatorka Amelia już od wielu godzin spała.

Podekscytowana długo nie mogłam zasnąć. Byłam z siebie bardzo dumna. W ciągu jednego wieczoru osiągnęłam to, co chciałam. Sprawdziłam, jak daleko mogę się posunąć i czy potrafię utrzymać kontrolę nad sobą i nie tylko.

Następnego dnia spotkaliśmy się na śniadaniu. Przechodząc obok mojego stolika, przy którym siedziałam z Małgosią, Jacek niespodziewanie nachylił się i pocałował mnie w usta. Małgosia była wściekła.

– Co się wczoraj stało? – zapytała, kiedy Jacek odszedł.

– Nic takiego – powiedziałam beztrosko. – Spędziliśmy miły wieczór nad jeziorem.

– No tak. A ja czekałam na niego całą noc! – krzyknęła tak głośno, że wiele osób w stołówce się obejrzało.

– Siłą go nie zatrzymywałam – powiedziałam spokojnie.

– Ale przecież mówił, że przyjdzie do mnie! – prawie łkała Małgosia. – Bo woli mnie! – Gdyby wolał ciebie, to tej nocy byłby z tobą – ucięłam rozmowę.

Koniec



Zbigniew M.
Nowak
KOŁOBRZEG

ROZDZIAŁ SZESNASTY

– Gdzie dzisiaj byliście? – zapytała Natasza sepleniąc. Siedziała na wózku i piła przez wężyk sok grapefruitowy ze stojącego na taborecie kartonowego opakowania.

– Nad jeziorem – odparł. Tu, na mniejszej salce ćwiczeń, rozstał się z Elą, gdyż zmęczona dziewczyna postanowiła wrócić na oddział.

– Rozwędrowaliście się – rzekł pan Józio od stołu, gdzie grał w domino z Postrzelonym. Chłopak ostatnią degustację spirytusu salicylowego omal nie przypłacił życiem. Teraz pokutował siedzeniem na wózku i korzystaniem z cudzej pomocy.

– Rozwędrowaliście?

– No wiesz... Mało jesteście na oddziale, prawie was nie widać...

– Jeśli chodzi ci o te szachy, to dziś po kolacji...

Odwrocił się, żeby przejechać do stołu, i spojrział w okno. Pod drzewem, w grupie pacjentów kliniki, stał ksiądz. Właściwie był to zakonnik. W białym habicie, wyższy od innych, rozprawił o czymś, co chwila składając dłonie. Natychmiast wydał mu się dziwnie znajomy. Widział go już gdzieś... Podjechał do okna i uchylił je.

– Mały?! – zawołał.

Zakonnik obejrzał się i odszukał go wzrokiem.

– Artur?! – krzyknął z niedowierzaniem. – To ty chłopie?!

W kilka długich susów znalazł się pod oknem.

– Mały!...

– No, nie!...

– Ledwie cię poznałem w tym habicie – rzekł Artur jeszcze nie do końca wierząc swoim oczom. – Poczekaj, wyjadę do ciebie.

– Nie wychodź, ja wejdę do ciebie – powiedział Mały. Położył ręce na blaszanym parapecie i rozejrzał się, jak niesforny wisus dbający o to, by nikt nie przylapał go na psocie. Potem podskoczył i sprawnie przeszedł przez okno. Znalazł się w środku.

– Góra z górą, co Arturze? – objął i uściśnął go. – Szczęście Boże wszystkim!

– Niech będzie pochwalony...



FOT. ARCHIWUM

– odpowiedziała Natasza, zaś Postrzelony burknął coś niezrozumiale.

– Co tu robisz? – Artur nie mógł się nadziwić.

– Nawiedzam tutaj moich cierpiących przyjaciół.

– Nic nie wiedziałem, żeś wstąpił do zakonu...

– Ano, tak się stało tuż przed maturą. Powołanie... – uśmiechnął się i rozłożył ręce.

– Kto by pomyślał, że ty... taki zawsze niepokorny i pełen pomysłów. Byłeś pierwszy w klasie, niezrównany w szkole... Kto by zgadł, że ty oddasz się modlitwie i medytacjom.

– Pan Bóg palcem wskazał i wezwał do służby... mojej służby w tym niewiele... Mnie tylko zgodzić się pozostało – odpowiedział Mały kładąc dłonie na piersi. – Ale nie powiem... są tacy – zaśmiał się w głos – którzy twierdzą, że właśnie tą sukienką woli Boskiej się sprzeciwiam.

Arturowi zdawało się, że jego szkolny kolega, mimo swej jowialnej wylewności, mimo głośnego śmiechu, jest trochę nie swój. Czas, który minął od ich ostatniego widzenia, kiedy to było?... Chyba latem, na samym początku czerwca, na wystawie exlibrisów, a może było to na giełdzie sprzętu narciarskiego? Chyba raczej tam albo w „Adebarze” na koncercie jazzowym – byli tam z Elą, tak, ten czas nie zmienił go wiele. Był może jeszcze wyższy, może szczuplejszy, niewiele bardziej poważny i wciąż z tym samym bystrym spojrzeniem.

Stali przyglądając się sobie.

– Jak widzisz, wstąpiłem do dominikanów.

– Jesteś w tym klasztorze na cyplu? – skojarzył.

– Tam. Wiesz, gdzie to jest?

– Widziałem... Ale, że ty tam?...

– Może nawet doczekam tam ślubów, bo tak mi się coś widzi, że już mnie święty Domingo de Guzmán Garcés¹ nie puści do cywila...

– A tu? Co tu porabiasz? W Klinice?... Usiądź – zaproponował miejsce przy stole.

– Dzięki, dość się nasiedzę... – rzekł Mały i zajął miejsce na bliższym krześle. – Pytasz, co ja tu?... Otóż, jestem tu czasem, a konkretniej... średnio raz na dwa, trzy tygodnie przybywam tutaj wesprzeć chorych w przytułku.

– Więc nie w samej Klinice. Za mego pobytu musiałeś przybywać tam wiele razy.

Opowieść osobliwie inna⁽²⁴⁾

– Pewnikiem tak – Mały rozejrzał się po pokoju dłużej zatrzymując wzrok na Nataszy, którą miał teraz vis-à-vis, i na głowie milczącego Postrzelonego.

– Jak to się stało, że nie spotkałimy się wcześniej?

– Też żałuję, ale nie zaglądałem do Kliniki. Dopiero dziś...

– Co za szczęśliwy przypadek.

– Może to nie przypadek? Choć przyznaję, że szczęśliwie się stało. Wciąż miałem ciebie w pamięci... A jak, powiedz, z twoim zdrowiem? Widzę, że jesteś samodzielny...

– Ale leżałem... leżałem jak martwy...

– Wybacz mi, że nie odwiedziłem cię wtedy. Wiem, że chłopaki z klasy wybierali się do ciebie... a ja jakoś...

– Wybierali się tylko. A ty, skoro już zamknąłeś się w tej pustelni dominikańskiej...

– Ale kontakt ze światem mam. To moje grzeszne lenistwo... Eh!... mam wyrzuty sumienia i największe pretensje do siebie, za to że nie byłem wtedy z tobą... W końcu byliśmy najlepszymi kumplami... To niezrozumiałe i niewybaczalne. Do dziś za tamto zadaję sobie pokutę...

– Wtedy było najciężej... Tylko ja tego nie wiedziałem... Spałem i śniłem. Czasem miałem przebłyski świadomości, słyszałem rodziców i wtedy wiedziałem, że muszę się obudzić.

– Wiedzałeś, że żyjesz? To fa-

scydujące. Będziesz musiał kiedyś opowiedzieć mi o tym.

– W przytułku podobnych historii pewnie więcej słyszysz.

– Dlatego tu przybywam, żeby tam pomóc... A przynajmniej usiłuję z taką nieśmiałą nadzieją, że na coś się te moje usiłowania zdadzą...

Tembr głosu zakonnika z wesołego, rozradowanego niespodziewanym spotkaniem, zmienił się w głęboki, poważny, świadczący o dużym zatroskaniu. Popatrzył na Nataszę, potem na Postrzelonego. Widać było, że oboje bez ruchu robią na nim smutne wrażenie.

– Powiedz mi, w jaki sposób chcesz pomóc tym ciężko doświadczonym ludziom? Nie odmienisz ich losu, nie uzdrowisz ich...

– Próbuję dać im nadzieję.

– To znaczy, że i ty wierzysz w odmianę... w niechybny postęp medycyny?... – podkreślił z nieśmiałą satysfakcją.

– Tym akurat nie. Na wyzdrowienie nie mogę dać im pełnej nadziei, choć istotnie, jak się Panu Bogu spodoba... Ale widzisz, dla nich bardzo ważną jest świadomość, że ich taki żywot ma sens, i sens ma ich cierpienie oraz że to, co teraz przeżywają, jest tylko etapem dłuższego, wiecznego życia. Mogę dać im tę nadzieję, mogę dać im znacznie więcej, bo wierzę... mogę pomóc im uwierzyć... Staram się, taki jest mój zamiar...

– To bardzo wzniosłe. Więc jesteś jak misjonarz?... A ten przytułek pełen nieszczęśliwych to taka twoja misja?...

– Bo widzisz, ja czuję się posłany, aby głosić dobrą nowinę chorym i opatrywać rany ich okaleczonych dusz... A ich?... Szukałem, choć nie wiedziałem, że w ogóle są. A oni byli tutaj tacy... i czekali na mnie...

– Sądząc po sobie myślę, że bardzo im pomagasz.

– Tym ludziom potrzebna jest czyjaś obecność, kogoś, kto będzie im towarzyszył w ich emocjonalnych, ale i duchowych przeżyciach.

– Kogoś, kto będzie im mówił o Bogu?...

– Tak myślałem na początku... może masz rację, że trochę pompatycznie... Dzisiaj tamten zapal wydaje mi się zbyt oczywisty, żeby nie powiedzieć porwyczy i dość niedojrzały. Teraz wiem, że bardziej chodzi o to, bym raczej więcej słuchał niż mówił. Bo tak naprawdę jest im teraz potrzebny ktoś taki, kto bez zbędnego wymądrzania się, ze zrozumieniem tej brutalnej krzywdy, która na nich spadła, umiałby ich wysłuchać. Ci ludzie mają wiele do opowiedzenia, do wyrzucenia z siebie... każdy ma jakiś багаż doświadczeń życiowych... Oni są niejednokrotnie załamani i wielu rzeczy nie rozumieją, przez co, niestety – westchnął – często i ja znajduję się w kropce. Nie wszystko jest takie proste, jak by kto sądził, a raczej mało co...

– Co chcesz, oni bardzo cierpią, bardziej, niż my tutaj. Ich świat jest jak ciemny pokój, w którym nawet światelka nadziei nie widać.

– Są pogubieni, wewnętrznie skonfliktowani. Nie oczekują pomocy... nie żądają jej i nie proszą nawet, ale jest im ona potrzebna, jak chleb i woda... jak powietrze... Więc, na miarę moich kompetencji, próbuję pomóc im pojednać się z Bogiem, z otoczeniem... czy z samym sobą.

cdn.



FOT. KAROLINA KASPRZAK

¹ Dominik Guzmán (1170–1221) – hiszpański przebiter, założyciel Zakonu Kaznodziejskiego

Nagradzają dostępne miejsca

„Fyrtel dla wszystkich” – akcję pod taką nazwą wymyślili kilka miesięcy temu przedstawiciele poznańskiego Stowarzyszenia „Bakcyl”. Organizację tę tworzą młodzi ludzie, których interesuje edukacja i rozwój umiejętności przydatnych w pracy. „Fyrtel dla wszystkich” ma na celu wsparcie osób z niepełnosprawnościami oraz umożliwienie im aktywnego udziału w życiu społecznym.

– Zależy nam, aby Poznań był miastem przyjaznym każdemu. Nasza akcja zwraca uwagę, że osoby z ograniczeniami sprawności są obecne w otoczeniu. Żeby mogły odwiedzać różne miejsca i brać udział w wydarzeniach kulturalnych jak inni ludzie, trzeba stworzyć im odpowiednie warunki. W ramach akcji spotykamy się z osobami z niepełnosprawnościami w restauracjach i kawiarniach. Prosimy je o wypełnienie ankiety dotyczącej dostępności miejsca, w którym się znajdują. W ankiecie można między innymi wskazać, czy toaleta jest dostępna, czy obsługa jest przyjazna, czy nie ma schodów albo czy menu jest przygotowane w brajlu. Chcemy stworzyć przewodnik zawierający wykaz restauracji i kawiarni przyjaznych osobom z różnymi niepełnosprawnościami – wyjaśnia Małgorzata Chełkowska-Dorna z wymienionego Stowarzyszenia.

Akcja spotkała się z dużym zainteresowaniem środowiska osób z niepełnosprawnościami. Przyłączyli się do niej między in-

nymi założyciele portalu „Wózkowicze” – Agnieszka Kubicka i Sebastian Mankiewicz. Inicjatywa obejmuje także spotkania redaktorskie w celu przygotowania przewodnika w wersji elektronicznej i papierowej. Lokalom najbardziej otwartym na potrzeby osób z niepełnosprawnościami uczestnicy akcji przyznają certyfikat „Fyrtel dla wszystkich”. Do tej pory taki certyfikat otrzymała kawiarnia „Dobra”, w której pracują osoby z niepełnosprawnością intelektualną, „Republika róż”, „Sama frajda”, „Jadalnia”, „Sphinx”, „Wspólny stół”, „Magazyn” i „Spot”. Te miejsca uzyskały pozytywną opinię za łatwy wjazd dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich, łatwy dostęp do toalet oraz za inicjatywę personelu i gotowość do pomocy. 5 lipca uczestnicy akcji odwiedzili restaurację „Milano” przy Alei Wielkopolskiej.

Maciej uczestniczy w akcji od początku. Cieszy się, gdy może wyrazić własne zdanie w sprawie dostępności danego lokalu. Do tej pory był przekonany, że ze znajomymi może spotykać się tylko w domu, bo w mieście nie ma odpowiednich kawiarni dla osób z niepełnosprawnością. W trakcie wizyt w lokalach przekonał się, że dostosowanych miejsc nie brakuje. Inny uczestnik, Grzegorz ma znaczny niedosłuch. Dla niego ważna jest cierpliwość personelu, kiedy prosi o powtórzenie zdania. Akcję wspiera finansowo firma UWI Inwestycje S.A.

AURELIA PAWLAK



A.M. Krystosik
Gromadzińska
SZCZECIN

Wstołówce wciąż kar-mią dobrze. Gdy któregoś dnia ledwo już żyłam, myślałam o szarlotce. Może to nedoręczne myśleć o szarlotce, gdy dziecko chore..., ale ta myśl dawała mi siłę. Jakże ogromne było moje rozczarowanie, gdy zeszłam na obiad i szarlotki już nie było, a jest codziennie. Aż mi się wtedy płakać chciało.

Pani w stołówce, ta, o której kiedyś pisałam, o królewskim wyglądzie, sama już mi nakłada na talerz jedzenie i robi kawę. Powiedziała jej, że jest mi bardzo miło, ale to chyba smutne, że zna już mnie i moje nawyki żywieniowe. Za często i za długo już tu bywamy.

W kaplicy nadal pachnie liliami i uśmiecha się Matka Boska. Naprawdę się uśmiecha. Nie wiem czy tak było wcześniej... Stoi świeca roratna z niebieską kokardą. Pawełek zaczął robić lampion. Chyba już go nie skończymy. Na roraty chyba już też nie pójdziemy w tym roku.

Obyśmy na święta zdążyli do domu. Przeniosłam się z pisaniem do świetlicy. W sali mamy za towarzyszkę mamę z dziewczynką. Pawełek bardzo się o nią martwi. Tłumaczę mu, że dziewczynka ma zepsuty mózg i dlatego nie potrafi mówić i zachowywać się jak inne dzieci. Pawełek bawi się zabawkami. Odrobił dziś lekcje.

W świetlicy włączone radio. Świąteczne piosenki w tle. W jadalni obok duża, ubrana choinka z kolorowymi lampkami. Ładnie, świątecznie, ale im świąteczniej tym, smutniej. Są tacy, którzy tu zostaną na święta. To niby tylko kartka w kalendarzu, ale żal ściska, gdy człowiek pomyśli, że może będzie musiał tu świętować.

Mamy już opłatek, mamy swoją małą choinkę, zrobiliśmy kilka zabawek. Ale mamy też nadzieję w sercu, że na święta wrócimy do domu.

Na stole piętrzą się kolorowe papiery. Siedzą dzieci,

siedzą rodzice i zamyśleni sklejają gwiazdki, choineczki, śnieżynki i bałwanki. Czy pojadą z nimi do domu, czy zostaną z nimi na oddziale? Czy zostaną zabawki choinkowe w szpitalu, a oni wrócą do domu?

W stołówce można sobie zamówić zestawy świąteczne. Barszcz, bigos, karp, śledzie, piernik, sernik... Nie zamawiamy. Mamy na razie nadzieję.

Chociaż z drugiej strony ustaliliśmy już, że w razie czego Jacek przyjeżdża na święta, a święta numer dwa robimy po naszym powrocie.

Wczoraj wieczorem Pawełek pytał, czy jak będziemy w szpitalu, to pod choinką będą prezenty i czy będzie barszcz i inne wigilijne potrawy? Prezenty może będą w razie czego, ale z resztą trzeba poczekać. Jakoś to będzie. Jak ma być, to będzie. Trzeba się przygotować na wszystko, co możliwe.

Na korytarzu wiszą wycięte przez nas śnieżynki. Trochę już nasz ten oddział. Oswajamy go z każdym po- bytem.

Pracuje tu nasz doktor. Jest na nefrologii, ale to, to samo piętro, te same gabinety. Dla mnie to niezwykle pozytywne odczucie. Jest ktoś znajomy, ktoś nasz, ktoś, kto zajdzie, z Pawełkiem się przywita. Ktoś, do kogo mogę się w razie czego zwrócić. Dla mnie to zmiana przeogromna. Dużo lepiej się dzięki temu czuję.

Na razie koniec pisania. Potem reszta.

Potem jest nocą. Spać by raczej trzeba było. Tak podpowiada rozsądek, ale jak pisanie znów zasmakowałam, to trudno się teraz oderwać. Pisać bym mogła i pisać całą noc, albo dwie czy trzy. Tylko potem oczy nieprzytomne. Jeszcze pół godzinki... nie dłużej.

Jak wspomniałam, Pawcio był dziś w świetlicy, co bardzo dobrze mu zrobiło. Skumplował się z chłopakiem 16-latkami. Rozmawiali z rana o grach komputerowych. K. jest super. Spokojny, ciepły, mądry. Ma w zwyczaj spacerować po korytarzu. Miałam kilka dni temu wrażenie, że jakiś taki samotny i zagadałam go podczas tego spaceru. Ma wygląd prezesa. Powiedziała mu to..., po-



Uczestnicy – z logotypami akcji „Fyrtel dla wszystkich”.

Dwa życia⁽²⁵⁾

wiedziałam, że będzie prezesem. I tak zaczęliśmy wymienić uśmiechy, a dziś już siedział u nas i gadał z Pawełkiem.

ROZDZIAŁ 24 MALUTKA KSIĘŻNICZKA

Za ścianą jest Księżniczka. Tak nazwałam prześliczną, malutką dziewczynkę, która jest w szpitalu z przeogromnym, niezwykłym tatą. Małeńka jest na jego rękach jak piórko. W zasadzie tata nosi ją na jednej ręce. Tata jest silny i wielki, a ona kruchutka, małeńka. Wyglądają razem przewspaniale. Napatrzeć się nie mogę. Tata to chodzący spokój. Pomimo wszystko..., a wiele już przeszli i jeszcze więcej przed nimi. Księżniczka ma hemodializę. Przy niej aparat do dializuje istne monstrum. N. po przejściach na bloku operacyjnym przestała mówić. Uśmiecha się jednak i wyciąga swoją maciupeńką łapkę, by zrobić z nią żółwika. Tata się z nią nie rozstaje. Ona patrzy przyjaźnie na świat. Kiedy płacze, to robi to cichutko. Aż serce pęka jak się widzi jej prawie nieme łzy. Ale nie jest smutna, tylko trochę jakby w swoim świecie.

Na początku w sali był z nami dwulatek blondasek. Chłopiec po przeszczepie, który odzyskał radość, gdy Pawełek zaczął go namawiać do zabawy. Szaleli potem grając wieczorami w piłkę. M. w szpitalu był z tatą. Kolejny niezwykły, dzielny tata, który mężnie znosił wszystkie trudy. Który padał już ze zmęczenia, ale dawał radę. Tata, który nie spał w nocy, bo mały miał leki, bo mały chciał jeść, pić, bo zmieniał pieluszki. Tata pogodny i radosny. Tata stanowczy, gdy trzeba było. Mama oddała nerkę M i odwiedzała tylko swoich bohaterów. Bardzo się polubiliśmy i strasznie szkoda nam było, gdy Pawełek zagorączkował i przenieśli M., by się czymś od nas nie zaraził. Dzieciaki się bawiły, a nam dobrze się gadało. O niczym, tak po prostu.



Pawełek z tatą.

Dobrze jest mieć z kim pogadać, nawet o niczym, w szpitalne wieczory, gdy wszystko jest nie takie, jak by się chciało, gdy jakieś potworne myśli wychodzą z ciemnych kątów. Gdy czasami jest się tak zmęczonym, że nawet już się nie ma siły mieć siły.

M. już szczęśliwie w domu. Oby nigdy tu na oddział nie wrócił. Życzę z całego serca jemu i jego rodzicom. Korytarzowe zabawy zostaną nam w pamięci jako dobre chwile na oddziale.

Mamy na oddziale krzaczka. Drze się wniebogłosy całymi godzinami i ani mama, ani pielęgniarki, ani leki uspokajające nie są w stanie przerwać tej jego histerii. Boże dopomóż mamie jego, która już odchodzi od zmysłów.

Mało już dzieci na oddziale. Idą święta. I oby jak najmniej ich zostało. Oby jak najmniej...

Był Mikołaj. Nawet dwa razy. Ale nie było Mikołaja w Mikołajki. Było to bardzo smutne, bo dzieci czekały... po tym, jak pielęgniarki opowiadały o jego odwiedzinach w poprzednich latach. Ale o tym później.

Rozsądek zwyciężył. Idę spać.

Łóżko mi się zapadło. Pupa śpię na podłodze, ale wciąż zapominam przynieść nitki z hotelu. Może jutro.

Dobranoc Warszawo widziana z daleka. Dobranoc podobno zasypiany śniegiem w Szczecinie.

Sobotnie poranki zazwyczaj bywają w szpitalu senne. Ten jest inny. Już o szóstej rozświetlił się korytarz. Zaczęło się nerwowe bieganie, rozmowy podniesionym głosem. Przyjechały przeszczepy – tak się tu mówi.

Spotkałam przed chwilą mamę, którą poznałam ponad pół roku temu. Byli wtedy na oddziale przechodząc badania do przeszczepu rodzinnego. Wtedy się nie udało. Zarówno mama jak i jej siostra zostały zdyskwalifikowane. Teraz są znów. Pełne nadziei. Jest dawca. Modlę się, by wszystko poszło dobrze. By nikt nie popełnił żadnego błędu. By mogli cieszyć się nowym życiem.

Proszę Cię Boże. Prowadź ręce tych którzy będą operować. Rozjaśnij ich umysł. Żeby się udało. Żeby było dobrze.

Ma przyjechać jeszcze ktoś. Są dwie nerki. Ktoś w nocy zmarł. Pewnie miał wypadek.

Wieczny odpoczynek racz mu dać Panie, a Światłość Wiekuista niechaj mu świeci. Niech spoczywa w pokoju. Amen.

Taka jest druga strona medalu. Ale o niej trzeba myśleć inaczej. Ktoś wykazał

się mądrością i już za życia zadysponował swoje organy dla innych. Albo mądrością wykazała się rodzina i zgodziła się oddać organy potrzebującym. Tytu ich jest. Lista tak długa.

Gdy się tu jest, widzi się dzieci wyniszczone dializami. Dzieci z nóżkami jak patyczki. Błede. Dzieci bez światła w oczach. Zmęczone niemiłosiernie.

Pawcinek śpi. Dziś w nocy znów bolała go nóżka. Za często się to zdarza. Co tydzień. Trzeba będzie poszukać specjalisty, który się tym zajmie. Który zdiagnozuje problem, a nie będzie powtarzać, że to bóle wzrostowe. Tyle razy już to słyszeliśmy. Coraz mniej w to wierzę.

Dziś przyjedzie Jacek, a mój tata wraca do domu. Są w Szczecinie Piotr z Patrycją. Przyjeżdżają dwa razy w roku odwiedzić kraj ojczysty. W tym roku stwierdzili, że takiej zimy jak u nas w Norwegii nie ma. Szkoda, że się nie zobaczymy. Wczoraj był uroczysty obiad. Mama pewnie zrobi jeszcze Wigilię. Wszystko nas omija w tym cholernym szpitalu.

Ale nic to. Trzeba to trzeba. Cóż na to poradzić. Przetrwać z nadzieją na lepsze jutro... pojutrze może. Żeby czasami zacisnąć, pozgrzytać trochę. Pomoże, albo nie pomoże. Zrozumieć? Nie da się. Polubić? Wykluczone. Pogodzić się? To jedno można. Czasami wychodzi trochę lepiej. Czasami trochę gorzej.

Trzeba chyba budzić Pawcia. Za kwadrans prograf. Jeszcze waga i ciśnienie. Poranne rytuały. Ale tak słodko śpi, że aż szkoda. Jak nie wołają, to niech śpi. Sobota w końcu.

Chciałabym pójść do lasu. Tego tu za szpitalem. Wyobrażam sobie, że ścieżka, na której tyle razy się z Pawełkiem bawiłam, jest teraz bajkowo biała. Świerki mają czapy. Musi być pięknie. Tak myślę.

Od dwóch tygodni nie wychodziłam ze szpitala. To nie lato, że się wybiegło na chwilę. Teraz trzeba by było iść do hotelu ubrać się, wyjść na powietrze. Wrócić, znów się przebrać. O nie, to by zajęło ponad godzinę. Oby do wiosny.

cdn.

Wygrał każdy niepełnosprawny



22 czerwca odbył się kolejny Przegląd Form Muzycznych „Muzyka naszą nadzieją”, organizowany przez Warsztaty Terapii Zajęciowej, działający przy Fundacji Inwalidów i Osób Niepełnosprawnych „Miłosierdzie” w Kaliszu.

Patronowali wydarzeniu europoseł Andrzej Grzyb, starosta ostrzeszowski Lech Janicki i burmistrz Ostrzeszowa Mariusz Witka, którzy wraz z prezesem Fundacji „Miłosierdzie” Stanisławem Bronzem byli fundatorami nagród.

W sali kinoteatru „Piast” zaprezentowało się 16 zespołów z powiatu ostrzeszowskiego i południowej Wielkopolski, reprezentujących warsztaty terapii zajęciowej, domy pomocy społecznej, środowiskowe domy samopomocy i zakłady aktywności zawodowej.

Występującym towarzyszyła spora trema. Przygotowanie każdej z prezentacji wymagało wielotygodniowych przygotowań. Efekty były jednak zachwycające: pokaz umiejętności i talentów wywoływał uśmiechy i wzruszenia.

Werdyktem jury przyznano cztery równorzędne nagrody główne i trzy wyróżnienia, naprawdę jednak wygrał każdy niepełnosprawny artysta, który miał odwagę stanąć na scenie i zaprezentować się publiczności.

AGNIESZKA KEMPA



To nie tylko rodzicom zdarza się, że są rozgniewani na swoje dziecko, ale także dzieci niekiedy gniewają się na swoich rodziców. I nie ma w tym niczego zdrożnego, bowiem gniew jest jedną z podstawowych emocji przeżywanych przez każdego człowieka, niezależnie od wieku. Ważne jest jednak to, w jaki sposób człowiek swój gniew wyraża oraz jak sobie z nim radzi.

Gniew nie jest uczuciem przyjemnym, a jednak wybuch gniewu może dać uczucie ulgi, gdy służy rozładowaniu napięcia. Gniew może również służyć maskowaniu istotnych problemów gnębiących człowieka, jakie stara się on stłumić. Wówczas albo wybucha gniewem bez uchwytnej przyczyny, albo kieruje swój gniew ku obiektom zastępczym, pozornie znajdując dla niego usprawiedliwienie. Gniew jako aktywna forma sprzeciwu jest uważany za reakcję zdrowszą od bezradności i pogrążania się w rozpacz. Starajmy się więc poznać swój gniew, aby stał się dla nas sygnałem wewnętrznego niezadowolenia, a nie niszczycielską siłą.

Przeżywanie gniewu zazwyczaj łączy się ze wzmożonym napięciem mięśni, zaciskaniem pięści, podniesionym głosem. W gniewie odczuwamy ucisk w piersiach, oddech staje się przyspieszony i chrapliwy, pantomimika wyraża gotowość do walki. Bo też w istocie rzeczy wskutek głębokiego, przyspieszonego oddechu płuca napędlają się tlenem, a krew napływa do mięśni, co powoduje, że jesteśmy fizycznie silniejsi. Naszym dalekim przodkiem gniew zapewne dodawał odwagi i mocy w walce o utrzymanie się przy życiu.

Dziecięcy gniew wyraża się rozmaicie. U małych dzieci spotykamy się z postacią nazywaną temper tantrum: są to wybuchy wściekłości, gdy dziecko wyraża swój protest gwałtownym krzykiem, rzuca się przy tym na podłogę, nieraz kopie i gryzie. Takie wybuchy gniewu należy raczej łączyć z temperamentem dziecka oraz siłą jego woli, a nie ze skłonnością do gniewnego zachowania się jako cechy charakteru. Wybuchy gniewu najlepiej spokojnie przeczekać, nie poświęcając im szczególnej uwagi. Niekiedy powracające temper tantrum może być rozpaczliwym wołaniem o pomoc, jak to się niekiedy zdarza u małych dzieci opuszczonych przez matkę.

Oswajanie gniewu

U dzieci starszych gniew wyraża się w tupaniu, gniewnym chodzeniu, krzyku, a niekiedy w biciu, rzucaniu przedmiotami czy trzaskaniu drzwiami. Zazwyczaj dzieci naśladują sposób wyrażania gniewu jaki widzą u rodziców, którzy są pod tym względem skutecznymi modelami. Pamiętajmy też, że gniew rodzi gniew, tak więc częsty gniew rodziców spowoduje, że i dziecko będzie często reagowało taką emocją.

Przyczyny gniewu mogą być różne. Istotną rolę odgrywa nie zrównoważony temperament, przyczyniający się do szybko następującego pobudzenia emocjonalnego. Z tego powodu dzieci nadpobudliwe są bardziej skłonne do reagowania gniewem. Tak jednak być nie musi, bowiem aby wystąpił gniew, muszą zadziałać dwa czynniki: stan stresu oraz złe myśli.

Stres, będący pobudzeniem emocjonalnym w sytuacji frustracji, bólu czy lęku, sam nie doprowadzi do gniewu. Na przykład, gdy nasze dziecko nie wraca do domu i boimy się, czy nie wydarzyło się mu coś złego – nie odczuwamy gniewu. Jeżeli jednak najdą nas myśli typu: jaki on nieodpowiedzialny; nie liczy się ze mną; znów robi mi na złość – wówczas będziemy odczuwali gniew.

Gniew rodziców powstaje najczęściej wtedy, gdy dziecko jest nieposłuszne, gdy naraża rodziców na lęk o nie, gdy nie spełnia ich oczekiwań, gdy z jego powodu odczuwają wstyd. Natomiast gniew dziecka wynika przede wszystkim z ograniczania jego dążenia do samodzielności, jego pragnienia swobody. Dziecko często tłumi swój gniew wobec osób których się boi, ale także wobec tych, których kocha. To znaczy tłumi przede wszystkim ekspresję gniewu, „połyka swój gniew”. Niekiedy nie dopuszcza też myśli, że gniewa się na kogoś kogo kocha. A gdy tak pomyśli – ma poczucie winy. Dla zdrowia psychicznego nie jest to korzystne, a i stan somatyczny może na tym ucierpieć, bowiem silne emocje, które są tłumione, mają tendencję do szukania dla siebie ujścia po-

przez takie objawy, jak np. moczenie się czy ból brzucha.

I rodzice, i dzieci mają swoje powody do reagowania gniewem. Rodzice – bo czują się odpowiedzialni za zdrowie i rozwój dziecka, a ono lekceważy ich polecenia. Dzieci – bo dążenie do samodzielności jest prawem ich rozwoju, a rodzice ograniczają to dążenie. Konflikty są więc nieuniknione i dlatego należy umieć je rozwiązywać, a z gniewem trzeba sobie poradzić. W jaki sposób?

Sposoby mogą być rozmaite i należy je dobrać do samego siebie. Dzieciom warto poradzić, aby w chwili narastającego gniewu powiedziały sobie jakieś „zaklęcie”. Mały Wojtuś wymyślił takie: „idź sobie złość, bo dostaniesz w kość!”. A Małgosia: „buru-muru-zyk”. Nie wiadomo co to miało znaczyć, ale widocznie jej gniew dobrze wiedział! Innym znanym sposobem jest wyjście do innego pokoju w chwili pojawiającego się wzburzenia, liczenie do 20 a może i dalej, albo mówienie alfabetu. Skutecznym sposobem może być obmycie twarzy zimną wodą, wypicie szklanki wody czy soku. Ale także spokojne, głębokie oddychanie, które uspokaja szczególnie wtedy, gdy położymy się i oddychamy brzuchem. Takie techniki radzenia sobie z gniewem są przydatne zarówno dzieciom, jak dorosłym, nie są jednak wystarczające. Bowiem obniżają napięcie i uspokajają nas, jednak nie zmieniają gniewnego myślenia.

Dlatego tak bardzo ważne

jest włączenie chwili refleksji i zapytanie siebie: o co właściwie poszło? Czy naprawdę tylko o to, że na przykład znów nie zostały wyniesione śmieci? A może byliśmy rozdrażnieni całkiem inną sytuacją? Może wyładowaliśmy gniew na dziecko, a w istocie rzeczy był on przeznaczony dla innej osoby? I czy naprawdę warto było się gniewać? Co nam to dało?

Taka chwila refleksji jest także potrzebna dzieciom, jakkolwiek nie przychodzi im to łatwo. Warto jednak po uspokojeniu się rozgniewanego dziecka usiąść przed nim (twarzą w twarz) i spróbować wyjaśnić sytuację. A potem powiedzieć: „teraz przemyśl to sam”. Nieco starszemu dziecku można wyjaśnić, że gniew jest emocją, którą możemy kontrolować. Nie gniew ma panować nad nami, ale my nad gniewem. I omówić różne sposoby radzenia sobie z gniewem, niech samo wybierze, albo i wymyśli coś nowego. Takie myślowe zaangażowanie dziecka we własne emocje bardzo sprzyja ich opanowywaniu.

Niezwykle skutecznym sposobem kontrolowania gniewu jest po prostu mówienie o nim w chwili, gdy się pojawi. „Czuję gniew, jestem zła na ciebie, przecież tyle razy tobie mówiłam...” itd. Takie słowne, ale spokojne wyrażanie gniewu jest korzystne zarówno dla dorosłych jak i dla dzieci, bowiem przesuwa ciężar gniewu z fizjologii (reakcje vegetatywne i motoryczne) na świadomie wypowiadane słowa.

W ten sposób uzyskuje się dystans w stosunku do własnych emocji, zmniejsza się napięcie i wysubtelnia uzewnętrznienie gniewu. Zawsze też należy wyjaśnić, o co nam chodzi i dlaczego spełnienie przez dziecko naszych poleceń jest ważne dla współżycia w rodzinie. Oczywiście obowiązuje wzajemność: dziecko też ma prawo powiedzieć, że gniewa się na nas i wyjaśnić dlaczego. Wówczas o wiele łatwiej o negocjacje i o dojście do zgody.

Innym sprzyjającym emocjonalnej kontroli oddziaływaniem wychowawczym jest to, co w psychologii nazywamy odraczeniem gratyfikacji: uczymy dziecko, że nie wszystko, czego pragnie może natychmiast otrzymać, ale musi się nauczyć poczekać. Gratyfikacja, czyli nagradzanie, może być przez rodziców świadomie odraczane. W psychologicznych eksperymentach dawano dzieciom wybór: czy chcesz dostać zaraz jednego cukierka, czy później, ale za to dwa? Wybory dzieci były różne i rozmaite były ich motywy. Niektóre kierowały się zasadą „lepszego wróbel na dachu...”, inne cieszyły samo oczekiwanie na więcej cukierków zamiast jednego. Różne czynniki mogą tu odgrywać rolę, także zaufanie do dorosłej osoby, że nie zapomni o przyrzeczeniu. Odraczenie gratyfikacji nie wpływa bezpośrednio na reakcję gniewu, ale uczy dzieci cierpliwości, a ta sprzyja opanowywaniu emocji. Warto więc nieraz odrzucić pragnienie dziecka.

Pisząc o gniewie miałam na myśli gniew dzieci i gniew rodziców, skierowany nawzajem do siebie. Oczywiście gniew może też dotyczyć osób spoza rodziny. Ale właśnie gniew wobec osób najbliższych jest najbardziej raniący zarówno osobę, ku której jest skierowany, jak i osobę, która gniew przeżywa. I jakkolwiek niekiedy trudno się powstrzymać przed gniewną myślą i gniewną reakcją – to warto przynajmniej złagodzić skutki gniewu zwykłym słowem „przepraszam cię, to nie ja, to mój gniew”.

IRENA OBUCHOWSKA

FOT. KAROLINA KASPRZAK



Z KSIĄŻKI „KOCHAĆ I ROZUMIEĆ” CZ. III

Co się stanie z moim dzieckiem?

Wciągu dnia nie mają ani chwili na odpoczynek. Rano dźwigają swoje dorosłe dzieci po schodach, żeby mogły dotrzeć na zajęcia rehabilitacyjno-terapeutyczne. Potem ruszają do pracy, do codziennych obowiązków. Całodobowej opiece nad dzieckiem towarzyszy nieustanny niepokój i dylemat – co się z nim stanie i kto się nim zaopiekuje, gdy zabraknie bliskich? Rodzice dzieci z niepełnosprawnościami, bo o nich mowa, spotkali się 25 czerwca w Suchym Lesie w powiecie poznańskim na II Forum Rodziców.

Organizatorem wydarzenia była Katedra Ortopedii i Traumatologii Dziecięcej Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu, współorganizatorem – Centrum Kultury i Biblioteka Publiczna w Suchym Lesie. Rodzice i opiekunowie przyjechali z różnych stron kraju, aby wymienić doświadczenia oraz dowiedzieć się ciekawostek dotyczących diagnozy i leczenia zaburzeń funkcjonalnych u dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym, rehabilitacji zawodowej i społecznej dorosłych osób z niepełnosprawnością, form poprawy jakości życia oraz aktywności sportowej. Można było także zasięgnąć informacji co do zmian w przepisach prawnych.

Głos zabrali eksperci, a wśród nich: rektor UM prof. dr hab. med. Jacek Wysocki, prof. dr hab. med. Barbara Steinborn, prof. nadzw. dr hab. Tomasz Tasiemski, dr n. med. Beata Depczyńska, prof. dr hab. med. Marek Józwiak. Tematyka wystąpień była zróżnicowana – od spraw specjalistycznej pomocy medycznej i opieki nad osobami przewlekle chorymi, po formy wsparcia społecznego i włączania osób z niepełnosprawnościami w różne sfery życia.

Duże znaczenie dla rodziców miały wypowiedzi dorosłych osób z mózgowym porażeniem dziecięcym – Anny Król, która ukończyła studia wyższe oraz wydała dwa tomiki własnych wierszy i Łukasza Garczewskiego, wiceprezesa Stowarzysze-

nia na rzecz Dzieci i Młodzieży z Mózgowym Porażeniem Dziecięcym „Żurawinka”. Ich historie pokazały, że człowiek z niepełnosprawnością w dorosłym życiu może osiągać sukcesy, pracować i udzielać się społecznie pod warunkiem, że wcześniej zadba się o dobrą rehabilitację dla niego oraz umożliwi mu kontakt z ludźmi.

– Dużo zawdzięczam mojej mamie, która nie szczędziła sił i determinacji w walce o dobre życie dla mnie. Starła się, abym miała poczucie własnej wartości, nie czuła się gorsza od rówieśników ani też faworyzowana z powodu ograniczeń – mówiła Anna Król.

Wystąpień osób z MPD wysłuchała między innymi Krystyna Zdunik z Wielkopolskiego Oddziału Regionalnego Towarzystwa Przyjaciół Dzieci – Koła Pomocy Dzieciom i Młodzieży Niepełnosprawnej Ruchowo, która wychowuje dwie córki z niepełnosprawnością. Jedną z nich, Ania, także była uczestniczką tegorocznego Forum Rodziców.

– Kilka miesięcy przygotowań, załatwiania, jeżdżenia, potu, dźwigania i nerwów. Wszystko po to, aby spotkać Was! W przyszłym roku jestem gotowa włożyć jeszcze więcej pracy i wysiłku, bo wiem, że warto! – napisała na facebookowej stronie wydarzenia Anna Krzyżńska.

Żadne słowa nie oddadzą trudu całodobowej opieki nad dzieckiem z niepełnosprawnością. Składa się na to głównie troska o sprawy materialne, dostęp do leczenia i rehabilitacji, ale także o przyszłość dziecka z niepełnosprawnością. Po zakończeniu nauki w szkole specjalnej trafia ono najczęściej do warsztatu terapii zajęciowej. Celem WTZ jest przygotowanie do podjęcia pracy, jednak trudno mówić o aktywności zawodowej osób ze znaczną sprzężoną niepełnosprawnością. Funkcjonujący obecnie system wsparcia nawet w najmniejszym stopniu nie uwzględnia potrzeb osób niesamodzielnych, wymagających całodobowej, profesjonalnej opieki. Dlatego rodzice i opiekunowie walczą o ich przy-

szłość, podejmując interwencje w instytucjach publicznych oraz u osób decyzyjnych. Czasem sami tworzą ośrodki całodobowej opieki dla swoich dzieci, jak ś.p. Honorata Wójcicka z Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym – Koło w Poznaniu, która z myślą o przyszłości swojej córki oraz innych osób z niepełnosprawnością intelektualną, we współpracy z rodzicami, powołała do istnienia przy tej organizacji hostel – zastępczy dom rodzinny.

Akcentując sprawę tworzenia miejsc obejmujących kompleksowym wsparciem osoby niesamodzielne z niepełnosprawnościami sprzężonymi, trzeba położyć nacisk na wyraz „całodobowe”. Takim właśnie miejscem jest wyżej wymieniony hostel. Dzielne ośrodki wsparcia, choć ukierunkowane na indywidualne potrzeby i możliwości uczestników, tylko pobieżnie rozwiązują problem opieki nad osobami niesamodzielnymi. Wciąż nie są zabezpieczone potrzeby osób z niepełnosprawnością, które po śmierci jedynego opiekuna zostają zupełnie same. Żaloba, poczucie straty, bezradność i całkiem obcy ludzkie wokół – to zaledwie załamek sytuacji, w której znajduje się człowiek z niepełnosprawnością po odejściu najbliższej osoby.

W praktyce wygląda to tak, że parę godzin po śmierci rodzica do domu osoby z niepełnosprawnością przyjeżdżają policjanci w asyście pracownika miejskiego ośrodka pomocy społecznej i, o ile nikt z rodziny nie ma możliwości sprawowania nad nią opieki, zostaje zabrana do zakładu opiekuńczo-leczniczego albo do domu pomocy społecznej, często oddalonego o kilka, lub co gorsze, kilkadziesiąt kilometrów od miejsca zamieszkania. Cała procedura (na ogół, choć nie twierdząc, że zawsze) odbywa się w sposób uwłaczający godności osoby z niepełnosprawnością, bo jest ona traktowana przedmiotowo, a nie podmiotowo. Odbiera się jej wolność i prawo do samostanowienia o so-

bie. Rzecz jasna, wiele zależy od stopnia i rodzaju niepełnosprawności (od tego, czy osoba jest ubezwłasnowolniona prawnie czy nie), ale przecież urzędnicza niekompetencja wiele razy dała się we znaki także wykształconym i w pełni świadomym swoich praw ludziom z niepełnosprawnościami.

Nieprawdą jest panujące powszechnie przekonanie, że człowiek z głęboką niepełnosprawnością intelektualną nie doświadcza poczucia straty bliskiej osoby i nie wie, co się wokół niego dzieje. Nie wyraża smutku słowami, nie płacze, ale dotkliwie odczuwa brak człowieka, który od chwili narodzin mu towarzyszył. Nagła zmiana otoczenia wpływa na niego niekorzystnie. Pierwsze dni w całodobowej placówce, gdzie przebywa od 80 do 130 przewlekle chorych, są dla osoby z niepełnosprawnością nieopisanym dramatem przy czym słowo „dramat” nie jest wcale przesadzone. Personel placówki koncentruje się na wsparciu w zaspokajaniu potrzeb fizjologicznych, pomijając problem poczucia straty. Profesjonalnej pomocy psychologicznej dla osób z niepełnosprawnościami w żałobie u nas jak na lekarstwo. Podsumowując – w budowaniu kompleksowego systemu wsparcia w pierwszej kolejności warto mieć na uwadze zapewnienie tego wsparcia w formie całodobowej, w placówkach typu hostel, w drugiej – stworzyć osobie z niepełnosprawnością szansę na fachową opiekę w ciągu dnia i zajęcia rehabilitacyjno-terapeutyczne w ośrodkach dziennych.

Dyskusja na temat rozwiązań systemowych, a konkretnie – stworzenia specjalistycznych ośrodków wsparcia dla osób niesamodzielnych po 25 roku życia, toczyła się w Sejmie RP 9 czerwca podczas posiedzenia Komisji Polityki Społecznej i Rodziny. Doświadczenia pokazują niestety, że od słów do czynów droga jest daleka. Na wypełnienie tak znaczących luk trzeba i czasu, i pieniędzy.

KAROLINA KASPRZAK

Czy młodzi ludzie rozumieją problemy osób starszych? Takie pytanie padło w pewnym wywiadzie na temat sytuacji seniorów w polskim społeczeństwie. Myli się ten, kto twierdzi, że rozumieją wystarczająco. Starość, choroba i niedoświadczenie są przez młodzież wypierane. W ich świecie króluje moda na coraz to nowsze media społecznościowe i „łapanie pokemonów” (wirtualną aplikację „Pokemon Go”, która ostatnio stała się bardzo popularna).

Aktywność wirtualna pozwala zmienić sposób myślenia o rzeczywistości. Na małym ekranie wszystko jest ciekawsze, bo barwne, szybkie, piękne. Głowa pochylona nad smartfonem nie chłonie informacji o tym, co dzieje się dookoła – na ulicy, w sklepie, w parku. Oczywiście, nie wszyscy młodzi „łapią pokemony” w różnych częściach miasta i nie wszyscy, którzy to czynią, są pozbawieni głębszej refleksji na temat starości. Ale większość – tak.

Zjawisko niezrozumienia osób starszych i chorych będzie się niestety pogłębiać. Do tego może przyczynić się (oczywiście, o ile dojdzie do skutku) zamiar nie lokowania placówek opiekuńczo-wychowawczych w budynkach, w których mieszczą się domy pomocy i inne instytucje opiekuńcze dla ludzi starszych. Taki właśnie pomysł pojawił się w projekcie nowelizacji ustawy o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej, ustawy o pomocy społecznej, ustawy o zmianie ustawy o samorządzie gminnym oraz niektórych innych ustaw. Dokładny zapis w projekcie brzmi: „Placówka wsparcia dziennego nie może się mieścić w jednym budynku z jednostką organizacyjną wspierania rodziny i systemu pieczy zastępczej, jednostką organizacyjną pomocy społecznej, jednostką organizacyjną systemu oświaty, ośrodkiem wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie, podmiotem leczniczym, jednostką organizacyjną wymiaru sprawiedliwości, zakładem aktywności zawodowej lub izbą wytrzeźwień”.

Gdybym tę wiadomość przeczytała 1 kwietnia, pomyślałabym że to żart, choć daleka jestem od rozmyślań nad primaaprilisowymi żartami. Niestety, nie jest to żart ani sen, a smutna rzeczywistość,

Młodzi wobec starości



FOT. WWW.INFO.PL

która różnym grupom społecznym może odebrać szansę na budowanie więzi i integrację. Mając na względzie powyższy zapis można żywić obawę, że negatywny odbiór społeczny będzie miało też na przykład tworzenie DPS w pobliżu placówek opiekuńczo-wychowawczych. Wychowankowie domów dziecka nie nawiążą przyjaźni z osobami starszymi, a aktywność zawodowa osób z niepełnosprawnościami nie będzie dostrzeżona przez inne grupy zagrożone społecznym wykluczeniem bądź wykluczone. Taki wzór aktywności bez wątpienia pomógłby w podźwignięciu się z kryzysu. Nie jest to zresztą jedyny argument przeciwko temu pomysłowi.

„Dzieci nie powinny dorastać w otoczeniu ludzi chorowanych i starych, bo to wpłynie źle na proces wychowawczy” – tak brzmi jeden z argumentów przemawiających „za” projektem. Faktu, że w życiu dorosłym będą bały się wejść do hospicjum, a na widok staruszki poczują obrzydzenie, nie bierze się pod uwagę. Nie zapomnę nigdy reakcji matki idącej na ulicy, która na widok przygarbionego, bełkoczącego (najprawdopodobniej na skutek przewlekłej choroby) mężczyzny, zakryła swoim dziecku oczy mówiąc: „Nie patrz, bo jeszcze ci się tak stanie!”.

Kiedyś powszechne było zamieszkiwanie rodzin wielopo-

koleniowych w jednym domu. Dzieci miały ciągły kontakt z dziadkami – chodziły z nimi na spacer, odrabiały w ich obecności lekcje, a co najistotniejsze, pomagały w drobnych czynnościach związanych z opieką nad osobą starszą, gdy ta wymagała wsparcia. Młodzież licealna w ramach aktywności społecznej (wtedy jeszcze nie nazywanej wolontariatem) nosiła seniorom po schodach węgiel, aby mieli czym napalić w piecu. W okresie świąt Bożego Narodzenia i Wielkiej Nocy chodziło się z wizytą do mieszkańców domu pomocy społecznej. Między dziećmi i młodzieżą a seniorami nawiązywały się przyjaźnie trwające potem przez wiele lat.

Cały czas pokutuje mit, że starsi ludzie są niepotrzebni społeczeństwu. Mit ten przy każdej okazji należy zwalczać, choćby takimi inicjatywami jak rodzinne spotkania przy stole czy zachęcanie dziecka do wspólnych odwiedzin osoby samotnej. W ludziach starszych tkwi, wcale nie mniejszy niż w młodych, potencjał możliwości.

Jaka jest współczesna młodzież i czy o swoich problemach może zawsze porozmawiać z dorosłymi? Odpowiedzi na to pytanie udzieliły zorganizowane pod koniec lipca w Warszawie warsztaty z „Google Trends”, podczas których omawiano między innymi aktywność młodych w tej popu-

larnej wyszukiwarce. Okazało się, że wyszukiwane frazy najczęściej rozpoczynają się od: „Jak powiedzieć mamie...”, natomiast praktycznie w ogóle nie zaczynają się od: „Jak powiedzieć tacie/babci/dziadkowi...”. Młodzi mają problem z informowaniem rodziców, nawet o bardzo prozaicznych sprawach. Oparcia szukają najczęściej w grupie rówieśniczej, rzadko u osób starszych.

Imponującym przykładem integracji dwóch różnych grup społecznych jest umieszczony w tym samym, co Warsztat Terapii Zajęciowej, budynku Dzienny Dom Opieki „Senior Vigor” w Luboniu w powiecie poznańskim. Osoby z niepełnosprawnościami utrzymują stały kontakt z ludźmi starszymi, wspólnie organizują różne wydarzenia, na które zapraszają dzieci z przedszkoli oraz ze szkół podstawowych. Na integracji międzypokoleniowej dużo uwagi skupiają inne państwa. W Seattle (mieście w stanie Waszyngton) działa Zintegrowane Centrum Edukacji, w którym mieści się przedszkole i dom spokojnej starości. Zaobserwowano, że pełne energii dzieci wpłynęły pozytywnie na stan psychiczny osób starszych. Rodzice chętnie posyłają swoje pociechy do tego przedszkola wiedząc, że dzięki temu będą mogły oswoić się z tematem starości.

Temat niepełnosprawności, starzenia się i śmierci – to najtrudniejsze tematy rozmów. W jaki sposób rozmawiać z dziećmi na takie tematy radzą autorytety naukowe, między innymi nieżyjąca już profesor Irena Obuchowska, która w licznych artykułach popularnonaukowych akcentowała istotę nawiązywania prawidłowych relacji z dziećmi. Z wyżej wymienionymi zjawiskami należy oswajać możliwie jak najwcześniej. Czynnikiem tak sprawiamy, że w dorosłym życiu nasze dziecko nie będzie odwracało oczu od ludzkiego cierpienia.

KAROLINA KASPRZAK



Marcin
Wojcieszak
POBIEDZISKA

Stowarzyszenie Wspiera-
nia Transplantacji Szpiku
i Onkologii Dziecięcej „Dzie-
ciaki Chojraki” zorganizowa-
ło 17 lipca na przystani rzecz-
nej przy Moście Królowej Ja-
dwi w Poznaniu piknik chary-
tatywny pod nazwą „Wartą dla
Chojraków”. Celem była zbór-
ka pieniędzy na rozbudowę
Kliniki Onkologii, Hematologii
i Transplantologii Pediatricz-
nej Szpitala Klinicznego im.



Lód smakuje.



Puszczanie baniek.



Sztuczne motyle zwróciły uwagę dzieci.



Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 3 w Lubniu.

Piknik



Golden retrievery były przyjazne dzieciom.



Występy artystyczne.



Do mety sztafety pływackiej.

Karola Jonschera. Dokumen-
tacja i pozwolenia na budowę
są. Całkowity koszt inwestycji
wynosi 31,2 mln złotych. Pik-
nik był metą sztafety pływac-
kiej – 15 pływaków przez 6 dni
pokonało 500 km rzeką Wpław.
Wszystko z myślą o chorych
maluchach.

Szpital im. Jonschera jest je-
dynym miejscem w Wielkopols-
ce, gdzie leczy się nowotwory
u dzieci i młodzieży. Obec-
ne warunki uniemożliwiają ro-
dzicom pobyt z dziećmi w Kli-
nicy. Opiekunowie śpią na pod-
łodze, utrudniony jest dostęp
do łazienki, nie ma łodówek,

„Chojraków”



Prof. Jacek Wachowiak (w środku) z wolontariuszami Stowarzyszenia „Dzieciaki Chojraki”.

w których mogliby przechowywać jedzenie. Ten stan rzeczy ma zmienić rozbudowa Kliniki. Jest szansa na współfinansowanie projektu ze środków Unii Europejskiej, jednak żeby je otrzymać, potrzeba wkładu własnego w wysokości 15% wartości inwestycji, czyli 4,6 mln złotych.

Były pokazy Szkoły Sztuki Cyrkowej, animacje dla dzieci, stoiska służb mundurowych, zajęcia piłkarskie z Akademią Reissa, występy dzieci ze Szkoły Podstawowej nr 3 w Luboniu, pokaz tresury psów, taniec zumbi i inne. Prof. dr hab. med. Jacek Wachowiak, kierownik Kliniki z uczestnikami pikniku witiał bohaterów sztafety wodnej. Przedstawiciele firmy „Punk team” wręczyli mu czek na kwotę 50 tysięcy złotych. Niedzielne popołudnie pokazało, że nie brakuje ludzi, którzy chcą pomagać. Więcej informacji: www.dzieciaki-chojraki.pl Na podanej stronie znajduje się numer konta, na który można przekazywać darowizny na rozbudowę Kliniki.



Oklaski dla pływaków.



Rodzinny odpoczynek.



Zajęcia taneczne.



Darowizna od firmy „Punk team”.

FILANTROP NASZYCH CZASÓW. Miesięcznik.

REDAGUJĄ: Marcin Bajerowicz – redaktor naczelny, Karolina Kasprzak – zastępca redaktora naczelnego, Błażej Friedrich, Stanisław Furmaniak, Andrzej Grzelachowski Aga, Monika Janc, Sylwia Kośmider, Aleksandra Lewandowska, Maciej Sieradzki, Zbigniew Strugała, Robert Wrzesiński.

ADRES REDAKCJI: 60-681 Poznań os. Bolesława Chrobrego 33 m 65 tel. 822-64-54, kom. 608-311-903 e-mail: mbajerowicz@wp.pl www.jadwiga.org; kida@post.pl

WYDAWCA: Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Filantrop” os. Bolesława Chrobrego 33 m 65 60-681 Poznań, tel. 608-311-903, 61-8226-454, www.filantrop.org.pl

KONTO: BZ WBK SA VI/O Poznań 28-1090-1362-0000-0001-0665-8259

DRUK: DRUKARNIA „KOM-DRUK” Grzegorz Komisarek ul. Karpieńskiej 16 60-462 Poznań tel. 618 172 206 e-mail: komdruk@wp.pl

Redakcja zastrzega sobie prawo skrótno i zmian w nadsyłanych materiałach oraz nie bierze odpowiedzialności za ich autorstwo.

Za treść reklam i ogłoszeń redakcja nie ponosi odpowiedzialności.



Jerzy
Szulc
WARSZAWA

JEDEN ZA WSZYSTKICH

Było pięciu:
Czterej cwaniacy
Zachęcali piątego
Do pracy.

NIEPOROZUMIENIE

Zwykle kompetentni
Pracowici lenie
Miast sięgać po rozum
Sięgają po mienie.

CHOROWITY

Choruje
Na nowo,
Bo znów
Popił zdrowo.

Fraszki

METAMORFOZA

Barana na konia
Się wsadza i z niego
Dopiero się robi
Kozła ofiarnego.

MUZYKOLOGIA

Często na zagrywki
Ma wpływ nie maestro,
Lecz ten, kto się kryje
Za całą orkiestrą.

KRYZYS

Często
I autorytety
Budowane
Są z tandety.

ZAPALENIEC

Myślał, że motyka
Do słońca dotyka.

WSPÓLNOTA

Łączą nas
Wspólne drogi,
Rzekła
Kula u nogi.

NIEBORAK

Ciągle miał do tyłu
Albo na wznak,
Bo jego znakiem
Zodiaku był rak.

Myśli prosto z głowy



Tadeusz
Maryniak
WARSZAWA

- Najbardziej mszczą się drobiazgi, które lekceważymy.
- Człowiek, żeby zwyciężyć, często staje się nieobliczalny w swoim okrucieństwie i podłości.
- Zazwyczaj ludzie ułomni najczęściej są niezłomni.
- Trzeba się uczyć latami, żeby wiedzieć, czego nie należy się uczyć.
- Nie budźmy tego, co drzemie w nas, bo może się okazać bardzo groźną bestią.
- Charakter człowieka najczęściej

poznajemy dopiero w ekstremalnych sytuacjach.

- Najłżejsze są cudze kajdany.
- Największą umiejętnością niektórych polityków jest umiejętność zmieniania poglądów.
- Lepiej znać się z widzenia, niżli się ochoty się widzieć.
- Ludzie powinni służyć Bogu, a nie go zastępować.
- Genialność Boga polega na tym, że jako osoba niematerialna stworzył materialny świat.
- Niejedną działkę można by obsadzić tymi malinami, w które nas wpuszczono.



Lech
Jakób
KOŁOBRZEG

- Kultura bakterii trwalsza od ludzkiej.
- Oczekuje się od artysty, by stworzył coś z niczego. I słusznie. Gorzej, gdy czynią to politycy.
- Walka o władzę przypomina rwetes wróbli przy końskim łajnie. Wprawdzie każdy coś tam uszczknie, ale i każdy się utyli.
- Menu życia? Ból na śniadanie, lęk na obiad, wieczerza z cierpienia.
- Diabeł wierzy w naszą pomoc. A my, dobrzy ludzie, nie potrafimy odmówić.
- Nawet

Aforyzmy

w najokazalszym i najpiękniejszym kieliszku sto gram wódki to tylko sto gram wódki.

- Jeśli mowa o czasie, to niechaj biegnie – Bóg z nim. Gonić go nie będę.
- Mam sąsiadów mieszkających nade mną, pode mną i obok. Lecz najbardziej uciążliwy rodzaj – mieszkających we mnie.
- Idea może i wierna, ale nie wiadomo komu.
- Słabość jest najmocniejsza. W końcu pokona każdego.
- Ulubiona grzechotka psychoanalizy? Dzieciństwo.
- Z nadmiaru kurtuazji i cegłę można nazwać marmurem.



Firma transportowo w Luboniu

– Nu i co teraz, Hirus? – blubro! Knajder.

– Ady przestań, bo już mnie łeb boli! Weź się lepi za robote, bo za nos nikt nie będzie tetro! Weź szpynij, kto to się dó nos rechlo!

– Mundek, ta pierdoła z Gundek! Ciekawy jezdem, co go tu sprowadzo?

Knajder szpyni na Mundka i zaczął się chichrać. Mundek miał całkiem kłuke spuchniytom. Zupełnie jak bania!

– Mundek! Gilejo jedna, co ci się stało? Pewnie cie piszczoła ugryzła, nie?

– Chciała ugryźć, ale nie zdónżyła, bo jóm moja Fróncka kopyściom zabiła! Co wy szczony tu tetrozie? Co to mo być z tegó?

– To mo być coś w rodzaju dryndy. Nu i mamy kłopot, bo sóm nom potrzebne felgi ze szprychami, a nie momy!

Teraz Mundek zaczął się z nos chichrać.

– Wej, a po co wam te ryksze? – To ty nic nie wysz? My oba z Knajdrym zakładomy spółke. Otwieromy firme transportowom. Bydmy wiare wozic!

– Wej, na tym? – rozdziawił pape Mundek i klepoł się po łbie. Pokazywoł nom, że mamy rapla!

– Ty się zaś nie chichrej – zga-

sił go Knajder – bo to dla nos ważno sprawa! Dryndy drogo kosztują, jak chcesz jechać, nie? Nu bo byznyna drogo! I powidyż mi, który emeryt abo ryncista może se na to pozwolić? A jak my zaczmy wiare wozic, to za pół darmo i jeszczyk nie bydmy zatruwać środowiska! Widzioteś Mundek, co my tu wykombinowali?

Pochichroł się Mundek pod klukom, pochichroł i poloz sobie. A my zabrali się fest za tetrane. Bez dwa tygodnie mieli my nasze pojazdy fertyg. Zrobili my honorowóm jazde wkóło „Allaha”. Za nami leciało pełno trzeszczoków i nawet staro wiara szpynowała zza winkła. Piynknie te nasze dryndy wyglónały: z przodu jedno koło, a z tyłu dwa i siedzenie dla klientów. I to jeszczyk jakie! Wyściełane! Jak babci kanapa!

A nad kanapóm daszek! Pucyli my się jak nie wyjm! A prezes emeryckich ogródków działkowych to ni mógł się nadziwić i nawet się kozoł przewieść. A późni musieli my wozic trzeszczoki.

Wuja Marych godoł, że mu przypominomy Wietnam abo Chiny, ale nos to nic nie obchodziło.

Na drugi dziyń zajechali my

pod Urząd Miejski w Luboniu z wnioskiem o zezwolyne na naszom firme. Sóm burmistrz wypysł z pokoju, aby te nasze dryndy zoboczy! Oglundoł z każdy stróny. Szpyncowoł a szpyncowoł i podziwił robote. Nó i zezwolenie my dostali!

Wozili my wiare na cmyntorz, na rynek i gdzie się dało. Tak-sówkorze to się na nos wścikały, że łoz coś! Jak my kogó wieźli, to na nos trumbili i pokazywali, że mamy coś z gorami. Interes nom szedł, nie powiym.

Aż roz stało się nieszczynście! Knajder wioz na siedzynie takiego grubasa, co miał cheba ze 120 kilo. Jakiś szofer, co jechoł za nimi, zatrumbiół, a biydny Knajder wleciał w dziure na jezdní i zrobiła mu się z koła ósymka! Grubas wylecioł z dryndy i narobiół wrzasku. Jo nadjechałom i się pytom:

– Knajder, co wam się stało?

– Nie widzisz, że mamy awarie, a jo jezdym cołki skatajóny! To już koniec naszej firmy! Teraz ide do chaty, a tam jak się położe na mojom starom leżanke, to przyndzy nie wstane, jak jutro rano! Za żadne bejmy! I wyincy już mnie nie namowiej na żadnom firme transportowom!

BENON MATECKI

O błędzącym

„Errare humanum est”
– powtarzał
dość często
z niewinną miną,
aż mu to w końcu
weszło w krew
i stało się maksymą.

Pomylił ścieżki
proste i kręte –
i tak zagubił się
w tej topografii,
że teraz nie wie,
na którą z nich wejść,
by na właściwą trafić.

Raczkujący biznesmen

Zgromadził (sza!)
Za komunę
Spory zielony
Kapitałik
I cieszył się
Obserwując
Jak się system wali.

Dziś płacze,
Choć nowy system
Powinien go
Uszczęśliwić –
Kapitał zjadła
Inflacja, a resztką
Mafia się żywi...

Licz na siebie

Kiedy dręczą cię
Zmartwienia,
Nie płacz, nie rób
Smętnej miny,
Bo nie znajdziesz
Zrozumienia,
Lecz – narazisz się
Na kpiny.

KRYSTYNA SYLWESTRZAK
GDAŃSK

Galeria Sztuki i Kultury Publicznej Biblioteki Pedagogicznej Regionalnego Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli w Częstochowie zaprezentowała indywidualną wystawę rysunku i malarstwa Waldemara Rękawika. Towarzyszyła ona kwietniowej konferencji „Opowieści o wyjątkowym życiu” w auli tegoż Ośrodka, zorganizowanej w ramach projektu „Być wyjątkowym! Tydzień życia z niepełnosprawnością”.

Artysta urodził się w 1961 roku w Starachowicach. Ukończył kieleckie Państwowe Liceum Sztuk Plastycznych im. Józefa Szerementowskiego. W pewnym etapie swego życia zachorował i przebywa na stałe w Domu Pomocy Społecznej w Łagiewnikach koło Chmielnika, przeznaczonym dla mężczyzn z zaburzeniami nerwowymi i psychicznymi. Artysta nie może samodzielnie opuszczać Domu.

Uprawia malarstwo olejne, akrylowe, temperowe, pastelowe oraz rysunek ołówkiem i kredkami. Inspiruje go natura, nawiązuje w swoich pracach do różnych stylów i kierunków w malarstwie, a szczególnie do symbolizmu, ekspresjonizmu, także kubizmu. Ale przede wszystkim jest twórcą oryginalnym, w swoich wizjach wyraża samego siebie, własne lęki i stany psychiczne. Jest to widoczne w jego pejzażach, portretach, aktach, kompozycjach metaforycznych, fantastycznych deformacjach rzeczywistości. Niekiedy postacie na jego obrazach wyglądają jak totemiczne, pierwotne rzeźby. W wielu rysunkach i obrazach Waldka przenikają się jakby dwie jego osobo-

Sztuka wyjątkowa



Waldemar Rękawik w swojej pracowni.



wości: malarza wykształconego w liceum plastycznym, świadomego swoich umiejętności i późniejszego pacjenta szpitala schorowanych i zmęczonych dusz. Artysta tworzy jednocześnie prace poniekąd wyczerpane, jak i dziwne, niepowtarzalne. Choroba może uruchomić w człowieku uśpione pokłady potencjału twórczego.

Twórca jest objęty w Domu

arteterapią za pośrednictwem sztuk plastycznych. Leczenie przez sztukę obejmuje w Łagiewnikach grupę pensjonariuszy. Waldemar wyróżnia się w niej. Życzę mu, aby dzięki swej twórczości był w oczach najbliższych kimś cennym i niepowtarzalnym, z kogo jest się dumnym. Dzięki jego pracom można poznać tajemnicę osobowości twórczej artysty.



FOT. (5X) MARCIN BŁOCH

Skuteczna arteterapia to tworzenie bez przymusu, dla przyjemności. Waldemar, tworząc swoje prace, pozbywa się dręczących go toksycznych myśli. Dlatego od czasu nauki w Kielcach jego sztuka ewoluowała. Dzisiaj dysponuje rozległą skalą zróżnicowanych środków wyrazu plastycznego. Ze swobodą porusza się w świecie barw, które komponuje w zależności od wyrażanych emocji i nastrojów. W swoim dorobku ma dużo autoportretów. Niektóre są wyraźnie akademickie, inne odmiennie, pełne niepokojących deformacji i barw.

Artysta miał kilka wystaw indywidualnych w Starachowicach, Chmielniku i Kielcach. Brał udział w wielu wystawach zbiorowych. Działal w amatorskim ruchu plastycznym w Starachowicach. Jest laureatem wielu nagród i wyróżnień w konkursach plastycznych dla osób niepełnosprawnych. Jego prace znajdują się w kolekcjach prywatnych w kraju i za granicą.

MAREK CZARNOŁĘSKI



Autoportret symbolizny.

29 litrów krwi



W oczekiwaniu na oddanie krwi.

Podczas akcji krwiodawczej 26 czerwca zorganizowanej przez Klub Honorowych Dawców Krwi PCK „Luboniana” w Luboniu w pomieszczeniach Szkoły Podstawowej nr 1 w Luboniu 64 osoby, w tym 21 kobiet, oddały blisko 29 litrów krwi.

W przeprowadzenie poboru było zaangażowanych 11 pracowników Regionalne-

go Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa, którym organizacyjnie pomagali: Piotr Nowak, Józef Wyzujak i Zbyszek Wojciechowski. Akcję tradycyjnie sponsorowali: „Dramers” SA Rabowice koło Swarzędza, „Unilever” i „Lech” Browary Wielkopolski. Pomieszczenia Szkoły Podstawowej nr 1 udostępnił dyrektor Grzegorz Anioła.

ROBERT WRZESIŃSKI

Piknik z tenisem

Członkowie sekcji tenisa stołowego Sportowego Stowarzyszenia Inwalidów „Start” uczestniczyli w pierwszym pikniku z tenisem stołowym zorganizowanym przez Szkolny Klub Tenisa Stołowego przy współpracy z Zespołem Szkół z Oddziałami Specjalnymi nr 1 na os. Stare Żegrze 1.

Podczas rozgrywek dziękowano wszystkim instytucjom wspierającym szkołę i klub.

Tenisisci stołowi „Startu”, których trenuje Marian Stefaniak, byli usatysfakcjonowani faktem, że impreza miała charakter integracyjny, dzięki czemu mieli okazję rywalizować z zawodnikami w pełni sprawnymi.

Do dyspozycji zawodników z niepełnosprawnością były również miniaturowe stoły tenisowe.

ROBERT WRZESIŃSKI



FOT. ROBERT WRZESIŃSKI

Fanty w „Azylu”



Podczas loterii fantowej.

Klub Integracyjny Dzieci i Młodzieży „Azyl” z osiedla Orła Białego w Poznaniu uczestniczył w imprezie plenerowej „Rodzinnie na Orła Białego”, zorganizowanej w niedzielę 19 czerwca przez Spółdzielnię Mieszkaniową „Osiedle Młodych” i Dom Kultury „Na Pięterku”.

Członkowie klubu i ich rodzice przeprowadzili loterię fantową, w której każdy los wygrał. Dochód z niej przeznaczono na działalność klubu. Jest on czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 16 do 20. Klub prowadzi zajęcia świetlicowe i rehabilitacyjne.

ROBERT WRZESIŃSKI

DRUKARNIA

KOM - DRUK

DRUK DO FORMATU B2
ULOTKI I PLAKATY
WIZYTÓWKI
KSIĄŻKI
FOLDERY
KALENDARZE
SZTANCOWANIE
PROJEKTOWANIE GRAFICZNE
DRUK OFFSETOWY I CYFROWY

ul. Karpińskiej 16, 60-462 Poznań

tel. 618 172 206

www.komdruk.pl | mail: komdruk@wp.pl

9 czerwca na przystani żeglarskiej w Dymaczewie Nowym odbyły się VI Regionalne Regaty Olimpiad Specjalnych w Żeglarskim i Kajakarstwie. Organizatorem był Klub „Elegant Mosina” przy Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym im. Janusza Korczaka w Mosinie, a współorganizatorem Olimpiady Specjalnej Oddział Wielkopolska w Poznaniu.

W imprezie udział wzięło 55 zawodników z 10 Klubów Olimpiad Specjalnych: „Krzemień”, „Amikus”, „Serafy”, „Bahia”, „Olimpijskie Konie”, „Miłek” i „DOA” z Poznania, „Szóstka” z Leszna, „Elfy” z „Wolsztyna” i „Elegant” z Mosiny.

Regaty poprzedzono treningami 7 i 8 czerwca. W uroczystości otwarcia udział wzięli: wicestarosta poznański Tomasz Łubiński, kierownik Ośrodka Sportu i Rekreacji w Mosinie Waldemar Demuth, dyrektor Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. Janusza Korczaka w Mosinie Bożena Mazur i przewodniczący Komisji Szkolenia Wielkopolskiego Okręgowego Związku Żeglarskiego Michał Nitshke.

W Dymaczewie pod żaglami



– Co roku spotyka się tu coraz większa liczba zawodników. Nie ma zwycięzców ani przegranych, a największą nagrodą jest radość ze wspólnego spotkania i możliwość zdobywania nowych umiejętności – powiedziała Bożena Mazur.

Po wciągnięciu flagi na maszt, wysłuchaniu hymnu i odczytaniu przysięgi nastąpił najważniejszy moment dla zawodników: rozpoczęcie startów. Wszyscy uczestnicy regat zajęli miejsca na podium, zdobywając medale.

ROBERT WRZESIŃSKI



FOT. (4X) ROBERT WRZESIŃSKI