

PISMO RUCHU TWÓRCZEGO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

FILANTROP

n a s z y c h c z a s ó w

Nr (291) 2 • Poznań • luty 2019 • Nr indeksu 327948 • ISSN 1231-8876



FOT. KAROLINA KASPRZAK

„Pomaganie jest dziecinnie proste” – tak brzmiało hasło 27 finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Więcej w artykule „Ocalić zdrowie i życie cierpiących”.

Str. 4 i 5

FINANSUJĄ



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych



POWIAT
POZNAŃSKI

PATRONUJĄ



W NUMERZE:

- Dlaczego?!** str. 3
- Dzięki niej
mój synek ma szansę** str. 6
- Ciężar zbyt wielki** str. 12
- Nigdy o Pani
nie zapomnimy** str. 12 i 13
- Jak to jest nie widzieć,
gdy pod stopami lód** str. 15
- Chińska kaligrafia** str. 16
- Radość darów** str. 32 i 33
- Dawcy krwi – dzieciom** str. 34
- Łapacz snów** str. 46

Wielkopoolanka prezesem PFRON

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych od 20 grudnia 2018 roku ma nowego prezesa. Prezes Rady Ministrów powołał na to stanowisko Marlenę Maląg, która dotychczas była wicewojewodą wielkopolskim. Nominację wręczyła jej Elżbieta Rafalska, minister rodziny, pracy i polityki społecznej.

Marlena Maląg jest absolwentką Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Częstochowie. Ukończyła również studia podyplomowe, m.in. w zakresie matematyki i informatyki na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza i zarządzania instytucjami oświatowymi na Politechnice Poznańskiej.

Przez wiele lat była związana z oświatą – pracowała jako nauczyciel dyplomowany. W latach 1999-2011 pełniła funkcję dyrektora Publicznego Gimnazjum im. Jana Pawła II oraz Liceum Ogólnokształcącego w Ostrowie Wielkopolskim. W latach 2011-2012 była naczelnikiem Wydziału Edukacji Urzędu Miejskiego, a od 2012 do 2014 roku pełni-

ła funkcję zastępcy prezidenta Ostrowa Wielkopolskiego.

W kadencji 2002-2006 była radną Rady Miasta Ostrowa Wielkopolskiego, a w latach

2006-2016 radną Rady Powiatu Ostrowskiego. Od stycznia 2016 do grudnia 2018 sprawowała urząd wicewojewody wielkopolskiego. Angażowała się wówczas w realizację po-

lityki prorodzinnej na terenie Wielkopolski, inicjując projekt pod nazwą: „Wielkopolska stawia na rodzinę”. Obecnie jest radną Sejmiku Województwa Wielkopolskiego. *Oprac. KK.*



Marlena Maląg, nowy prezes PFRON (w środku) z aktem powołania wręczonym przez Elżbietę Rafalską, ministra rodziny, pracy i polityki społecznej. Z prawej Krzysztof Michałkiewicz, pełnomocnik rządu do spraw osób niepełnosprawnych.

FOT. ŹRÓDKO: NIEPEŁNOSPRAWNI.GOV.PL

Najlepsza kadra

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych otrzymał 11 grudnia 2018 roku certyfikat „Profesjonalna kadra”, przyznany przez Centrum Organizacji Szkoleń i Konferencji „Semper” w Poznaniu.

Pracownicy PFRON ukończyli trzy dwudniowe szkolenia pod tytułem: „Rozpatrywanie skarg i wniosków na podstawie KPA (kodeksu postępowania administracyjnego) i rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 8 stycznia 2002 roku dotyczącego rozpatrywania oraz organizacji przyjmowania skarg i wniosków”. *Red.*



Twój 1% podatku

pomoże nam skuteczniej walczyć o bezwarunkowe uznanie ludzkiej godności osób niepełnosprawnych i ich wszechstronnej obecności w życiu społecznym. Taki jest cel ogólnopolskiego miesięcznika „Filantrop Naszych Czasów”.

Wesprzesz nas wpisując **KRS 0000271857** z dopiskiem: „na cele statutowe” w zeznaniu podatkowym za rok 2018.

NADZIEJA DLA CHORYCH I CIERPIĄCYCH

Ich problemy – twoją sprawą

11 lutego każdego roku obchodzony jest Światowy Dzień Chorego. Jest to święto chrześcijańskie, ustanowione przez papieża Jana Pawła II 13 maja 1992 roku, które przypomina o konieczności zapewnienia właściwej opieki chorym i cierpiącym. Także o potrzebie wspierania idei wolontariatu oraz wszelkich działań dobroczynnych zmierzających do polepszenia samopoczucia psychofizycznego chorego i jego rodziny.

Zanieczyszczone powietrze, żywność zawierająca szkodliwe związki chemiczne, a także szereg innych czynników, niesie ze sobą zwiększone ryzyko zapadalności na różne schorzenia. Dominują nowotwory, chociaż coraz częściej zdarzają się choroby trzustki, tarczycy, nerek czy wątroby. Starzejące się społeczeństwo niesie natomiast konieczność wdrażania rozwiązań mających na celu zapewnienie osobom w podeszłym wieku fachowej pomocy medycznej i opieki długoterminowej.

Na jednym z popularnych portali społecznościowych internauci udostępniają między sobą fotografie, na której widać młodego człowieka pchającego wózek inwalidzki ze starszą osobą. Zdjęcie opatrzone jest komentarzem: „Nie martw się dziadku, pomogę tobie. Mama mówiła, że kiedy byłem mały, ty także woziliś mnie w wózku”. Obrazek ten, niestety, daleki jest od rzeczywistości, w której przyszło żyć ludziom starszym. Rzecz jasna, nie zawsze daleki, ale za zwyczaj. W dzisiejszych czasach młodzi ludzie, z konieczności bądź wyboru, opuszczają swoje miasto lub swój kraj w nadziei na lepsze warunki życia. Ich rodzice i dziadkowie, w miarę postępującej utraty sprawności oraz samodzielności, potrzebują coraz większej pomocy w codziennym funkcjonowaniu. Ponieważ nie mają na kogo liczyć, zostaje jedno rozwiązanie – wsparcie instytucjonalne. W zależności od stanu zdrowia takim wsparciem może być dom

dziennego pobytu, dom seniora albo dom pomocy społecznej, gwarantujący opiekę całodobową. Bez względu na nazwę, nigdy nie będzie to prawdziwy dom, lecz zawsze dom, w którym się na kogoś czeka i w którym samotność oraz tęsknota za najbliższymi stanowią dla człowieka niewyrażalny w słowach ból.

Światowy Dzień Chorego przypomina o obowiązku wobec chorych i cierpiących. Jest też obowiązkiem państwa oraz samorządów lokalnych. Polega na zapewnieniu nieograniczonego dostępu do leczenia i rehabilitacji, opieki długoterminowej oraz na koordynacji prac zespołów medycznych w taki sposób, aby życie i zdrowie chorego człowieka zawsze było na pierwszym miejscu.

Chorują nie tylko osoby w podeszłym wieku. Nieuleczalna choroba wielu ludziom odbiera młodość, sprawność, nadzieję na życie wolne od trosk, plany i marzenia. Społeczeństwo przejawia wobec nich postawę odrzucenia i obojętności. Świat, w którym żyjemy i chcemy żyć, jest światem piękną kreowanego nie tyle przez nas samych, ile przez nasilającą się wciąż społeczną potrzebę dorównania innym, pokazania się z lepszej strony. W świecie tym nie ma więc miejsca na słabość i chorobę.

Światowy Dzień Chorego to również okazja do dyskusji nad zmianami w systemie finansowania usług leczniczych i medycznych. Nie napawają optymizmem odległe terminy zabiegów oraz wizyt u specjalistów. Także większość lekarstw jest poza zasięgiem emerytów, rencistów i innych osób o niskich dochodach, które choć kwalifikują się do bezpłatnego leczenia, nie otrzymują go w odpowiednim czasie, a niekiedy nie otrzymują wcale.

KAROLINA KASPRZAK

Dlaczego?!

13 stycznia, jak co roku od 27 lat, szykowaliśmy się do kolejnego finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Nikt jeszcze nie przypuszczał, jak bardzo ten dzień odmieni los wielu ludzi. I że tragedii, która zdarzyła się tego dnia, nie zapomnimy już nigdy.

Również moja rodzina przyłączyła się w naszej niedużej miejscowości do wielkiego święta radości i wspólnego czynienia dobra. Wróciłam do domu szczęśliwa, że przyszło tylu ludzi i że wspomagali datkami szlachetny cel. Czułam się dumna, że nasza niezbyt wielka społeczność zbierała ponad 90 tysięcy złotych.

Otworzyłam laptopa... i natrafiłam na informację o wydarzeniach w Gdańsku. Moja radość prysła jak bańka mydlana. Targały mną żal, niedowierzanie i złość. Nie potrafiłam sobie tego w żaden sposób wytłumaczyć. Dlaczego ktoś zadał zbrodniczy cios drugiemu człowiekowi? Dlaczego, mimo tak ogromnego nieszczęścia, nie umilkła w Internecie, a wręcz przeciwnie, mowa nienawiści hejtrów: „dobrze mu tak”, „zasłużył na to”. Czy cały ten dzień to był zły sen?

Później wydarzenia całego tygodnia przelatywały mi w głowie jak w kalejdoskopie.

Biłam się z myślami. Czy tylko ten, kto wyciągnął nóż, jest winny? Czy nie jesteśmy winni my wszyscy, bo tak bardzo się zmieniliśmy jako społeczeństwo? Gdzie nasza wzajemna, ludzka życzliwość? Dlaczego przestaliśmy widzieć w drugim człowieku przyjaciela?

Jeszcze kilkanaście lat temu ludzie mijali się na ulicy z uśmiechem, mówili sobie „dzień dobry”, nawet jeśli się nie znali lub widywali się tylko przypadkowo. Kiedyś młodzi ludzie w tramwaju lub autobusie ustępowali miejscą ciężarnej kobiecie, osobie starszej lub z niepełnosprawnością. Dziś ze słuchawkami na uszach, zapatrzeni w ekrany smartfonów, nie widzą wokół siebie nikogo. Kryterium oceny drugiego człowieka stał się super samochód, którym jeździ, ekstra odzież, w którą

się ubiera i egzotyczne miejsce, w którym spędza urlop.

Czy to są wyznaczniki człowieczeństwa?

Dlaczego uczymy nasze dzieci, że z koleżanką z klasy nie należy się zadawać, bo ubiera się w „ciucholandzie”, a na wakacje jeździ do babci?

Dlaczego podczas urlopu w Egipcie czy Tunezji pogardzamy miejscową ludnością?

Dlaczego uważamy, że jesteśmy lepszymi ludźmi, ponieważ nasza karnacja jest biała? Dlaczego rasistowskie przekonania – po okropnościach rasizmu w wieku XX – wracają do nas w wieku XXI?

Dlaczego tak trudno uwierzyć, że ktoś pragnie pomagać innym bezinteresownie, bez chęci wzbogacenia się na tym? Że można się uśmiechać do drugiego człowieka bez ukrytej ironii?

Dlaczego nasz codzienny język stał się wrogi i wulgarny? Czy nawet w stosunku do najbliższych nam osób musimy używać słów pogardy? Czy jedynka z matematyki jest powodem, by dziecko nazywać „głębem” i „debilem”?

Czy fakt, że żona zarysowała bok samochodu, upoważnia do nazywania jej „idiotką” i „nieudacznikiem”?

Czy to, że kasjerka pomyliła się, daje nam prawo do nazywania jej „oszustką” i „złodziejką”?

Może więc to wszystko, a także brak naszego sprzeciwu wobec mediów i polityków, podsycających w nas wzajemną wrogość, stało się katalizatorem, który pchnął tego człowieka do zabójstwa?

Zacznijmy zmieniać świat od siebie samych. Uczmy nasze dzieci, że są ważniejsze wartości, niż dobra materialne. I że są tylko środkiem, a nie życiowym celem. Nauczmy się dzielić tym, co mamy, z innymi ludźmi, bardziej potrzebującymi.

Sprawmy, by bezsensowna śmierć 13 stycznia mobilizowała nas do życia w myśl najważniejszych, humanitarnych ludzkich wartości.

DARIA KRZYSZKOWIAK



Karolina
Kasprzak
POZNAŃ

Pomaganie jest dziecin-
nie proste – tak brzmia-
ło hasło 27 finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, największej w kraju akcji charytatywnej. W tym roku pieniądze zbierano na zakup nowoczesnego sprzętu medycznego dla specjalistycznych szpitali dziecięcych. W niedzielę 13 stycznia na ulice polskich miast wyszło 120 tysięcy wolontariuszy.

Kwestowano również za granicą. Dużą popularnością cieszyły się jak zwykle aukcje internetowe oraz licytacje podczas finału. Fundacja WOŚP podała, że do północy udało się zebrać rekordową kwotę – 92 miliony 143 tysiące 798 złotych. Rok wcześniej o takiej samej porze było 9 milionów mniej. Przybywa również wolontariuszy, którzy chętnie poświęcają wolny czas na kwestowanie – często w niesprzyjających warunkach atmosferycznych. W tym roku datki można było wrzucać nie tylko do puszek: niektórzy wolontariusze byli wyposażeni także w terminale płatnicze.

WOŚP to nie tylko samo-przylepne czerwone serca na ubraniach, torebkach i plecakach, nie tylko zabawa na koncercie w niedzielny wieczór, lecz przede wszystkim konkretna pomoc, dzięki której można ocalić życie i zdrowie cierpiących. Każdego roku cel zbiórki jest inny. W minionych latach kwestowano m.in. na zakup sprzętu dla ratowników życia wcześniaków oraz na leczenie i godną opiekę dla seniorów.

Dzięki tegorocznej zbiórce możliwe będzie zakupienie m.in. urządzeń do rezonansu magnetycznego, tomografów komputerowych, aparatów do diagnostyki RTG, ultrasonografów i echokardiografów. Sprzęt, jak informują organizatorzy, ma trafić do placówek z oddziałami tak zwanego drugiego i trzeciego stopnia referencyjności, które mają możliwość dokonywania specjalistycznej diagnozy i udzielania pomocy najciężiej chorym dzieciom.

Odbywające się dorocznie finały WOŚP są okazją do nauki ratowania życia. W tym

27 FINAŁ WIELKIEJ ORKIESTRY

Ocalić zdrowie



Przed rozpoczęciem biegu „Policz się z cukrzycą”.



Przy wozie strażackim.

ŚWIĄTECZNEJ POMOCY

i życie cierpiących



Dzieci mogły usiąść za kierownicą takiego oto pojazdu.



Koncert na Placu Adama Mickiewicza.

roku umiejętność udzielania pierwszej pomocy nabywali najmłodszy podczas finałowych wydarzeń m.in. w Brodnicy (woj. wielkopolskie). W tej miejscowości, w budynku szkoły podstawowej, na fantomach uczono dzieci jak sprawdzić, czy poszkodowany oddycha i jak wykonać resuscytację krążeniowo-oddechową.

W Poznaniu w samo południe ulicą Święty Marcin tradycyjnie ruszył bieg „Policz się z cukrzycą”. Celem tego bie-

gu jest solidarność z osobami chorymi na cukrzycę, nagłośnienie problemów chorych oraz promocja zdrowego trybu życia. Było też sporo atrakcji – pokaz klasycznych samochodów (Fiatów 126p), koncerty rockowe, prezentacja psów wykorzystywanych w dogoterapii. W Sali Wielkiej CK Zamek jak co roku przeprowadzono zbiórkę krwi. Na uczestników finału WOŚP czekał też kącik promocji zdrowia Towarzystwa Masażystów Polskich.

O 16.00 rozpoczęły się licytacje wartościowych przedmiotów. Licytowano m.in. piernik w kształcie serca, tablicę z nazwą poznańskiej ulicy Mariana Chwiątkowskiego oraz oryginalny kafelek z Paryża z grafiką 27 finału WOŚP i podpisem Jerzego Owsiaaka.

W Warszawie przy Pałacu Kultury i Nauki jak zwykle stacjonowało miasteczko WOŚP. Tłumy mieszkańców stolicy zebrały się tam wieczorem, aby oglądać pokaz fajerwerków. Największą popularnością cieszył się koncert zespołu Lao Che, choć inni artyści rów-

nież byli głośno oklaskiwani tego dnia.

O 20.00 we wszystkich miastach rozbrzmiało „Światelko do nieba”. Wtedy jeszcze nikt nie spodziewał się, że tegoroczny finał WOŚP wszyscy ludzie dobrej woli w naszym kraju zapamiętają jako niewyobrażalną tragedię. Solidarni z mieszkańcami Gdańska doświadczaliśmy, że najpotworniejsze zło może się wydarzyć w samym sercu tworzenia dobra. Zrobmy wszystko, co w mocy każdego z nas, aby Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy trwała do końca świata i jeszcze dzień dłużej.



Licytacje w poznańskim Zamku.

FOT. (6X) KAROLINA KASPRZAK



Poznaniacy chętnie wspierali WOŚP

Dzięki niej mój synek ma szansę!



Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy zamilkła na chwilę, jak my wszyscy, nie mogąc uwierzyć w to, co się stało. Dyrygent Jurek Owsiak postanowił się wycofać. Każdy dobry człowiek by tak postąpił. Na szczęście, po tygodniu, gdy cisza żałoby ukoiliła emocje, uległ prośbom i apelom. Wrócił.

Zginął człowiek. Zabity w barbarzyńskim zamachu prezydent miasta Gdańsk Paweł Adamowicz. Społecznik, polityk, sportowiec, dawca krwi... Poniósł śmierć, wspierając WOŚP.

Cześć Jego pamięci.

Śmierć zabrała męża, ojca, straszna i niepotrzebna śmierć, ale:

WIELKA – nie duża, nie średnia, ale wielka! Wolontariusze w niewyobrażalnej liczbie, bez granic tych na mapie, i bez innych granic...

ORKIESTRA – grająca razem „muzykę” i dosłownie muzykę, dająca radość, tworząca atmosferę wspólnoty międzyludzkiej, wywołująca dobro, empatię...

ŚWIĄTECZNEJ – nie codziennej, nie jakiejś zwykłej, ale odświętnej, takiej na którą się czeka...

POMOCY – pomocy dla najbardziej potrzebujących bo małych, bo starszych, bo chorych, pomagająca w sposób niepowtarzalny, jedyny w swoim rodzaju, wszędzie...

...musi grać dalej. Ta okrutna śmierć, niezrozumiała i irracjonalna, nie może zwyciężyć wysiłków ostatnich 27 lat. Bo Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy niesie życie, którego symbolem jest czerwone serduszek.

Czerwone serduszek, na-

klejka noszona z dumą i radością, rozpoznawalna przez każdego i wszędzie, w kraju oraz w wielu miejscach poza nim.

Czerwone serduszek, naklejka na sprzęcie medycznym podarowanym przez Wielką Orkiestrę Świątecznej Pomocy, obecna w wielu, jeżeli nie wszystkich szpitalach.

Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy gra od 27 lat! Porywa młodych i starszych, porywa znanych i nieznanymi, nie pozostawiając nikogo obojętnym.

Na jej czele dyrygent niezwyczajny: Jurek Owsiak. Człowiek, któremu powinno się dziękować i wspierać go ze wszystkich sił. Czy ktoś policzył, ile jego dzieło uratowało istnień ludzkich? Wiemy, że udało mu się z pomocą rzeszy wolontariuszy zebrać miliard złotych i kupić za tę kwotę bardzo potrzebny sprzęt medyczny! Ale proszę policzyć też, ile noworodków zyskało szansę na życie? Ile wcześniaków przeżyło?

Mój syn pierwsze dni życia, podczas których musiał o nie walczyć, spędził otoczony czerwonymi serduszkami, które rozświetlały szary szpitalny świat. Dodawały nam otuchy w tym bardzo ciężkim czasie. Pamiętam je do dziś! Było to 12 lat temu, a ja mam wciąż przed oczami czerwone serduszka, które były wszędzie. Już wtedy pomyślałam, że dzięki WOŚP mój synek ma szansę! Do dziś myślę o niej z wielką wdzięcznością.

Dziękuję Panie Jurku Owsiaku. Proszę grać dalej. WOŚP niesie życie! Nie może zabraknąć dyrygenta jak Pan! Proszę grać do końca świata i jeden dzień dłużej. Tak, jak Pan nam obiecał. Bardzo Pana potrzebujemy, my i nasze dzieci. Szczególnie one. Będziemy Pana wspierać ze wszystkich sił.

AGATA

KRYSTOSIK-GROMADZIŃSKA



A.M. Krystosik
Gromadzińska
SZCZECIN

PUZZLE I NASTOLATEK

Czas zawieszenia trwa. Jesteśmy wciąż gdzieś pomiędzy szczęściem a troską, pomiędzy spokojem a niepokojem. Dializy dają nam pewne, może złudne, poczucie bezpieczeństwa, ale wciąż czekamy na przeszczerp. Czekamy na nerkę z nieba, zdając sobie jednak sprawę, że nie wszystko musi się udać. Już raz się zawiedliśmy. Może więc nie warto robić sobie aż tak wielkich nadziei, a bardziej doceniać daną nam codzienność.

Trzeba cierpliwie układać ją z kawałków, które zsyła los. Nasze puzzle raz są kolorowe i łatwo da się je dopasować do już leżących na stole, kiedy indziej są tak czarne i o przedziwnych kształtach, że znalezienie dla nich miejsca graniczy z cudem. Codziennie trzeba jednak zasiadać do stołu i trzymając w ręku fragment układanki próbować go dopasować. Na siłę nic się nie da wcisnąć, pominąć też nie można. Budujemy więc nasze puzzle ciekawych kolejnych fragmentów, które od czasu do czasu wprawiają nas w zachwyt, bądź budzą lęk.

Paweł coraz większy, rozumie coraz więcej, ale i szuka siebie. Nastolatki chcą budować relacje, swoje światy, chcąc być niezależne od rodziców. A tu się nie da. Przy dializach trzeba codziennie kończyć swoje zajęcia na czas, szykować zabieg, do którego potrzebna jest pomoc rodziców. Paweł buntuje się więc zaciskając zęby, bądź wykrzykując, że nienawidzi dializ. Musi codziennie brać swój kawałek puzzli i iść z nim do swojego pokoju. I to wtedy, gdy przyjdzie na to czas, a nie kiedy ma na to ochotę.

Rodzic nastolatka ma zazwyczaj pod górkę. A rodzic chorego nastolatka? Ma pod dwie góry? Jak pozostać w przyjaźni ze swoim dzieckiem, gdy wciąż trzeba wymagać, przypominać i ograniczać. Jak nie zostać wrogiem? Mój nastolatek chce sam gotować. Cieszy mnie

to... tylko próbuje się buntować przeciwko swojej diecie... I trzeba przypominać, ograniczać. Mój nastolatek chce się spotkać z kolegami, ale nie może, bo po 17 już zaczynamy „dializowe” przygotowania. I to rodzic staje się tym złym, zabraniającym. Nie dializa.

Mój nastolatek chce się napić coli, a ja zabraniam. Mój nastolatek wciąż próbuje, czy się złamię, czy się zgodzę... A ja nie mogę. Nie mogę machnąć ręką... Nie mogę powiedzieć rób jak chcesz... Bo wciąż jeszcze lepiej niż mój nastolatek zdaje sobie sprawę z konsekwencji tego, co będzie potem. Mój nastolatek nie chce o nich pamiętać. Może 12 lat to jeszcze początki bycia nastolatkiem i z czasem mój nastolatek będzie chciał pamiętać, że gdy mocznik rośnie, to zaczyna się źle czuć, swędzi go skóra, bolą stopy, a w skrajnym przypadku jest to niebezpieczne dla zdrowia i życia.

Trzeba znaleźć na nowo granice wpływów. Mądrze pozwolić nastolatкови decydować o części spraw, ale... Nie mogę pozwolić, by mój nastolatek się „sparzył” i więcej nie sięgał po gorące. Mogłabym tego żałować do końca życia, a mój nastolatek pewnie by mi też nie wybaczył, gdyby na przykład z powodu kataru stracił szansę na nerkę z nieba. Gdzie znaleźć złoty środek? Ile wolności można dać choremu wciąż jeszcze dziecku?

Gdy mój nastolatek idzie do szkoły, przejmuję za siebie odpowiedzialność. Ufam, że nie kupuje w sklepiu szkolnym „śmieciowego”, ani słonego jedzenia, że jest ostrożny i dba o siebie. Mam nadzieję, że mądrze korzysta z wolności. Zabiera ze sobą do szkoły swoje puzzle i sam je musi układać. Chyba sobie radzi...

MARZENIA, KTÓRYCH NIE MIELIŚMY

Nowy Rok – to czas zwykły i niezwykły. To tylko karta z kalendarza, ale jednak składnia do refleksji, do snucia planów, do postanowień noworocznych. Jakże jednak można robić plany gdy wszystko, jak w kalejdoskopie, w jednej chwili może się zmienić? Na lepsze, albo na gorsze... Oby tylko na lepsze.

Dwa życia⁽⁵³⁾

Można nawet być już spakowanym i... nagle Paweł budzi się z obrzękiem wokół oka, jak w sobotę przed świętami i trzeba działać, rozwiązać nowy problem. Przerwę świąteczną mieliśmy spędzić w szpitalu na aktualizacji badań do przeszczepu. Wymyśliłam, że to dobry czas, bo Paweł nie straci szkoły, my nie będziemy musieli iść na zwolnienie i odmawiać zaplanowanych spotkań, na oddziale będzie mało dzieci, czas prawie idealny na leżenie w szpitalu.

Jednak nic z tego nie wyszło. A może to Paweł załatwił sobie w niebie święta w domu? Infekcja gruczołów powiek zatrzymała nas w Szczecinie. Nowy termin hospitalizacji został ustalony na koniec stycznia. Cóż zrobić. Trzeba się dopasować.

Ale miało być o marzeniach...

Planowanie jest trudne, a wręcz niemożliwe. W każdej chwili może być przecież telefon z Warszawy, że jest nerka dla Pawła, albo przydarzy się infekcja i jak wyżej. A czy można marzyć? Nie wiem... może i można. Tylko o czym? W zasadzie marzenie jest tylko jedno... ale gdy jest się realistą, to trudno w nie wierzyć. Nerki się nie regenerują. Nie naprawiają się same.

A inne marzenia? Chyba nie mamy innych marzeń. Raczej plany, które wynikają z racjonalnych pobudek. Zastanawiamy się jak zmienić życie, by było bardziej dopasowane do obecnych i przyszłych potrzeb Pawła. Jak go zabezpieczyć, póki jeszcze możemy. Musimy być jak najlepiej przygotowani na różne scenariusze. Dializy, okres pooperacyjny, lepsza i gorsza kondycja Pawła, zapewnienie alternatywnego źródła zasilania, pomieszczenia do składowania worków z płynem do dializ, powierzchnia bez większych barier do poruszania się, przewożenia worków, łatwy dostęp do świeżego powietrza. Zaczęliśmy robić bilanse, rachunki, szacować potrzeby i moż-

liwości. Rozwiązanie nasuwało się samo. Mieszkanie na drugim piętrze nie jest najlepszym dla nas miejscem. Przepychanie się między stosami worków z płynem do dializ po ich comiesięcznej dostawie od półtora roku jest coraz bardziej uciążliwe. Wnoszenie cyklera i kartonów z płynem po schodach też zaczyna dokuczać. A schody, gdy Paweł jest osłabiony, są nie lada wyzwaniem zarówno dla niego, jak i dla mnie, gdy muszę go nieść.

Wsiedliśmy do auta, objechaliśmy okolicę. W zasadzie od razu się zdecydowaliśmy. Wystarczyły nam trzy dni. Podpisaliśmy umowę rezerwacyjną. Wystawiliśmy nasze mieszkanie na sprzedaż. I tak się zaczęła realizacja marzenia, którego nie mieliśmy. Daleko już zabrnęliśmy. Przerazające jest tylko jedno... z łaską, siwymi włosami, będziemy musieli wciąż chodzić do banku, by spłacać kredyt. Ale takie są realia. Inaczej się nie da. Nie bez obaw, ale podjęliśmy to wyzwanie. Dla Pawła, dla jego lepszej przyszłości.

Malutki, powierzchniowo równy naszemu mieszkaniu domek rośnie w oczach. Przypomina raczej domek z bajki o filigranowych kształtach, ale większy nie jest nam potrzebny. Potrzebna nam tylko inna organizacja przestrzeni.

Wszystko się więc zmienia w tym roku. Czasami sobie myślę, że bardzo się staramy przystosować lepiej otoczenie do dializ, a może... w nowym domu nie będą potrzebne? Przecież cuda się zdarzają... czasami.

Pakujemy więc cały dobytek w pudła po workach z płynem dializacyjnym. Nasze mieszkanie jest jak jedna wielka reklama firmy Baxter. Kartony zbieraliśmy od sierpnia, więc mamy ich spory zapas. Jak to możliwe, że zgromadziliśmy tyle rzeczy przez 20 lat wspólnego życia? Skąd się tyle tego wszystkiego wzięło i czy rzeczywiście jest nam potrzebne? Będzie okazja uporządkować życie do-

słownie i w przenośni. Będzie okazja, by przewartościować nie tylko dobra materialne, ale i zastanowić się nad rzeczami ważnymi, takimi, które trzeba pielęgnować może nawet z większą niż do tej pory starannością.

Czy trzeba mieć w szafie 10 swetrów, gdy chodzi się tylko w czterech, a najchętniej w dwóch z nich? Może ktoś marznie tej zimy? Może mniej lubiane swetry byłyby dla kogoś najwspanialsze na świecie, bo dające ciepło? Czy trzeba mieć kubków tyle, że zajmują dwie półki w kuchennej szafce? Przecież każdy z nas ma swoje dwa, trzy ulubione... rachunek jest prosty: dziesięć kubków nam wystarczy.

Najtrudniej będzie rozstać się z częścią książek. Każda z nich to inny świat, który przez kilka wieczorów był i moim. Oczywiście są takie pozycje, które zostaną. Towarzyszyły mi w trudnych, bądź ważnych momentach życia, są pełne mądrości życiowej, skłaniają do refleksji, są potrzebne do pracy, bądź kojarzą się z dzieciństwem i bez nich nie wyobrażam sobie domowej biblioteki. A może zabiorę je wszystkie za sobą? Nie potrafię zasnąć nie przeczytawszy kilku stron. Co prawda staram się już nie kupować książek papierowych, a e-booki, gdyż tradycyjne dawno przestały mieścić się na półkach. Książki oddałabym tylko w dobre ręce, ale biblioteki nie chcą ich przyjmować – próbowałam. Nie ma dla nich miejsca także w szkołach, domach dziecka...

Najłatwiej będzie rozprawić się z „durnostojkami”. Mamy ich dziesiątki. Co prawda tworzą podobno klimat domu, ale część z nich i tak mieszka w pudłach i pomimo faktu, że przyjechały z nami z wakacji spędzonych tu i tam, powinny poszukać nowego domu. Jest takie miejsce w Szczecinie gdzie można zostawić je w magazynie, do którego każdy może przyjść i je zabrać. Za zostawione rzeczy dostaje się ku-

pony, które są zapłatą za rzeczy zabierane z pótek.

Z czym się nie będę umiała rozstać? Z obrazami. Dla mnie dom to ściany pełne obrazów. Część z nich jest autorstwa rodziny, część wygrzebana została na targach staroci, w składach. Nie wiem czy są to dzieła sztuki i jaką mają wartość materialną? Może ogromną, a może żadną? Nie jest to jednak ważne. Dla mnie tworzą klimat domu, pozwalają patrzeć na „inne światy”, przenosić się na przykład na łódź targaną wiatrem, próbującą dobić do flamandzkiej wioski, albo do chaty z dachem krytym strzechą, przycupniętej pod lasem, czy do japońskiej wsi. W nowym domu nie zrezygnujemy też z „galerii śniadaniowej” czyli zestawu obrazków i obrazeczków z różnych stron Polski i świata. Miło jest pijąc rano kawę spoglądać na nie i albo przypominać sobie odwiedzone miejsca, albo snuć marzenia o tych, które chciałoby się kiedyś zobaczyć. Zastanawiam się jak rozplanować obrazy w nowym domu. Ciekawe, że rozplanowanie mebli jakoś mniej mnie pociąga. Być może meble dopasujemy do obrazów, chociaż nie brzmi to pewnie rozsądnie, ale kto wie...

Mam nadzieję, że uda się zrealizować mój plan uporządkowania świata wokół nas. Od czegoś trzeba zacząć. Porządku w domu będę w sam raz na początek. Potem przyjdzie czas na większe, może ważniejsze sprawy. Można uda się w nowym miejscu stworzyć społeczność, która zechce zrobić coś więcej dla świata, dla sąsiadów i innych ludzi. W dzielnicy, w której mieszkamy i której w sumie nie zmienimy, jest wiele osób samotnych, potrzebujących przede wszystkim rozmowy i kontaktu z innymi ludźmi.

Może zrealizuję swoje pomysły na integrację? Może uda mi się namówić nowych sąsiadów do życia bliżej siebie? Z dzieciństwa pamiętam, że sąsiedzi się odwiedzali, wspólnie pracowali w ogródkach, jeździli na grzyby, odwodzili na zmianę dzieci do szkoły, organizowali opiekę nad nimi... Było biedniej, ale i serdeczniej. Trochę za tym tęsknię.

ciąg dalszy na str.8

Dwa życia⁽⁵³⁾

dalszy ciąg ze str. 7

Na razie w każdy poniedziałkowy poranek brnę w kaloszach po kolana w błocie, by popatrzeć na niedługo już nasz nowy dom. Czasami, gdy mam nadzieję, że nikt nie patrzy, pochodzę sobie po kałuży i błocie, a nawet podskoczę. Zapomniałam już, jakie to przyjemne i ile może dać radości. Nigdy nie wypadła, a tu po prostu nie da się błota ominąć.

Zupełnie sobie nie wyobrażam jak to będzie, bo nie marzyliśmy, by wszystko zmienić. Przy każdej próbie wyboru kafelków czy paneli zaczyna mnie boleć głowa. Jacek sobie lepiej radzi z tematem. A już pomału czas, by ostatecznie się zdecydować. Cena jest głównym kryterium i ze dziwieniem stwierdzam, że nie zmieniła się przez 20 lat. Urządzając pierwsze mieszkanie za stypendium doktoranta, też miałam ograniczone finanse. Mówiąc prawdę najchętniej kupiłabym takie same panele i kafle, jak mamy obecnie. Kwestia przyzwyczajenia, może strachu przed nowym? A może jest uniwersalna kolorystyka i estetyka, która nie podąża za żadną modą, a po prostu tworzy dobry klimat. Chyba udało mi się 20 lat temu ją znaleźć, skoro do tej pory czuję się z nią dobrze.

To jaki będzie nasz nowy dom? Kompletnie nie wiem... Na pewno bezpieczny dla dializ, a reszta jakoś się sama ułoży.

Co będzie priorytetem? O co będziemy zabiegać? O relacje międzyludzkie, o poznanie sąsiadów i tworzenie z nimi dobrego miejsca do życia. Będziemy zachęcać Pawła, by poznawał kolegów, przyjaciół. By budował wokół siebie grupę fajnych i dobrych ludzi. Mam nadzieję, że będą dzielić pasje, że będą mieli wspólne tematy do rozmów. Niech i nawet od czasu do czasu razem grają w gry komputerowe. Niech się dobrze bawią, ale i wspierają. Dla Pawła będzie to bardzo ważne. A myślę, że jest na tyle towarzyskim i otwartym nastolatkiem, że może dużo zaoferować innym. Będziemy go w tym wspierać, ale to jego zadanie.

cdn.

Świąteczne dary od British School

Hej kolęda, kolęda... – to „Hnuta przewodnia ubiegłorocznych jasełek organizowanych tradycyjnie w Zespole Szkół Specjalnych nr 105 w Poznaniu. Od ponad pięciu lat ich opracowaniem, udźwiękowieniem, scenografią i korekcyjnym zajęciem zajmują się Aleksandra Mróz, Paulina Roszyk i Elżbieta Jaśkowiak.

Występy uczniów skoncentrowane były wokół śpiewania wybranych kolęd, by wspólnie z rodzicami, gośćmi i społecznością szkolną spędzić ten przedświąteczny czas.

Tradycyjnie już w pierwszym występie, który odbył się 14 grudnia 2018 roku, towarzyszyła nam zaprzyjaźniona Poznań British International School, której uczniowie wraz z rodzicami podarowali występującym na jasełkowej scenie artystom 80 ogromnych paczek, zaśpiewali kolędę w języku angielskim i życzyli wszystkim dobrych, wesółych Świąt Bożego Narodzenia. W podziękowaniu za dary serca podarowaliśmy im własnoręcznie wykonane przez uczniów piórka wykonane techniką gobelinową pod kierunkiem Moniki Ślebiody i Elżbiety Jaśkowiak. Do piórek dołączone były słodycze od sponsora.

Drugi występ odbył się w dniu 17 grudnia dla zaprzyjaźnionych przedszkoli, szkół, Warsztatów Terapii Zajęciowej, placówek oraz darczyńców.

Dziękujemy wszystkim, którzy przyczynili się do powstania jasełek. *na*



13 stycznia w całym kraju odbył się 27. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Również w Koziegłowach pod Poznaniem. Lokalny sztab przygotował dla mieszkańców i gości wiele atrakcji.

Jest taki dzień w roku, w którym ludzie się łączą – od dużych miast aż po wieś. W tym roku pieniądze były zbierane na zakup nowoczesnego sprzętu medycznego dla specjalistycznych szpitali dziecięcych. W Koziegłowach wolontariusze chodzili z puszkami przez cały dzień wśród licznie zgromadzonych mieszkańców.

– W naszej miejscowości po raz dwunasty zorganizowaliśmy finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Impreza rozpoczęła się o godz. 10 biegiem i spacerem nordic walking, a zakończyła wieczorem światłem do nieba. W organizację finału włączyło się blisko sto lokalnych firm i osób prywatnych – mieszkańców gminy Czerwonak. Przeprowadziliśmy także licytację wielu atrakcyjnych rzeczy, wśród nich koszulkę Roberta Lewandowskiego. Zebraliśmy łącznie 71.811,97 zł i pobiliśmy zeszłoroczny rekord. Gościem specjalnym był mistrz olimpijski Szymon Ziółkowski – powiedziała Hanna Kościelska, koordynatorka WOŚP w Koziegłowach.

Mieszkańcy mogli posłuchać różnych zespołów, obejrzeć pokazy taneczne i sztuki walki. Był turniej piłkarski, za-

Wielka Orkiestra w Koziegłowach



wody strongmanów oraz pokaz sprzętu i ratownictwa w wykonaniu strażaków z OSP w Czerwonaku. Można było skorzystać z porad zdrowotnych.

STANISŁAW FURMANIAK



FOT. (4X) ROGER GORĄCZAK

WIELKOPOLSKA GALA KONKURSU „BARWY WOLONTARIATU”

„Oliwio, jesteś potrzebna...”

12 grudnia 2018 roku w Sali Ziemi na Międzynarodowych Targach Poznańskich odbyła się wielkopolska gala konkursu „Barwy Wolontariatu”. Stowarzyszenie „Bioderko” zgłosiło Oliwię Gursz, wolontariuszkę, która współpracuje z nami od blisko czterech lat. Za swoją bezinteresowną pomoc znalazła się w grupie osób wyróżnionych w kategorii „Wolontariat indywidualny”.

Oliwia od zawsze interesowała się problemami ludzi starszych i z niepełnosprawnością. Po ukończeniu

szkoły średniej przy Zespole Szkół Ponadgimnazjalnych w Chodzieży podjęła studia w Wyższej Szkole Edukacji i Terapii w Poznaniu, jednocześnie ucząc się w zawodzie technik masażysta. Podczas studiów odbywała praktyki w Stowarzyszeniu „Bioderko” i w tym czasie zaprzyjaźniła się z pacjentami – członkami Stowarzyszenia. Od początku jej praktyk studenckich można było zauważyć duże zaangażowanie w powierzone jej zadania. Dlatego zarząd Stowarzyszenia chętnie wyraził zgodę na jej propozycję pra-



FOT. (2X) ARCHIWUM STOWARZYSZENIA „BIODERKO”

cy wolontariackiej w naszej organizacji.

Oliwia angażuje się przy realizacji projektów współfinansowanych ze środków PFRON, będących w dyspozycji Samorządu Województwa Wielkopolskiego oraz ze środków Wojewody Wielkopolskiego. Łatwo nawiązuje kontakt z pacjentami, głównie dziećmi z porażeniem mózgowym i chorobami genetycznymi. Potrafi wycisnąć ich emocje związane ze stresem przed często bolesnymi zabiegami. Jest bardzo dobrą masażystką. Swoje umiejętności nabyte podczas nauki nieodpłatnie wciela w życie na sali rehabilitacyjnej Stowarzyszenia, spędzając z pacjentami wiele godzin. Wystarczy telefon: „Oliwio, możesz przyjść? Jesteś potrzebna...”. I Oliwia

nie odmawia, przychodzi z pomocą.

Studując zaocznie znajduje sporo czasu na spełnianie się w pracy społecznej. Współczesny świat nie lubi starości i słabości. Starszy człowiek czuje się często samotny nawet w swojej rodzinie, nikt go nie słucha, nie podejmuje rozmowy. Natomiast Oliwia potrafi słuchać i rozmawiać, przyciąga ludzi swoją życzliwością. Niektórzy przychodzą do Stowarzyszenia właśnie ze względu na jej pogodę ducha i chętnie nawiązywanie kontaktów. Jest nam potrzebna nie tylko ze względu na to, co robi, ale także ze względu na swój stosunek do pacjentów, co jest w tej pracy ogromną wartością.

HONORATA PILARCZYK

Świąteczko pamięci

19 stycznia nad poznańską Małą odbył się XIII Charytatywny Bieg z Maltańskim Świąteczkiem. Celem tegorocznego biegu było wsparcie osób z nowotworami i hospicjum.

Uczestnicy biegu, jak co roku, pokonali dystans 5,5 km wokół Jeziora Maltańskiego. Tym razem ze względu na śmierć prezydenta Gdańska Pawła Adamowicza towarzyszyła biegowi podniosła atmosfera.

– Bieg odbywa się od 13 lat, ale po raz pierwszy ma wymiar symboliczny. W ten niedzielny wieczór pamiętamy o tragicznie zmarłym prezydencie Gdańska, który był otwarty na ludzi, szczególnie tych potrzebujących wsparcia. Dzisiaj zebrał się, by być razem, bo w takiej chwili każdy potrzebuje drugiego człowieka i wzajemnej solidarności. A biegacze zawsze zabiegają o dobro, odpowiadają na apel tych słabszych. I te dzisiejsze symboliczne światełka, które oświetlają mrok wokół Jeziora Maltańskiego przypominają, że dobro istnieje – powiedział Przemysław Walewski, pomysłodawca i współorganizator Biegu z Maltańskim Świąteczkiem.

W charytatywnym Biegu z Maltańskim Świąteczkiem nie chodzi o ściganie się i pomiar czasu. Nie ma podziału na płeć i wiek ani podium dla zwycięzców.

– Na mecie każdy jest zwycięzcą, ponieważ każdy wziął udział w szlachetnym celu.

Chcemy pomagać chorym i uwrażliwiać innych na ich potrzeby – dodał Przemysław Walewski.

W tym roku zbierano pieniądze na leczenie dwuletniego Kubę, który walczy z nowotworem, na Fundację „Otulina” oraz na Hospicjum im. ks. Eugeniusza Dutkiewicza w Gdańsku, które wspierał śp. Paweł Adamowicz.

Każdy biegacz otrzymał na mecie symboliczny medal, przypominający, że o dobro trzeba zabiegać.

STANISŁAW FURMANIAK



Ciężar zbyt wielki

Zosia Urbańska ma 9 lat. Choruje na mózgowie porażenie dziecięce i głęboki, obustronny niedosłuch. Dziewczynka nie porusza się samodzielnie. Wymaga całodobowej opieki.

– Robimy z mężem wszystko, co w naszej mocy, by córka miała jak najlepszą rehabilitację. W 2013 roku przeszła operację neurochirurgiczną, dzięki której zmniejszyło się napięcie w nogach. Cały czas wymaga ćwiczeń i mimo, że momentami Zosia odczuwa większy ból, to wie, że jest to konieczne. Ponadto córka jest na diecie bezglutenowej. Mamy nadzieję, że przy dalszej pomocy specjalistów i ludzi dobrego serca uda nam się kontynuować leczenie i rehabilitację córki – powiedziała pani Anna, mama Zosi.

Z uwagi na wielorakie schorzenia dziewczynka porusza się na aktywnym wózku inwalidzkim. Wymaga stałej, długotrwałej opieki specjalistów z różnych dziedzin medycyny. Do tego dochodzi codzienna rehabilitacja, masaże, spotkania z logopedą, wizyty u specjalistów i osteopatów. To wszystko ma pomóc w usprawnieniu Zosi.

Ale koszty z tym związane są bardzo wysokie. Rodziców czeka dodatkowy znaczny wydatek, ponieważ ich córka wy-

rasta z obecnego wózka inwalidzkiego. Nowy sprzęt będzie kosztował kilkanaście tysięcy złotych.

Na domiar trudnej sytuacji rodziny pod koniec 2018 roku lekarze wykryli u mamy Zosi nowotwór złośliwy piersi. Pani Anna jest obecnie po trzecim cyklu chemioterapii, zostało jeszcze szesnaście. Za kilka miesięcy ma przejść operację – mastektomię. W późniejszym czasie będzie ewentualnie radioterapia i leczenie hormonalne. Przed rodziną jeszcze jedno długie i kosztowne leczenie. Wszystkie koszty związane z leczeniem zarówno Zosi jak i pani Anny (m.in. leki, wizyty u specjalistów, dojazdy, specjalna dieta onkologiczna i suplementacja) są przez rodzinę nie do udźwignięcia.

Osoby, które chcą pomóc rodzinie w rehabilitacji dziewczynki mogą to uczynić za pośrednictwem Fundacji Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”. Numer konta: 42 2490 0005 0000 4600 7549 3994, tytułem: „22316 Urbańska Zofia darowizna na pomoc i ochronę zdrowia”.

Można też przekazać 1% podatku, wpisując w formularzu PIT numer KRS 0000037904 i w rubryce „Informacje uzupełniające – cel szczegółowy 1%” podając: 22316 Urbańska Zofia.

STANISŁAW FURMANIAK



Zbigniew Strugała
ORZECHOWO

Kiedy w grudniu 2003 roku zostałem uczestnikiem Warsztatu Terapii Zajęciowej w Czeszewie, to nigdy nie myślałem, że spotkam tu osobę, którą bardzo polubię, której zaufam i która mi tak dużo pomoże. Tą osobą była terapeutka **Marta Mrozińska-Pawlak**.

Poznałem ją w pracowni komputerowej, w której pracowała jako terapeutka od założenia Warsztatu w 2003 roku. Los sprawił, że zostałem uczestnikiem tej pracowni, która stała się dla mnie drugim domem.

Na początku było mi ciężko, bo pani Marta mnie wtedy nie знаła ani ja pani Martę. Musiała się wiele nauczyć i poznać bliżej osoby niepełnosprawne takie jak ja. Zrozumieć moją mowę i mnie samego. Nie było to łatwe, pomimo że ja wtedy jeszcze sam chodziłem, chociaż wózka też używałem, a komputer obsługiwałem lewą ręką. Jednak pani Marta poradziła sobie z takimi problemami. Umiiała odnieść się do mnie i wszystkich uczestników z dobrocią i serdecznością. Stała się dla nas kochaną panią Martą.

Pamiętam wzruszające sytuacje, gdy byłem u pani Marty w pracowni. Gdy ktoś chciał mnie zabrać albo założyć mi kurtkę, to zawsze pani Marta mówiła: „przepraszam, on jest mój”. Było wiele takich miłych i jednocześnie zabawnych sytuacji. Ale zdarzały się też sytuacje trudne i przykre, kiedy dochodziło między nami do ostrych sporów. Wtedy mnie i pani Marcie było bardzo przykro. Ona umiała jednak takie sytuacje łagodzić szczerą rozmową, bo zawsze chciała dla mnie dobrze. Była dobrym psychologiem.

Wspierała mnie, gdy przyszły problemy z kręgosłupem. Nie mogłem już nic robić rękoma ani chodzić, a na komputerze zacząłem pisać nosem. Byłem załamany. Wtedy ona jako jedyna osoba dawała mi nadzieję, że nie jest tak źle.

Dzięki pani Marcie zaczęła się moja przygoda z pisanem artykułów najpierw do warsztatowej kroniki, potem do różnych czasopism dla osób niepełnosprawnych. Z uczestnikami Warsztatu w pracowni komputerowej wydawałem w latach 2004/2008 gazetkę „Radość”,

od września 2016 roku pisemko „Z życia warsztatu”. Ukończyłem korespondencyjny kurs dziennikarski. Tak zostałem warsztatowym dziennikarzem.

Dzięki pani Marcie uprawiałem w warsztacie taniec na wózkach, występowałem na różnych imprezach z warsztatową grupą tańca towarzyskiego, „Radość”, która kiedyś w nim działała. Brałem udział w kilku konkursach literackich. Otrzymałem też wiele dyplomów i wyróżnień, między innymi medal „Za serce sercem” od czasopisma „Filantrop Naszych Czasów”, a także legitymację dziennikarską od magazynu „WóTeZet”.

Dzięki pani Marcie opanowałem obsługę komputera. Umiem obsługiwać różne programy komputerowe, a także Internet. Nauczyła mnie, jak robić gazetkę, kalendarz, jak edytować zdjęcia, jak robi się prezentacje. Wiem jak zrobić kartkę, zaproszenie czy wizytówkę. Dzięki niej umiem malować ustami na szkle. Nauczyła uczestników Warsztatu wielu ładnych i pożytecznych rzeczy. O mnie wiedziała chyba wszystko. Znała moje problemy ze zdrowiem i inne, z którymi się zmagalem w Warsztacie i w ogóle w życiu codziennym.

Pamiętam, jak kilka lat temu byłem z panią Martą i z grupą uczestników na zabawie karnawałowej w WTZ w Środzie Wielkopolskiej. Bawiłem się wtedy świetnie. W listopadzie 2017 roku byłem z naszym WTZ na imprezie w Rudzie Komorskiej. Tu też pani Marta była moją opiekunką. Zapadła mi w pamięć ta ostatnia wycieczka do Łowicza i Łodzi. Byłem wtedy pod jej opieką. Niestety, już po raz ostatni. We wrześniu 2014 roku to ona pomogła mi zorganizować małe przyjęcie dla przyjaciół z Warsztatu z okazji moich 50 urodzin. Właściwie to ona wszystko załatwiła – ciasto, kawę i miłą atmosferę.

Kilka lat temu pani Marta zawsze pod koniec każdego miesiąca z uczestnikami swojej pracowni komputerowej prowadziła indywidualne rozmowy, podczas których można było się wypowiedzieć na różne tematy i porozmawiać o tym, co nas boli, co można zmienić. Z szcunkiem i zrozumieniem umiała wysłuchać każdego, doradzić. Lubiła też z nami pożartować i pośmiać się. Chociaż jak ktoś zrobił coś nie tak, potrafiła być stanowcza i ostra. To zdarzało się rzadko, gdyż wszyscy ją szanowaliśmy.

Chętnie pomagała osobom chorym. Brała udział w impre-



Pani Anna z córką Zosią.

FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Nigdy o Pani nie zapomnimy



FOT. (4X) ARCHIWUM ZBIGNIEWA STRUGAŁY

zach i akcjach charytatywnych na rzecz osób niepełnosprawnych. Pomagała wszystkim uczestnikom, ale szczególnie tym na wózkach. Sam tego wiele razy doświadczyłem. W jej pracowni zawsze panowała taka miła atmosfera, że chciało się jeździć do Warsztatu.

Kiedy po przerwie wakacyjnej w 2018 roku wróciliśmy do WTZ, dowiedziałem się, że pani Marta 31 sierpnia odchodzi z pracy w Warsztacie. Doznałem szoku! Po wyjściu z pracowni rozplakałem się. Myślałem, że to zły sen, koszmar, który nie może być prawdą! Pani Marta, najlepsza, najbardziej lubiana terapeutka! Dlaczego?

Najpierw w listopadzie 2016 roku odszedł z pracy lubiany terapeuta Mariusz, następnie w marcu 2018 roku odeszła fizjoterapeutka Ewelina, a teraz pani Marta. Pytałem siebie wiele razy:

dla czego taka dobra osoba odchodzi? Przez te 14 lat była dla mnie najważniejsza w Warsztacie. Do dziś nie mogę dojść do siebie. Pożegnanie odbyło się w pracowni stolarskiej, tam się zebrali uczestnicy. Wszyscy mieli łzy w oczach. Bardzo nam było szkoda naszej terapeutki.

Pani Marta ukończyła oligofrenopedagogikę na Uniwersytecie im. Mikołaja Kopernika w Toruniu oraz studia podyplomowe doradztwo zawodowe i przedsiębiorczość na Uniwersytecie Zielonogórskim. Była też instruktorką rękodzieła artystycznego. Pani Marta była terapeutką o dużym doświadczeniu w pracy z osobami niepełnosprawnymi w różnym stopniu, a przede wszystkim osobą o wielkim sercu.

Serdecznie dziękujemy za wszystko, co Pani dla nas zrobiła. Nigdy o Pani nie zapomnimy.

INTEGRACYJNY TURNIEJ SZERMIERCZY Z gwiazdami w tle

15 grudnia 2018 roku w sali sportowej City Zen AWF w Poznaniu odbył się XII Integracyjny Turniej szermierczy "Z floretem do gwiazd". Nasi szermierze z Fundacji "Z floretem do gwiazd" krzyżowali floretty z zawodnikami z KS Warta Poznań, AZS AWF Poznań, IKS Jamlex Leszno oraz KS Warta Śrem.

Obecni byli m.in. dr Ewa Bąk, dyrektor Wydziału Sportu Urzędu Miasta Poznania, Mariusz Kubiak, wicedyrektor Departamentu Sportu i Turystyki Urzędu Marszałkowskiego Województwa Wielkopolskiego i dr Jan Wachowiak, prezes Okręgowego Związku Szermierczego.

Wszyscy zawodnicy byli zwycięzcami. Dlatego dla nikogo nie zabrakło złotych medali. Zawodniczki i zawodnicy otrzymali także dyplomy, słodczyce i upominki. Było to możliwe dzięki niezawodnemu wsparciu Fundacji ENEA i Ewy Siemińskiej, właścicielki Chaty Polskiej. Najlepsi z najlepszych otrzymali puchary.

Zawody odbywały się zgodnie z regulaminem Polskiego Związku Szermierczego. Walczono floretem do pięciu trafień. Było nas tym razem aż 51. Najmłodszy uczestnik miał lat 10. Najstarsza zawodniczka, chociaż o wieku pań nie mówimy głośno, miała dopiero 63 wiosny. Nasi zawodnicy jeżdżą na wózkach inwalidzkich, mają zespół Downa, autyzm i inne niesprawności fizyczne i intelektualne. Wszyscy jesteśmy w tej samej grupie. Nasze turnieje mają zawsze charakter integracyjny.

Na planszach walczą zawodnicy trenujący szermierkę w wersjach olimpijskiej jak i paraolimpijskiej. Zawody odbyły się w miłej atmosferze, chociaż na planszach, jak przystało na szermierkę, walczono twardo, ale z godnością.

Już w czerwcu odbędzie się XIII Integracyjny Turniej Szermierczy "Z floretem do gwiazd", na który serdecznie zapraszamy.

ALICJA TWARDOSZ

Jak skutecznie aktywizować?

Promocja idei integracji osób niepełnosprawnych – to główny cel trzeciej edycji przeglądu filmów integracyjnych, organizowanego przez PFRON i Uniwersytet Ekonomiczny w Poznaniu, w ramach konferencji pod tytułem: „Innowacje w zatrudnieniu osób niepełnosprawnych”. Wydarzenie odbędzie się 28 marca o godzinie 10.00 na Uniwersytecie Ekonomicznym, przy Alei Niepodległości 10.

Temat tegorocznej edycji przeglądu brzmi: „Aktywizacja osób niepełnosprawnych”. Przegląd, jak informują organizatorzy, adresowany jest do szerokiego kręgu twórców i producentów filmów reklamowych promujących ideę integracji osób niepełnosprawnych. Zgłoszony film może być dziełem indywidualnym, produkcją zrealizowaną przez agencję filmową, reklamową bądź grupę reżyserką. Powinien trwać nie dłużej niż dwie minuty, być zapisany w pliku avi, mov, mp4 lub mpeg4 i nagrany na pendrive. Dzieło może być wykonane w dowolnie wybranej konwencji, gatunku filmowym oraz technice (np. animacji).

Najlepsze filmy zostaną uhonorowane nagrodą jury dla filmu amatorskiego i nagrodą jury dla filmu profesjonalnego. Zgłoszenia przyjmowane są do 11 marca. Aby zgłosić film, należy zapoznać się z regulaminem dostępnym na stronie pfron.org.pl, wypełnić kartę zgłoszeniową oraz przesłać ją razem z filmem na adres: „Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych – Oddział Wielkopolski, ul. Lindego 6, 60-573 Poznań lub dostarczyć drogą elektroniczną na adres: konferencje.poznan@pfron.org.pl skan zgłoszenia i link umożliwiający pobranie filmu.

W konferencji „Innowacje w zatrudnieniu osób niepełnosprawnych” udział wezmą specjaliści w kwestii aktywizacji zawodowej osób niepełnosprawnych, przedstawiciele instytucji publicznych, zakładów aktywności zawodowej i organizacji pozarządowych, naukowcy oraz praktycy. Spotkanie to umożliwi wymianę doświadczeń w temacie aktywizacji oraz szersze spojrzenie na problematykę rynku pracy osób niepełnosprawnych. *Oprac. KK.*

Chcą działać

Od stycznia tego roku w Chelmku (woj. małopolskie) funkcjonuje Spółdzielnia Socjalna „Albert”, założona przez Fundację im. Brata Alberta w Radwanowicach. To 34 placówka tej organizacji. Zarząd Fundacji zdecydował o powołaniu spółdzielni socjalnej w odpowiedzi na potrzebę tworzenia i wspierania form aktywizacji zawodowej osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Na początku w spółdzielni zatrudnionych zostało pięć osób, ale będzie ich przybywać. Spółdzielnia zajmuje się profesjonalnym i ekologicznym niszczeniem dokumentów. Na tę usługę jest obecnie duże zapotrzebowanie, a będzie prawdopodobnie jeszcze większe, z uwagi na obowiązujące w naszym kraju przepisy RODO (Rozporządzenie Ochrony Danych Osobowych) i wynikającą z nich konieczność niszczenia dokumentów zawierających dane wrażliwe.

„Udowadniamy, że niepełnosprawni pracują profesjonalnie i z pełnym zaangażowaniem. Wybierając nasze usługi nie tylko dbasz o pełne bezpieczeństwo swoich danych, ale również wspierasz rozwój osób niepełnosprawnych zaangażowanych w proces niszczenia dokumentów. Jesteśmy grupą ludzi, którzy chcą działać, a nie tylko obserwować” – czytamy na stronie Spółdzielni Socjalnej „Albert”.

Spółdzielnia socjalna – to podmiot gospodarczy łączący cechy przedsiębiorstwa oraz organizacji pozarządowej. Charakterystyczne dla spółdzielni socjalnej jest pierwszeństwo interesów społecznych nad zyskiem.

Szacuje się, że w polskich spółdzielniach socjalnych zatrudnienie znajduje ponad półtora tysiąca ludzi z niepełnosprawnością. To niewiele w stosunku do liczby osób z niepełnosprawnością bez zatrudnienia. Spółdzielnie są szansą na aktywizację zawodową tych osób, a tym samym również na ich pełne uczestnictwo w życiu społecznym. Także dobrym narzędziem do przeciwdziałania ich bierności. Wielu pracodawców wciąż boi się zatrudniać osoby z niepełnosprawnościami. *Oprac. KK.*

Asystent pomoże

Ponawiamy informację dotyczącą projektu pod nazwą „Niezależność na telefon”, w ramach którego osoby z niepełnosprawnościami mogą skorzystać z bezpłatnej usługi asystenta osoby niepełnosprawnej. Projekt ten realizuje Fundacja Akceleracji i Inkubacji Biznesu. Zadanie jest finansowane przez Miasto Poznań.

Z bezpłatnej usługi asystenta mogą skorzystać osoby z orzeczeniem o niepełnosprawności w stopniu umiarkowanym lub znacznym, mieszkające i rozliczające PIT w Poznaniu. Do końca tego roku dla każdego uczestnika projektu prze-

widziane jest maksymalnie 24 godziny wsparcia asystenta. Asystent pomoże w codziennym życiu – m.in. w zrobieniu zakupów, przemieszczaniu się komunikacją miejską w Poznaniu, w załatwieniu spraw urzędowych, czy też w dotarciu do lekarza, na uczelnię, do kina i teatru.

Asystenci nie świadczą usług opiekuńczych ani medycznych. Z pomocy asystenta można korzystać codziennie (prócz dni świątecznych), w godzinach od 7.00 do 21.00. Zgłoszenia osób zainteresowanych pomocą asystenta bądź ich bliskich przyjmowane są pod numerem telefonu: (61) 646 33 44. *Oprac. KK.*

Jak to jest nie widzieć – gdy pod stopami lód?



Marek
Kalbarczyk
WARSZAWA

Dla niewidomych nie widzieć w deszczu to duże wyzwanie, o czym zdążyłem już napisać na łamach „Filantropa Naszych Czasów”. A jak to jest nie widzieć, gdy dookoła mnóstwo śniegu, pod stopami lód albo typowe dla temperatur ni to dodatnich ni ujemnych pośniegowe błoto albo wszechogarniająca śnieżna burza? To po prostu armagedon! Jednak wyjście z domu bywa ważniejsze od niewygód, na jakie musimy się narazić.

Styczeń lub luty to w naszej szerokości geograficznej najtrudniejsze miesiące. Niezależnie od tego, czy ocieplenie klimatu jest czy go nie ma, zdarzają się dni, kiedy aura jest po prostu straszna i zamyka nas w domach. W domu mogą zostać ci, którzy nie muszą wyjść. A co z tymi, którzy chodzą do szkoły albo do pracy, muszą zrobić zakupy lub stawić się na wcześniej umówione spotkanie? Pełnosprawni podchodzą do okna, by sprawdzić, jak jest na zewnątrz: „Uf, ale dużo śniegu i nadal pada!”. Rzut oka na termometr: „Minus 8 stopni!”. A gdy zdarzy się minus 15? „Co by tu wymyślić, by móc zostać w domu?” Czasem można się „wykpić”, często jednak nie jest to niemożliwe.

Tak myślą pełnosprawni. A niewidomi? Nie podchodzimy do okna, by sprawdzić pogodę, bo patrzenie przez szybę nic nam nie da. Zamiast tego włączamy komórkę (smartfon) lub komputer, „wpływamy” do sieci i szukamy informacji. Możemy się nie fatygować i korzystać z zainstalowanych aplikacji pogodowych, które wiedzą, kim oraz gdzie jesteśmy. Nasz smartfon mówi do nas. Voice-Over udziela informacji o tym, czego poszukujemy. Mówi to samo, co widzą widzący przez okno: że pada śnieg, a tem-

peratura wynosi minus 8 albo minus 15 stopni. Dowiemy się, jaka będzie sytuacja za godzinę, dwie, trzy, a nawet sprawdzamy, co będzie nazajutrz i jeszcze później. To wszystko nie uratuje nas od problemów, które czekają tuż za drzwiami.

Zima czy nie, gdy nie mamy możliwości odwołania spotkania, musimy się zmobilizować i sobie poradzić. Pieczołowicie się ubieramy – zimowe buty, takie wysokie, by nie wpadł do nich śnieg. Uf, jakie to okropne, gdy przy wysokich zaspach wpadnie do nich zimny, zamrożony śnieg. Uf, jakie to nieprzyjemne, gdy pod wpływem naszego ciepła roztopi się i zmusza do chodzenia z mokrymi skarpetkami. A więc porządne buty na zimę, ciepła odzież i puchowa kurtka albo kożuszek. No i czapka, która trzyma się uszu jak należy.

Gdy jesteśmy ubrani, czas na włożenie do kurtkowej kieszeni komórki, wzięcie do jednej ręki teczki, a do drugiej białej laski. Kiedy włożyć rękawiczki – wcześniej, przed zabieraniem tych rzeczy, czy później, gdy już je mamy? Jak to wykonać? Z teczką i laską w rękach trudno wciągnąć na palce rękawiczki. Jednak gdy zrobimy to wcześniej, nie możemy już liczyć na zdolności naszego dotyku. Mimo to musimy umieć operować dłońmi nawet w ciepłych rękawiczkach. Teraz niewidomy wygląda już jak wojownik i może otworzyć drzwi. Otwiera więc i... chce się wycofać. Zimny wiaterek ogarnął jego twarz i zmroził nie tylko nos, ale i duszę. Może jednak nie iść?

Idziemy, nie ma rady. Tak jak rękawiczki „zabierają” nam dużą część korzyści płynących z wyczulonego dotyku, tak porządna czapka zasłania nam dużą część dźwięków, które są przecież nieodczuwane, byśmy mogli się poruszać. Nic to, i tak musimy dać radę.

Wychodzimy z domu. Wszystko nam przeszkadza i dokucza. Wiele rzeczy po prostu nie słyszymy. Rzecz w tym, że nasze umiejętności samo-

dzielnego poruszania się w dużym stopniu na tym polegają. Czasem unosimy więc brzeg czapki, odsłaniamy ucho i staramy się coś usłyszeć. OK, słyszymy i wiemy, jak wykonać kolejne kroki. Przy następnym zakręcie znowu uchylimy czapkę i sprawdzimy, co się dzieje dookoła. I tak brniemy do przodu. Gdyby jednak problemy ze słyszeniem były jedyne! Na drodze są kolejne trudności.

Pod stopami i dookoła mnóstwo śniegu. Nie widzimy tego, a jedynie badamy laską i stopami, to znaczy butami, które traktujemy jak przedłużenie naszych stóp. Uf, jak trudno to ogarnąć. Laska czy buty „działają” jedynie w najbliższej odległości. Wzrokiem ogarnęlibyśmy całą przestrzeń, a tak możemy „poznać” jedynie otoczenie w okręgu o promieniu nieco większym niż jeden metr. Idziemy więc krok za krokiem mając pewność co do tego, co jest w tym okręgu, a poza nim nic a nic. Czy jednak mamy prawo sądzić, że nasza wiedza o tym najbliższym otoczeniu jest pewna? O nie! Narzędzia, którymi dysponujemy, nie wystarczą. Mimo dobrego przeszkolenia w używaniu białej laski i dużych starań podczas wymacywania podłoża butami, często coś przegapiamy. Łatwiej nam iść na dobre wybudowanym chodniku, podczas gdy aura nam sprzyja. Gdy jednak jest dużo śniegu, zaspy leżące na byle jakim podłożu, to dla nas gehenna.

Nic to, brniemy dalej. Po drodze krawężniki, fragmenty zlodowaciała, na których się ślizgamy, a także słupy i wiele innych przeszkód. Gdy dochodzimy do poprzecznej uliczki, nasze uszy pod czapką nie są w stanie usłyszeć, czy coś jedzie. Znowu odchyłamy brzeg czapki i nasłuchujemy. Cisza, znaczy chyba cisza – zaryzykować i iść, czy jeszcze czekać? Idziemy! Nie możemy ciągle stać i czekać. Kiedyś trzeba zaryzykować i się ruszyć. Dookoła zima w pełni i nie widać, znaczy nie słychać innych pie-

szych. Gdyby byli, mogliby pomóc, ale często nie ma obok nikogo. Ulice pustoszeją, gdy jest zła pogoda. Jesteśmy więc zdani na samych siebie, białą laskę, dobre obuwie i zasłonięte uszy.

Czasem jednak nie zauważymy przeszkody i na nią wpadniemy. Słupy nie są wtedy straszne, bo jesteśmy w ciepłym ubraniu, które nie tylko chroni przed zimnem, ale także amortyzuje drobne zderzenia. Nawet krawężniki nie są zbyt dokuczliwe, gdyż i tak ciągle się ślizgamy. Możemy więc z nich zjechać i nic nam się nie stanie. Krawężniki w górę też ominiemy, bo biała laska dobrze je wychwytyje. Najgorszy jest lód. Gdy nie zauważymy, laska go ominie, wejdziemy nań i... poślizg zaliczony. Wtedy na dwoje babka wróżyła – upadniemy lub nie. Dobrze zrehabilitowani niewidomi mają kocie zdolności i wybierają się przed upadkiem. Wykonują jakieś ekwilibrystyczne ruchy, zamachy, skręty, odskoki i idą dalej. Jednak nie zawsze to się uda.

Wtedy leżymy – tu my, laska nadal w ręku, teczka gdzieś obok, a czapka – właśnie – gdzie jest czapka? Jak ją znaleźć i pozbiierać to wszystko? Wstajemy. Najpierw się otrzepujemy – nigdy zbyt dobrze, bo to wymaga widzenia. Otrzepujemy więc to, co nam przyjdzie na myśl i stopami szukamy teczki. Z czapką większy kłopot, bo stopami nie możemy jej wymacać. Schylamy się i szukamy dłońmi. Nie można macać całego otoczenia, lecz trzeba sobie przypomnieć jak to było i wymyślić, gdzie mogła upaść. Jest! Otrzepujemy ją dzielnie i wkładamy na głowę. Nieco brudna i zimna, ale nic to... Idziemy dalej i niezależnie od tego, czy robimy to dobrze czy byle jak, docieramy do celu i im było nam trudniej, tym bardziej jesteśmy zadowoleni.

Dajemy radę takim i innym trudnościom, a wtedy myślimy, że życie jest piękne, a nasze trudności to tylko kolejne przygody, które nas ubogacają.

Chińska kaligrafia

Wpiątek 23 listopada 2018 roku odwiedził nas niecodzienny gość. Był nim Dylan, rodowity Chińczyk, student Uniwersytetu Artystycznego w Poznaniu, który poprowadził z nami warsztaty z chińskiej kaligrafii.

Nasz gość przywiózł ze sobą pędzle i tusz. Pokazywał nam, w jaki sposób należy trzymać pędzel oraz z jaką siłą naciskać na papier, aby pismo było staranne i dokładne. Nie było to wcale łatwe, ale my byliśmy wytrwali. Próbowaliśmy najlepiej jak umiemy odtworzyć znak jaki zademonstrował nam prowadzący. Stwierdził, że jak na pierwsze zetknięcie z chińską kaligrafią poszło nam bardzo dobrze.

Dowiedzieliśmy się też, jakie są zwyczaje i tradycyjne potrawy w Chinach oraz jakie święta obchodzą Chińczycy. Spotkanie było niezwykle ciekawe.

EWA KWIATKOWSKA
UCZESTNICZKA WTW W OWIŃSKACH



Grudzień 2018 roku w Zespole Szkół Specjalnych nr 101 w Poznaniu był pracowity. Trwały przygotowania do corocznego przedstawienia jasełkowego. Powstawały dekoracje i stroje, trwały próby. Zaangażowani byli uczniowie, nauczyciele, rodzice.

Tym razem jasełka wpisały się w jubileusz 100-lecia odzyskania niepodległości. W scenografii mieszczarskiego domu trwają ostatnie przygotowania do wigilii. Ojciec ubiera choinkę, mama prasuje obrusy, babcia w kuchni, dzieci kończą porządki. Dziadek sięga po stary album i rozpoczyna opowieść. Cofa się do czasów Polski szlacheckiej, mówi o ostatnich latach wolności, o świętach Bożego Narodzenia na dworach i w chłopskich chatkach.

Przychodzi czas rozbiórów i walk o wolność. Widz przenosi się na daleką Syberię, gdzie zesłańcy pielęgnują świąteczne tradycje. Nie ma tam choinki, prezentów, wigilijnych potraw. Ale są kolędy i podniosły nastrój. W niewoli, z dala od domów, zesłańcy pielęgnują polskość. Wigiliom w kraju też towarzyszy tęsknota za wolną Polską. Nadszedł tragiczny czas świąt w okopach na frontach I wojny światowej.

I wreszcie nadeszły pierwsze po ponad 120 latach szczęśliwe święta w Niepodległej Ojczyźnie. Niestety historia okazała się bezlitosna i po 20 latach znowu wigilie były w niewoli.

Tym razem widzimy zziębniętych, głodnych więźniów obozu koncentracyjnego, którzy dzieląc się jedynym, zdobyczym jabłkiem, niepewni swego losu, nucą cicho kolędy i pamiętają o świętach w swoich domach.

W okupowanej Polsce nasi rodacy starają się choć na chwilę zapomnieć o wszechobecnej śmierci i terrorze i siadają do namiastek wieczerniej wigilijnej, nucą kolędy i modlą się o wolność.

A po okupacji hitlerowskiej – lata stalinizmu, terroru, więzień i śmierci. Święta w wielu domach przepełnione obawą o najbliższych. Jeszcze wspomnienie o wigilii w stanie wojennym. Na ulicach krążyły patrole woj-

JASEŁKA W ZESPOLE SZKÓŁ SPECYJALNYCH NR 101 W POZNANIU

Wigilie wpisane w polskie losy

skowe, godzina policyjna, wielu działaczy opozycji internowanych.

I wreszcie święta w wolnym kraju. Ważne, by ta wolność nie przesłoniła nam prawdziwego ducha Bożego Narodzenia.

Całe przedstawienie miało charakter widowiska multimedialnego, przeplatane



FOT. (5X) MAGDALENA DYSEWICZ



scenkami rodzajowymi, poezją i kolędami, które były również wykonywane w języku AAC, co w naszej szkole jest już tradycją.

W przeciągu około godziny prześledziliśmy losy kilku pokoleń Polaków. Zobaczyliśmy wigilijne wieczerze wpisane w burzliwe losy naszego kraju.

Dziękujemy autorom, aktorom i muzykom, dzięki którym przeżyliśmy przejmujące i pouczające przedstawienie.

DARIA KRZYSZKOWIAK

ALDONA WIŚNIEWSKA
POZNAŃ

*Czy kochasz nas,
O dobrotliwe niebo,
Utkane chmurami
Jak puchem?
Gdy cierpisz,
Cierpimy
Wraz z tobą.
Gdy szlochasz,
Wyciskasz łzy.
Gdy złościsz się,
Biedni my
Na ziemi.
Lecz ty
Nas kochasz.
Ciepłem swoim
Ogrzewasz
Nasze ciała.
Podniebną
Muzykę lata
Przemieniasz
W upał.
Nie zawodzisz,
Gdy przychodzi
Jesień.
Otulasz zimą
I wracasz wiosną.
Początkiem jesteś
I końcem.*

*Chcę chodzić
Na linie,
Chcę żonglować
Myślą
Pod kopułą nieba.
Lecz gdy ciebie
Nie ma,
Nie ma też nieba.*

Przybyli kołędnicy

Korowód barwnych postaci, wśród których byli trzej królowie, Herod, diabeł, anioł, pastuszkowie, Adam i Ewa – odwiedził tradycyjnie nasz Warsztat Terapii Zajęciowej w Owińskach.

W role kołędników wcielili się nasi przyjaciele, pacjenci Zakładu Opiekuńczo – Leczniczego i Rehabilitacji Medycznej w Owińskach. Cieszymy się, że byli znowu z nami. Obejrzeliśmy w ich wykonaniu przedstawienie o narodzinach Chrystusa. Wspólne śpiewaliśmy kolędy, złożyliśmy sobie życzenia pomyślności w nowym roku i odwdzięczyliśmy się gościom подарunkami. *na*



W naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej w Owieńskach 21 grudnia 2018 roku odbyło się spotkanie wigilijne. Zasiadliśmy przy wspólnym stole, kosztowaliśmy tradycyjnych potraw przygotowanych przez pracowników gospodarstwa domowego. Złożyliśmy sobie życzenia, podzieliliśmy się opłatkiem i śpiewaliśmy kolędy.

Odwiedził nas Święty Mikołaj, który obdarował każdego upominkiem. Ojciec Tomasz z tułejszej parafii odczytał fragment Pisma Świętego. Był z nami również nasz przyjaciel i darczyńca Hans-Jörg Otto, na którego pomoc zawsze możemy liczyć. Serdecznie dziękujemy

Przy wigilijnym stole

również Robertowi Maciejewskiemu i Wojciechowi Bukowskiemu za słodkie upominki. Na zakończenie życzyliśmy sobie wesołych świąt i szczęśliwego nowego roku.

ANITA KRZYMIEŃSKA
UCZESTNICZKA WZT



Joga dla osób z chorobą nowotworową

Poznanianka Paulina Grochowska przez kilka lat mieszkała w Berlinie i Mediolanie. Tam też, ucząc ćwiczeń jogi zauważyła, że są one bardzo pomocne osobom walczącym z chorobą nowotworową. Joga sprzyja utrzymaniu równowagi psychicznej i pomaga w dobrym funkcjonowaniu całego ciała. Po powrocie do rodzinnego Poznania otworzyła studio jogi.

– W Berlinie ukończyłam kurs instruktora jogi, a potem specjalizację dla instruktorów, jak mogą pomagać ludziom z nowotworami zarówno w czasie leczenia, jak i po jego zakończeniu. Osoby te mają m.in. ograniczony zakres ruchowy, ograniczone poczucie równowagi, nudności, zawroty głowy. Dlatego w trakcie ćwiczeń wymagają używania dodatkowego sprzętu rehabilitacyjnego, a także większego aniżeli osoby zdrowe przygotowania i zaangażowania z mojej strony – mówi Paulina Grochowska.

Oprócz maty potrzebne są dla każdej ćwiczącej osoby 4 bloczki, paski, koce, poduszki. Osoby tuż po chemioterapii mogą wykonywać jogę na krzesłach. Wymienione sprzę-



Paulina Grochowska, organizatorka i trenerka bezpłatnej jogi dla osób z nowotworami.

ty wspomagają ćwiczenia rehabilitacyjne i poprawiają samopoczucie podczas zajęć. Musi być zwiększona czujność instruktora, ponieważ to nie jest zwykła joga. Trzeba uważać na każdy ruch, każdy krok, wdech i wydech oraz dostosować się w pełni do chorych osób.

– Joga pomaga wszystkim. Usprawnia ciało i umysł. Buduje masę kości i mięśni, czyni ciało elastycznym, redukuje stres, pomaga w zasypianiu, zwiększa pewność siebie. Jest bardzo ważna w walce z chorobą. Pozwala dojść do równo-

wagi pomiędzy ciałem, umysłem i duszą. Podczas moich zajęć staram się łączyć te trzy aspekty – dodaje P. Grochowska.

Mieszkając za granicą przekonała się, że szpitale i centra onkologiczne w Niemczech i Włoszech mają jogę i inne ćwiczenia grupowe dla swoich pacjentów wpisane w grafik zajęć. W Stanach Zjednoczonych prowadzone są badania nad wpływem ćwiczeń jogi na leczenie choroby nowotworowej. Okazuje się, że lepsze wyniki w terapii mają osoby, które oprócz konwencjonalnych me-

tod dbają o swoje zdrowie psychiczne uprawiając jogę.

Instruktorka zamierza organizować zajęcia dla osób z chorobą nowotworową już od lutego do czerwca, raz w tygodniu, dla około 8 chorych w jednej grupie. Dla prowadzenia ćwiczeń rehabilitacyjnych jogi potrzebuje jednak dodatkowo wspomnianych 20 bloczków, 10 dużych poduszek, 10 pasków oraz kilku krzeseł. Łączny koszt to około 6 tysięcy złotych. W tym celu uruchomiła zbiórkę pieniędzy na platformie crowdfundingowej „Polak Pomaga”.

Czytelnicy „Filantropa”, chcąc pomóc w zakupie wymienionych przedmiotów, mogą to uczynić wchodząc na www.polakpomaga.pl/kampania/bezplatne-zajecia-joga-i-rak-w-poznaniu.

Natomiast osoby chorujące na nowotwór bądź mające kogoś bliskiego z tą chorobą, mogą się zapisywać na bezpłatne ćwiczenia, które będą się odbywały w Poznaniu przy ul. Mielżyńskiego 27/29. Kontakt: Paulina Grochowska, tel. 608-145-070 lub za pośrednictwem Facebooka: www.facebook.com/yoga.with.paulina.

STANISŁAW FURMANIAK

Do Sianożętów i Ciechocinka

W niedzielę 6 stycznia w restauracji „Turystyczna u Moniki” członkowie Wielkopolskiego Związku Inwalidów Narządu Ruchu koło w Środzie Wielkopolskiej składali sobie życzenia noworoczne.

Udział wzięli zaproszeni goście: Piotr Mieloch, burmistrz Środy, Paweł Wullert, przewodniczący Rady Miasta, Bogusław Biernat, członek Zarządu Powiatu Średzkiego, Błażej Friedrich, wiceprezes Zarządu Głównego WZINR, Maria Pękała prezes koła WZINR w Śreminie i Zbigniew Idaszak, przewodniczący Polskiego Związ-

ku Emerytów i Inwalidów w Środzie. Wspomniano, co udało się zorganizować w 2018 roku. Najważniejsze były ubiegłoroczne obchody 30-lecia średzkiego koła.

W tym roku planowany jest w czerwcu wyjazd do Sianożętów, w sierpniu piknik w Lutyń, a we wrześniu wyjazd do Ciechocinka. Od połowy lutego zarząd koła rozpocznie akcję pomocy w wypełnianiu PIT-ów oraz promocję 1% podatku na działalność statutową naszej organizacji.

JERZY SKROBISZEWSKI
PREZES KOŁA WZINR W ŚRODZIE



FOT. ARCHIWUM WZINR



Monika
Janc
POŁAJEWO

Z potrzeby serca

Jolanta Misiak z Poznania choruje na retinopatię cukrzycową, nadciśnienie, zwyrodnienie stawów i inne dolegliwości. Ma orzeczony umiarkowany stopień niepełnosprawności. Dysfunkcje te nie przeszkadzają jej jednak w społecznych działaniach na rzecz osób potrzebujących.

Jola jest trenerem do spraw osób głuchoniewidomych Wielkopolskiej Jednostki Wojewódzkiej Towarzystwa Pomocy Głuchoniewidomym i przewodniczącą Rady Klubu tej organizacji. Ponadto należy do Polskiego Związku Niewidomych. Píše wiersze, tworzy fantastyczne przedmioty z papieru i wstążek, świetnie gotuje i piecze ciasta.

Poznałyśmy się w 2015 roku podczas konferencji „Reha for the Blind in Poznań” organizowanej przez Fundację „Szansa dla Niewidomych” w Warszawie. Urzekła mnie jej otwartość na drugiego człowieka, poczucie humoru i ogromny zapał do pracy.

Urodziła się i mieszka w Poznaniu. Ukończyła liceum zawodowe o specjalizacji kelner-bufetowy. Od 11 lat jest wdową, a od śmierci mamy w 2017 roku mieszka sama. Ze względu na poważne problemy ze wzrokiem wielokrotnie miała wykonywane w Szpitalu Klinicznym im. Przemienienia Pańskiego Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu zabiegi spowalniające postęp choroby. Poza tym jest leczona insuliną – co wiąże się z codziennymi iniekcjami. Musi przestrzegać także specjalnej diety dla osób z cukrzycą.

Nie myśli jednak o chorobach, nie użala się nad sobą, ale z zapałem podejmuje nowe wyzwania, związane z pracą społeczną w TPG. Dobrze zna problematykę osób z dysfunkcją słuchu i wzroku, a także tych, które mają obie te dysfunkcje jednocześnie. Potrafi komunikować się w stopniu podstawowym w języku migowym i posługiwać alfabetem Lorma. Obie umiejętności chciałaby poszerzyć. Według raportu TPG z 2016 roku w Polsce liczba osób jednocześnie poważnym uszkodzeniem wzroku i słuchu waha się w



Dwie Jole: Jolanta Misiak (z lewej) i wolontariuszka TPG Jolanta Golańska.

granicach od 5 do 7 tysięcy. Do Wielkopolskiej Jednostki TPG należy około 30 osób.

Praca wśród ludzi z takimi deficytami wymaga szczególnego zrozumienia i cierpliwości. Daje za to ogromną radość i pozwala na poznawanie ciekawych osobowości. „Zawsze lubiłam i lubię być blisko ludzi” – mówi Jola. Czuje, że w działaniach dla osób głuchoniewidomych się spełnia, że są one potrzebą jej serca. Pięknie powiedział na ten temat ks. Mieczysław Maliński „Miarą twojego człowieczeństwa jest wielkość twojej troski o drugiego człowieka”.

Telefon Joli nigdy długo nie milczy. Zawsze jest ktoś, kto potrzebuje pomocy albo wsparcia – i zawsze je otrzymuje. Poza pracą i codziennymi obowiązkami prowadzi zajęcia artystyczno-manualne dla osób z TPG oraz PZN. Jest współorganizatorką happenin-gów, wyjść do kina, wycieczek i imprez okolicznościowych organizowanych dla członków TPG. Na spotkaniach podaje smaczne i własnego przepisu potrawy. Dbą także o odpowiednią oprawę spotkań, na których czasem prezentuje swoje wiersze, które ukazały się w kwartalniku „Dłonie i Słowo”, poświęconym problematyce osób głuchoniewidomych. Poczucie humoru Joli sprawia, że jej obecność na spotkaniach poprawia nastrój uczestnikom. Gdy czasem Jola potrzebuje wsparcia, może zawsze liczyć

na przyjaciół, członków TPG i wolontariuszy.

Chciałaby, aby stan jej zdrowia nie pogarszał się. Aby mogła jak najdłużej służyć innym. Marzy o wyjeździe do sanatorium w Kołobrzegu. Sytuacja osób głuchoniewidomych w Polsce nie jest łatwa, nie ma

rozwiązań prawnych traktujących głuchosłepotę jako odrębną jednostkę chorobową. Wśród społeczeństwa brakuje podstawowej wiedzy o takich osobach i zrozumienia dla ich potrzeb. Na szczęście jest prężnie działające TPG z pełnomocnikiem WJW Jackiem Kowalskim na czele i Jolą Misiak, którzy nieustannie prowadzą działania mające na celu poprawę sytuacji osób z jednoczesną dysfunkcją wzroku i słuchu. Pomaga im także spora grupa wolontariuszy.

Więcej informacji o WJW Towarzystwa Pomocy Głuchoniewidomym można znaleźć na stronie internetowej <https://wielkopolskiptg.wordpress.com>

Dla chętnych, którzy chcieliby wesprzeć działania TPG, podajemy nr konta: Towarzystwo Pomocy Głuchoniewidomym, ul. Deotymy 41, 01-441 Warszawa, Raiffeisen Bank Polska S.A., nr konta: 82 1750 0012 0000 0000 3991 0829, tytułem: cele statutowe Wielkopolskiej Jednostki TPG.



Jolanta Misiak (z prawej) i autorka tekstu podczas konferencji „Reha for the Blind” w Poznaniu.

Z INICJATYW WARSZTATU TERAPII ZAJĘCIOWEJ

7 grudnia 2018 roku po raz 16-ty zostaliśmy zaproszeni przez zaprzyjaźnioną Szkołę Fundacji Edukacji Społecznej EKOS w Swarzędzu na „Olimpiadę radości”, przygotowaną przez uczniów dla naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej.

Igrzyska otworzył dyrektor szkoły wraz z przewodniczącą naszego Stowarzyszenia. Na początku w imieniu uczestników WTZ złożyłem przysięgę:

Olimpiada radości

„Z radością i uśmiechem będę pokonywał wszystkie konkurencje sportowe i zdobywał medale”. Razem z wolontariuszami – uczniami EKOSU – ruszyliśmy na stanowiska sportowe.

Startowaliśmy w takich konkurencjach jak śnieżna kula,



FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ

ślalom mikołajkowy, rzut do kosza, ćwiczenia na równoważni, łańcuch choinkowy, rzut w ciemno. Wiele osób obdarzyło nas ciepłym uśmiechem. Mimo niepogody w naszych sercach świeciło słońce.

Każdy uczestnik otrzymał medal. Dziękujemy za długoletnią przyjaźń i miłą atmosferę na igrzyskach. W waszej szkole czujemy się bardzo dobrze.

MICHAŁ OGONIAK



Kino otwarte dla nas

Nasz Warsztat Terapii Zajęciowej wybrał się do kina „Posnania” 19 grudnia 2018 roku na polską premierę filmu „Mary Poppins powraca”. Ten czarodziejski, przeniesiony do sali kinowej musical, za sprawą twórcy i dzięki świetnej grze aktorów dał nam wyjątkową, artystyczną przyjemność.

Obejrzelismy dawne kino

przed sześciu dekad. Film zabrał nas na zakurzone stryszek angielskiego domostwa, gdzie działy się niesamowite rzeczy. Uwierzyłem, że nawet niemożliwe jest możliwe. Były mądre teksty piosenek, które dały dużo do myślenia. Po seansie udaliśmy się do pobliskiego McDonald's. Pełni wrażeń wróciliśmy do Swarzędza.

MICHAŁ OGONIAK

Czas dobrej nowiny



FOT. ARCHIWUM WTZ



FOT. ARCHIWUM WTZ

Na spotkaniu wigilijnym 20 grudnia 2018 roku Barbara Kucharska, kierownik naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej w Swarzędzu, powitała nas i naszych gości: Tomasza Zwolińskiego, wiceburmistrza, Barbarę Czachurę, przewodniczącą Rady Miejskiej, Pawła Białasa, wicedyrektora Spółdzielni Mieszkaniowej, ks. proboszcza Dariusza Salskiego i znaną piosenkarkę Halinę Benedyk.

Zaprezentowaliśmy nasze umiejętności w programie

słowno-wokalnym o Bożym Narodzeniu. Przypomnieliśmy sobie narodziny Jezusa wsłuchując się w ewangelię odczytaną przez kierownika WTZ. Gdy ucichły ostatnie słowa Pisma Świętego, życzenia złożyli nam nasi goście i my sobie wzajemnie. Śpiewaliśmy kolędy i rozmawialiśmy, było dużo śmiechu i radości. Każdy uczestnik spotkania dostał smakowite pierniczki, za które dziękujemy Urszuli Mrówce.

AGATA RYBICKA

W SWARZĘDZU

Perfekcyjna gra aktorów

W grudniowe przedpołudnie wybraliśmy się do swarzędzkiej Szkoły Podstawowej nr 3. Tu wraz uczniami, w holu tej gościnnej placówki, czekaliśmy na bożonarodzeniowe, uczniowskie jasełka. Przedstawienie wprowadziło nas w świąteczny klimat narodzin Jezusa.

Przenosząc się do dawnych czasów poczuliśmy radość z przyścia na świat Dzieciąt-

ka i zarazem dramaturgie tamtych chwil. Podziwialiśmy perfekcyjną grę aktorów, kunszt wokalny uczniowskiego chóru i solistki oraz wspaniałe kostiumy. Podziękowaliśmy wykonawcom i nauczycielom brawami oraz małym upominkiem. Dziękujemy nauczycielom i uczniom za zaproszenie.

AGATA RYBICKA
MICHAŁ OGONIAK



FOT. ARCHIWUM WZT

Gość z Laponii

17 grudnia 2018 roku w swarzędzkiej bibliotece spotkaliśmy się z niezwykle gościem – świętym Mikołajem, we wspaniałym przebraniu. Opowiedział nam o niezwykle historii prawdziwego świętego Mikołaja.

Urodził się na terenie obecnej Turcji w 270 roku. Był synem greckiego kupca, już od dziecka dzielił się z potrzebującymi. Wybrał życie zakonne, był szanowanym człowiekiem, zostając zwolniony z kamieniołomów udał się do papieża, który posłał go, by nauczał ludzi. Był świętym kościoła katolickiego i prawosławnego, patronem żeglarzy. Był biskupem około 40 lat. Umarł w Mitrze, a jego relikwie w większości znajdują się w Bari w Włoszech. W małej wiosce Kalewala w Laponii, na północy Finlandii, są odczytywane listy od dzieci do świętego Mikołaja.

Tradycja obchodów dnia świętego Mikołaja trwa w wielu krajach chrześcijańskiego świata, także w Polsce, a nawet w dalekiej Laponii, skąd przyjeżdża on do nas w saniach zaprzę-



FOT. ARCHIWUM WZT

nych w renifery, wioząc dary dla dzieci...

Każdy z nas otrzymał od wyjątkowego gościa mały upominek. Dziękujemy Mikołajowi za miłe spotkanie, a pracownikom biblioteki za organizację tego wydarzenia.

MICHAŁ OGONIAK
AGATA RYBICKA
UCZESTNICY WZT

Przyjaźń znaczy życie

Od 28 lat wspieramy dzieci i osoby z niepełnosprawnościami oraz ich rodziny. Liczba dzieci i osób niepełnosprawnych zapisanych do naszego stowarzyszenia liczy już prawie 300 i ciągle wzrasta. Gdyby nie ludzie dobrej woli, wielu naszych podopiecznych nie miałyby szans na rehabilitację.

Staramy się, aby osoby te odnalazły swój drugi dom i jednocześnie otrzymały fachową i profesjonalną pomoc. Przez wszystkie lata udało nam się powiększyć bazę do rehabilitacji oraz wczesnej interwencji, zakupić sprzęt oraz pomoce do usprawniania. Wszystko to dzięki Państwa hojności. Jak co roku liczymy na okazanie nam dobrego serca.

Dziękujemy!



www.spdst.org.pl

**STOWARZYSZENIE PRZYJACIÓŁ
DZIECI SPECJALNEJ TROSKI
im. Leszka Grajka w Swarzędzu
os. Kościuszkowców 13
62-020 Swarzędz**

1%

KRS 00000 21 128



Był mały i fajny,



i szalony...

Nasze placówki – Środowiskowy Dom Samopomocy „Iskra” i Ośrodek Terapii Zajęciowej „Iskra” w Poznaniu, wraz z Warsztatem Terapii Zajęciowej „Pomost”, na przełomie listopada i grudnia wspólnie zorganizowały zbiórkę na schronisko. Przyносилиśmy jedzenie dla psów i kotów, stare ręczniki, trochę tego nam się zbierało.

Pani ze schroniska „Gaj” dla bezdomnych zwierząt w

Śremie przyjechała 19 grudnia 2018 roku po te wszystkie rzeczy z psem i były zajęcia, tak na chwilę i mogliśmy go głaskać i zrobić sobie zdjęcia. Brałszy go na kolana. Ten piesek miał na imię Duduś. Był mały i fajny, i szalony. Mogliśmy też go pokarmić i jał. Było fajnie. A potem poszliśmy do „ISKRY” i rzeczy, które były dla schroniska, zanieśliśmy do samochodu.

ANNA KONOPACKA



FOT. (SX) MARCIN KACZYŃSKI

Czekoladki i kalendarz

Pani Marysia i pan Wojtek 6 grudnia 2018 roku rozdawali nam kalendarze adwentowe z okazji Mikołajek. W każdym były czekoladki na każdy dzień.

Bardzo dobre były te

czekoladki. Musimy teraz czekać do następnych Mikołajek, żeby dostać taki kalendarz. Ale fajnie jest tak czekać.

BARTOSZ BORAK
MAGDALENA SZYMAŃSKA



Kupiłam pierniki dla siostry

Był kiermasz świąteczny. Były ozdoby i kartki świąteczne. Można było kupić prezenty. Były też pierniki. Piękny był ten kiermasz.

MACIEJ ZANDECKI

5 grudnia 2018 roku zorganizowano w „Iskrze” wyprzedaż świąteczną. Jak zawsze było kolorowo i dużo różnych rzeczy. Ja Ania kupiłam pierniki jako prezent dla siostry. Dostałam też wieniec, magnesy i kalendarz na 2019 rok. Jak zawsze pomagałam

przy przygotowaniu kiermaszu i było dużo ludzi. Te pieniądze będą przeznaczone na dalsze życie „Iskry”. Pan Marcin włączył koledy.

Ozdoby były robione przez terapeutów i uczestników. Staraliśmy się, żeby był ładny kiermasz. Ceny były różne, można było kupić pierniki i mydélka, obrazy, wieniec i choinki i różne ładne rzeczy. To było w kuchni, stała tam nasza iskierowska choinka, a ja mogłam śpiewać koledy.

ANNA KONOPACKA



30 listopada 2018 roku zorganizowano w „Iskrze” andrzejki. Laliśmy wosk, pomagały nam studentki, które u nas miały praktyki.

Z wosku wychodziły różne kształty, z których cieni przy lampie w pracowni kompute-

Cienie i wróżby

rowej odgadywaliśmy wróżby. Było fajnie.

ANNA KONOPACKA



FOT. (2X) MARCIN KACZYŃSKI

18 grudnia 2018 roku zorganizowano w „Iskrze” wigilię. Stała z boku choinka kolorowa i ładnie ubrana. Śpiewaliśmy kolędy i były wybrane osoby do śpiewania kolęd. Zaczęło się o 10 a trwało do 12. Było dużo dobrego jedzenia i do wyboru herbata i kawa. Było słodkie i konkrety.

Dostaliśmy prezenty. Na stole stały ozdoby świąteczne. Byli zaproszeni na wigilię goście – nasz dawny zarząd Stowarzyszenia. Odwiedziła nas nasza dawna terapeutka, która pracowała u nas. Cieszyłam się bardzo jak ją zobaczyłam. Ja Ania śpiewałam kolędę "Dzisiaj w Betlejem", też były różne inne kolędy.

ANNA KONOPACKA

Śpiewaliśmy kolędy

NASZA WIGILIA

Mieliśmy Wigilię w naszej placówce. Przy dużym stole było dużo potraw: barszcz z uszkami, pierogi z kapustą, sałatki śledziowe i ciasta: makowiec i serniki. Śpiewaliśmy kolędy i nasi koledzy śpiewali sami, a my im pomagaliśmy. Pan Tomek do nas przemówił przez mikrofon, składał nam życzenia świąteczne. A potem pan Tomek wyczytywał nasze imiona i nazwiska i rozdawali nam terapeuci prezenty. Były bardzo bogate. I wszyscy składaliśmy życzenia świąteczne i na Sylwestra i na Nowy Rok.

MAGDALENA SZYMAŃSKA



FOT. (3X) MARCIN KACZYŃSKI

Spalali kalorie dla chorych dzieci

We wszystkie weekendy stycznia w poznańskiej galerii handlowej „Posnania” trwała akcja charytatywna pod nazwą: „Posnania Shopping Cardio Challenge”, mająca na celu wsparcie dzieci z chorobą nowotworową, zrzeszonych w Fundacji Anny Wierskiej „Dar Szpiku”. Na rowerach stacjonarnych oraz ergometrach można było ćwiczyć do woli. Każde spalone 10 kcal to 1 złotówka dla potrzebujących.

„Drużyna Szpiku”, która działa w ramach Fundacji, od ponad 10 lat zajmuje się pomocą dzieciom chorym onkologicznie. Edukuje młodzież w temacie dawstwa szpiku oraz zachęca do oddawania krwi. Żeby wspierać chore dzieci i ich rodziny, „Drużyna Szpiku” potrzebuje zaangażowania wielu ludzi i firm, bowiem leczenie onkologiczne jest drogie, a nie wszystko jest refundowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia. Dlatego organizowane są różne przedsięwzięcia mające na celu zbiórkę darowizn na cele statutowe.

Aby akcja mogła się odbyć z sukcesem, niezbędni byli także wolontariusze. Przez cały miesiąc, w weekendy udzielali wyczerpujących informacji klientom, czym zajmuje się „Drużyna Szpiku”.

– Kalorie spalali m.in.: mistrz olimpijski w rzucie młotem Szymon Ziółkowski, lekkoatleta Marcin Urbaś oraz mistrz Polski w boksie zawodowym Damian Wrzesiński. Byli z nami również piłkarze Lecha Poznań – Robert Gumny, Hubert Sobol, Tymoteusz Klupś, Mateusz Skrzypczak. Odwiedziło nas dużo ludzi, którzy chcieli dorzucić coś od siebie dla chorych dzieci. Wielu z nich pytało, w jaki sposób można się zarejestrować jako potencjalny dawca szpiku oraz jak wygląda samo jego oddanie. Miło było usłyszeć od niektórych osób, że są już zarejestrowane i czekają na telefon. Jeśli zadzwoni, będzie to oznaczało, że mają zgodność z biorcą i oddając szpik mogą uratować komuś życie – powiedziała Ada Kuczyńska, wolontariuszka „Drużyny Szpiku”.

Ludzie przewlekłe chorzy po-

trzebują wsparcia przez dłuższy czas. Jak można im pomóc, informuje „Drużyna Szpiku” na swojej stronie internetowej: www.darszpiku.pl

STANISŁAW FURMANIAK



Damian Wrzesiński, aktualny mistrz Polski w boksie zawodowym.



Piłkarze Lecha Poznań z młodszym wolontariuszem „Drużyny Szpiku”.



Wolontariusze „Drużyny Szpiku” dopingowali mistrza olimpijskiego Szymona Ziółkowskiego i lekkoatletę Marcina Urbasia w spalaniu kalorii.



Wolontariusze mogli potrzymać mistrzowski pas Damiana Wrzesińskiego (w środku).

12 grudnia 2018 roku uczestnicy naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie przebywali na wycieczce w Zielonej Górze. Przewodnicy oprowadzili nas po Starówce i opowiedzieli o historii miasta.

Charakterystyczne dla tej miejscowości są uroczyska bachuskie, które zamieszkują różne zakątki miasta, a pomnik boga winorośli i urodzaju Bachusa znajduje się na zielonogórskim deptaku. Poznaliśmy historię rzeźby młodzieńca z koniem, która była przeznaczona na wystawę podczas igrzysk olim-

W mieście Bachusa

pijskich w 1936 roku w Berlinie.

Zwiedziliśmy Planetarium Wenus, konkatedrę św. Jądwi (najstarszy zabytek miasta) i Palmiarnię, która powstała w 1961 roku. W 2008 oddano do użytku Palmiarnię przebudowaną, z wielkimi tarasami, z których można podziwiać panoramę miasta. Jest to jedna z atrakcji Zielonej Góry.

DOROTA GOGOLEWSKA



FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ

5 grudnia 2018 roku uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie i Otuszu spotkali się w Dymaczewie na mikołajkach. Po wyjściu z autokaru ujraliśmy duży wigwam przy Hotelu „Szablewski”, z którego uchodził ogromny dym. Dymiło ognisko, które przygotowa-

Mikołajki w wigwamie

no dla nas wewnątrz pomieszczenia.

Poczuliśmy magię zbliżających się Świąt Bożego Narodzenia. Wielkie ognisko rozgrzewało nasze ręce i serca.



FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ

Bawiliśmy się przy świątecznych utworach z głośników. „Szablewski” ugościł ciastami, żurkiem, bigosem, kielbaskami z grilla. Święty Mikołaj ob-

darował nas paczkami ze słodyczami.

ALEKSANDRA TONDER
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”
W OTUSZU

Świąteczne spotkania

Przed świętami Bożego Narodzenia uczestnicy 7 warsztatów terapii zajęciowej z południowej Wielkopolski, prowadzonych przez Fundację Inwalidów i Osób Niepełnosprawnych „Miłosierdzie” w Kaliszu, wspólnie z pracownikami i zaproszonymi gośćmi zasiedli do świątecznych wieczerzy.

Była to okazja do rodzinnych spotkań, dzielenia się opłatkiem, spędzenia czasu z przyjaciółmi i najbliższymi. Stanisław Bronz, prezes Zarządu Fundacji, wraz z członkami Zarządu i Rady Nadzorczej, kolejno spotykali się z pracownikami i uczestnikami placówek w Przygodzicach, Kaliszu, Odolanowie, Doru-



FOT. (2X) MARIUSZ PATYSIAK



chowcie, Ostrzeszowie, Kuźnicy Grabowskiej i Pisarzowicach.

W tych świątecznych spotkaniach uczestniczyli też zaproszeni goście – duszpasterze placówek, przedstawiciele lokalnych władz powiatowych i miejskich, PCPR-ów i ośro-

ków pomocy społecznej, radni i przedstawiciele instytucji partnerskich. Składano sobie życzenia z okazji nadchodzących świąt. W pamięci uczestników pozostanie serdeczna i ciepła, rodzinna atmosfera opłatkowych spotkań.

MARIUSZ PATYSIAK

Praca biurowa

Osoby z niepełnosprawnością, które poszukują pracy, mogą wystać swoje CV do firmy evoSOLUTIONS, oferującej specjalistyczne usługi doradczo-szkoleniowe oraz pomoc w rekrutowaniu osób z niepełnosprawnościami. Przedstawiciele wyżej wymienionej firmy przekonują innych pracodawców, że warto zatrudniać osoby z niepełnosprawnością.

W firmie pracownicy z orzeczeniem o niepełnosprawności pracują w call-center (zajmują się prowadzeniem rozmów telefonicznych) oraz na stanowiskach związanych z obsługą komputerowych baz danych. Przykładowe oferty pracy to właśnie praca związana z obsługą bazy danych, w call-center czy na stanowisku rekrutera. Szczegółowe informacje można uzyskać pod numerem telefonu: 578 739 286, przez e-mail: rekrutacja@evosolutions.com.pl lub na stronie: praca.evosolutions.com.pl **Oprac. KK.**

Dla pasjonatów fotografii

Wojewódzka Biblioteka Publiczna i Centrum Animacji Kultury w Poznaniu zaprasza do udziału w konkursie fotograficznym pod nazwą: „Moja Wielkopolska oczami osób z niepełnosprawnością intelektualną”. Konkurs jest adresowany do uczestników placówek rehabilitacyjno-terapeutycznych oraz do uczniów szkół specjalnych z terenu województwa wielkopolskiego. Prace można nadsyłać do 30 czerwca.

Konkursowi będą towarzyszyły warsztaty fotograficzne, podczas których osoby z niepełnosprawnością intelektualną zgłębią tajniki fotografowania. Na konkurs można nadsyłać fotografie pokazujące codzienne życie ludzi, wielkopolski krajobraz i przestrzeń publiczną. Zdjęcia powinny być wykonane przez osoby z nie-

pełnosprawnościami samodzielnie. Terapeuci oraz nauczyciele mogą pomóc im organizacyjnie – doradzić w sprawie wyboru najlepszych zdjęć, przygotowaniu oraz w wysyłce prac na konkurs. Autorzy najlepszych fotografii otrzymają nagrody pieniężne i rzeczowe. Łączna pula nagród wynosi 5 tysięcy złotych. O podziale nagród decyduje jury.

Każdy uczestnik może nadesłać na konkurs maksymalnie 10 zdjęć pojedynczych oraz maksymalnie 3 zestawy. Zestawy powinny liczyć od 3 do 9 zdjęć. W konkursie mogą wziąć udział również fotografie wykonane w technologii analogowej (na papierze). Nadesłane do konkursu fotografie powinny być podpisane godłem oraz tytułem pracy. Pasjonaci fotografii mogą zgłosić zdjęcia osobiście lub za po-

średnictwem placówki terapeutycznej.

Każde zdjęcie w formie cyfrowej powinno mieć rozdzielczość 300 dpi, długość krótszego boku co najmniej 20 centymetrów (2600px), zaś maksymalna wielkość pliku nie może przekraczać 20 MB. Technika wykonania prac jest dowolna. Zdjęcia należy zgłaszać na adres e-mail: foto@wbp.poznan.pl

Placówki i szkoły specjalne zgłaszające zdjęcia grupowo mogą przesłać je na płycie CD, przy czym zdjęcia każdego autora powinny znajdować się w oddzielnym folderze. Szczegółowych informacji udziela Władysław Nielipiński, tel. (061) 664 08 67. Adres organizatora: Wojewódzka Biblioteka Publiczna i Centrum Animacji Kultury, ul. Prusa 3, 60-819 Poznań.

Oprac. KK.



Robert
Wrzesiński
POZNAŃ

Osoby z niepełnosprawnościami ze Stowarzyszenia „Zawsze Razem” i prowadzonego przez tę organizację Klubu „Tacy Sami” na poznańskich Ratajach chętnie biorą udział w turniejach strzeleckich. Wysokie wyniki, które osiągają, mobilizują ich do dalszej pracy. Tym razem wzięli udział w turnieju strzeleckim, zorganizowanym 27 grudnia 2018 roku przez Ratajski Dom Harcerza „Skaut” oraz Dom Kultury „Jagiellonka”.

Turniej odbył się z okazji setnej rocznicy wybuchu powstania wielkopolskiego, na strzelnicy Spółdzielni Mieszkaniowej Osiedle Młodych. Udział wzięło 28 osób, w tym członkowie 25 Poznańskiej Drużyny Harcerskiej Rój im. Andrzeja Romockiego „Moro”, 434 Poznańskiej Drużyny Harcerskiej „Orejana” oraz 31 Nowomiejskiej Gromady Zuchowej „Cwaniacy”.

Turnieje strzeleckie RDH „Skaut” odbywają się do-

Pamięci powstańców wielkopolskich

rocznie. W tym roku był to już dwudziesty turniej. Kierownikiem zawodów był instruktor do spraw strzelec-

kich DK „Jagiellonka” Piotr Zborowski. W skład zespołu sędziowskiego wchodziły: Małgorzata Marcinkowska i

Bogumiła Janas-Burzyńska. Zdobywcy trzech pierwszych miejsc zostali uhonorowani książkami.



Turniej spotkał się z zainteresowaniem osób z niepełnosprawnościami.



FOT. (2X) ROBERT WRZESIŃSKI

Uczestnicy i organizatorzy turnieju. Wśród nich Paweł Grochowski, prezes Stowarzyszenia „Zawsze Razem” (pierwszy z prawej) z grupą członków tego Stowarzyszenia.



Radość darów

Społeczność Warsztatu Terapii Zajęciowej w Dusznikach i zaproszeni goście spotkali się przy świątecznym stole, by podzielić się opłatkiem, posłuchać kolęd i złożyć sobie życzenia. Kierownik WTZ Iwona Kaczmarek powitała uczestników spotkania.

Biblijną opowieść o Bożym Narodzeniu przypomniła Zuzanna Pustkowiak, a Magdalena Król odmówiła modlitwę. Byli z nami: wójt gminy Duszniki

Roman Boguś, przewodniczący Rady Gminy Duszniki Ryszard Pacholak, przewodniczący Rady Powiatu Szamotulskiego Radosław Łanoszka, kierownik GOPS w Dusznikach Karolina Leszczak i prezes Stowarzyszenia „Duszek” Krystyna Rutkowska. Święty Mikołaj obdarował wszystkich prezentami. Jego wizyta sprawiła radość uczestnikom WTZ, pracownikom i gościom.

REMIGIUSZ PRZEWOŹNY



Przedstawiciele Klubu Honorowych Dawców Krwi Polskiego Czerwonego Krzyża „Lubonianka” im. błogosławionego Edmunda Bojanowskiego w Luboniu odwiedzili 21 grudnia 2018 roku dzieci z Przedszkola nr 5 „Weseli Sportowcy” w tej miejscowości.

Obdarowali młodych ludzi prezentami. Tym razem były to książki uzyskane od Społecznego Instytutu Wydawniczego „Znak” w Krakowie. Z dziećmi spotkali się prezes Klubu HDK PCK „Lubonianka” Jerzy Zieliński, wiceprezes Zbyszko Wojciechowski i członek Klubu Ireneusz Skrzypczak.

Krwiodawców po salach zajmowanych przez poszczególne grupy wiekowe oprowadzała dyrektor przedszkola Elżbieta Kałuska. Dzieci składały gościom życzenia świąteczne i noworoczne, śpiewały kolędy oraz piosenki. Przedszkolakom wiele przyjemności sprawiała wizyta Gwiazdora, który wręczył prezenty.

ROBERT WRZESIŃSKI

Dawcy krwi – dzieciom



Dzieci słuchają opowieści gości.



Bajki wręcza Zbyszko Wojciechowski.

Przez stulecie naszej historii

W patriotycznym duchu setnej rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości odbyła się 3 grudnia 2018 roku biesiada, zorganizowana przez Warsztat Terapii Zajęciowej w Dusznikach.

W wydarzeniu oprócz społeczności WTZ udział wzięli rodzice podopiecznych i za-

proszeni goście. „Zawsze z Tobą Polsko” – taki tytuł nosiło widowisko przygotowane przez seniorów z Domu Dniowego Pobytu „Pogodna Jesień” w Buku. Dziękujemy za wspólny występ i przybliżenie stu lat naszej historii.

REMIGIUSZ PRZEWOŹNY



Śpiewają seniorki z DPS w Buku.



Dzieło odbudowy znowu trwa.



Upominki dla artystek z Buku.

FOT. (5X) REMIGIUSZ PRZEWOŹNY



Sceniczna symbolika trzech zaborców.



Zafascynowana widownia.

TWÓRCY – UCZESTNICY WARSZTATU

Marcin Miklejewski uczęszcza do Warsztatu Terapii Zajęciowej w Chodzieży od 2003 roku. Jest mieszkańcem tego miasta. Urodził się w 1983 roku. Jest osobą z zespołem Downa.

Żywo interesuje się muzyką, fantastycznymi opowiadaniem i filmami, bardzo lubi rysować. Tematyka tych prac jest różnorodna, od świata zwierząt i roślin po świat komiksowych super bohaterów. W marcu 2015 roku w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Chodzieży miał indywidualną wystawę rysunków wykonanych kredkami pastelowymi pod tytułem „Kredką i piórem”.

– Ciekawi mnie prehistoria i fantastyka – mówi. – Lubię rysować bohaterów z amerykańskich trylogii „Władca Pierścieni” i „Hobbit”. Kocham też malować portrety zwierząt, zwłaszcza ptaków. *omb*

Kocham malować ptaki



Lot ptaka.



Portrety zwierząt.



Marcin Miklejewski na wystawie swoich obrazów. Towarzyszą mu (od lewej): Danuta Drzewiecka-Piechowiak, instruktorka pracowni ceramicznej WTZ oraz uczestniczki Joanna Kienc i Agnieszka Troszczyńska.



Bohaterowie amerykańskich trylogii.

TERAPII ZAJĘCIOWEJ W CHODZIEŻY

Piotr Sobkowski, autor obrazów i dzieł ceramicznych, urodził się w 1984 roku. Mieszka w Chodzieży, gdzie od 2001 roku, jako uczestnik miejscowego Warsztatu Terapii Zajęciowej, realizuje i rozwija swój oryginalny talent plastyczny. Jest osobą niesłyszącą i z niepełnosprawnością intelektualną. Interesuje się w szczególności pływaniem i żeglarstwem.

W 2005 roku zdobył nagrodę na szczepku wojewódzkim w IV Ogólnopolskim Konkursie dla Warsztatów Terapii Zajęciowej pod tytułem „Sztuka jako forma komunikowania – refleksje nad życiem”. Jego obrazy, bliskie malarstwu art brut, to wizje niepowtarzalne, wolne od jakichkolwiek schematów. Trudno nie skupić na nich uwagi.

Swoje prace ceramiczne i malarskie prezentował wielokrotnie na wystawach zbiorowych i indywidualnych w Chodzieżu, Mł-

Mowa obrazów

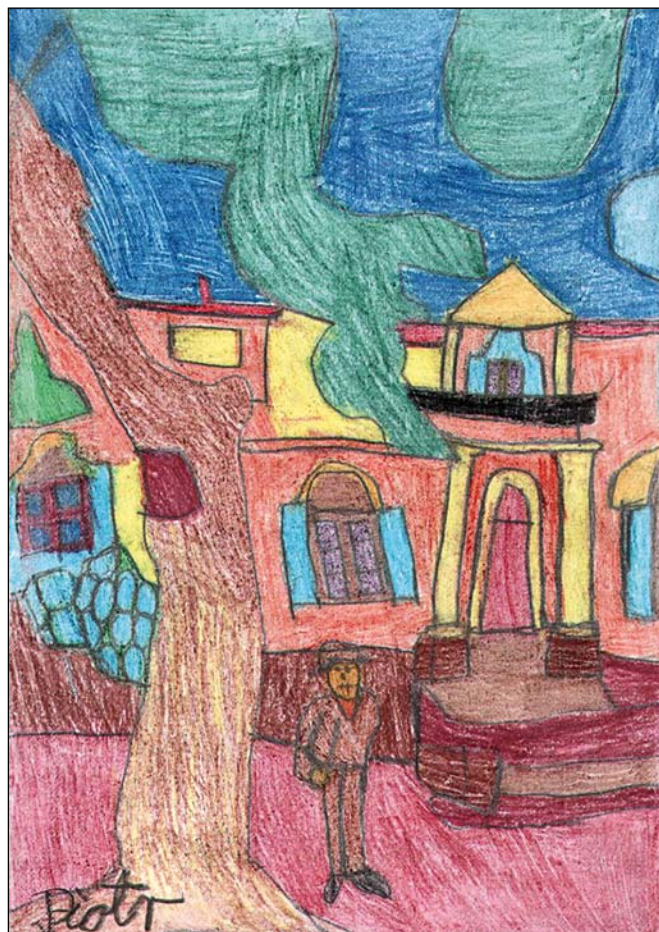


Piotr Sobkowski przy pracy.

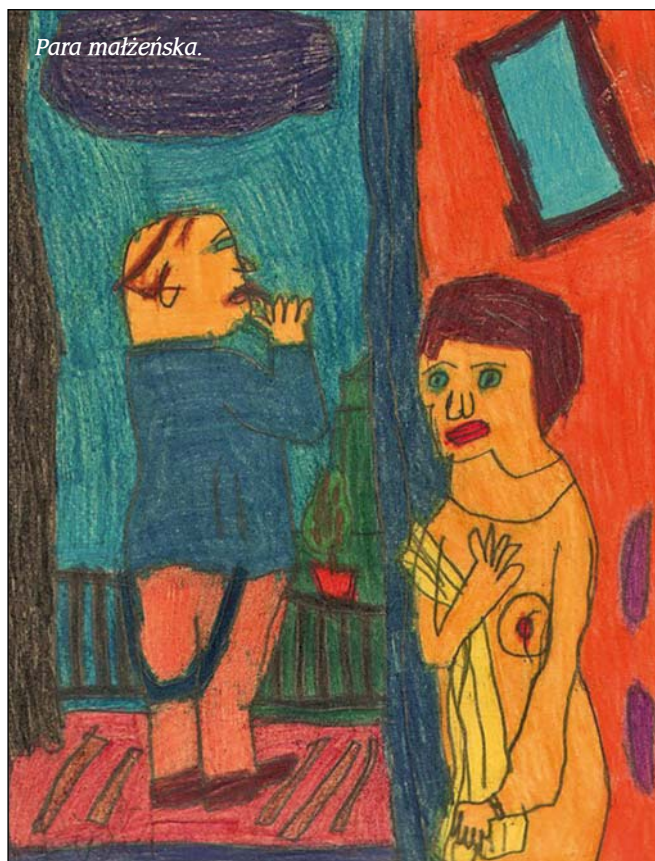
dzieżowym, a także w Pileskim Domu Kultury oraz w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Chodzieży. omb



Hausvogelplatz – plac w Berlinie.



Zakład psychiatryczny.



Para małżeńska.

Szukasz pracy?

Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka „Podaj Dalej” w Koninie (woj. wielkopolskie) realizuje projekt pod nazwą: „Start zawodowy dla absolwentów z niepełnosprawnością”. Jest on kierowany do osób z Wielkopolski, posiadających orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu znacznym lub umiarkowanym, absolwentów szkół wyższych, studiów podyplomowych oraz studentów ostatniego roku, bez pracy. Projekt jest współfinansowany ze środków PFRON oraz z wpłat 1% podatku.

Dzięki uczestnictwu w tym bezpłatnym projekcie osoby z niepełnosprawnością będą mogły realizować swoje plany zawodowe. Przewidziane są konsultacje z doradcą zawodowym i trenerem pracy. Współpracując z doradcą zawodowym osoby z niepełnosprawnościami mogą zdobyć dodatkowe umiejętności, otrzymać płatny staż i zatrudnienie. W ramach projektu odbędą się również szkolenia dopasowane do wymogów pracodawcy, rynku pracy czy specyfiki danego zawodu. Dla osób, które chcą założyć własną działalność gospodarczą przewidziane jest kompleksowe wsparcie przez sześć miesięcy oraz pomoc finansowa. Najbardziej zaangażowani uczestnicy projektu otrzymają wsparcie pozwalające utrzymać satysfakcjonującą pracę.

Fundacja „Podaj Dalej”, w ramach wyżej opisanego przedsięwzięcia, prowadzi również bezpłatne konsultacje dla pracodawców w temacie przygotowania osób z niepełnosprawnością po studiach do pracy na konkretnym stanowisku oraz możliwości dofinansowań, o które pracodawca może się ubiegać zatrudniając taką osobę.

Aby zgłosić udział w projekcie, należy przeczytać regulamin dostępny na stronie www.podajdalej.org.pl i wypełnić formularz rekrutacyjny on-line. Po dopełnieniu tych formalności należy czekać na zaproszenie na rozmowę kwalifikacyjną. Szczegółowe informacje pod numerem telefonu: (63) 211 22 19, e-mail: absolwent@podajdalej.org.pl Oprac. KK.

Wierzę, że moje życie się odmieni

Mam na imię Adam, skończyłem 32 lata. Pomimo mojej niepełnosprawności każdego dnia jestem osobą pogodną. Mam wiele marzeń, uwielbiam muzykę elektroniczną, interesuję się też fotografią. Jednak największym moim marzeniem jest móc normalnie żyć. Nie wiem, na ile to marzenie spełni się w moim życiu. Ale ja uparcie wierzę, że moje życie się kiedyś nareszcie odmieni.

Mam czterokończynowe mózgowie porażenie dziecięce, dlatego poruszam się na wózku inwalidzkim. Cechą charakterystyczną tego porażenia jest postępująca patologia mięśniowo-szkieletowa. Mówiąc prościej, bez odpowiednich ćwiczeń postępuje zanik mięśni i pogarsza się utlenianie całego organizmu. Zabiegi i ćwiczenia pozwalają na poprawę koordynacji ruchowej całego ciała. Z tym właśnie mam największe problemy.

Aby ich uniknąć, a przynajmniej zmniejszyć, muszę jeździć na turnusy rehabilitacyjne. Jeden turnus to wydatek 5.000 zł. W moim wieku już bardzo trudno uzyskać dofinansowanie. Maksymalne dla mnie dofinansowanie z PFRON wynosi 1.600 zł raz na dwa lata.

Jestem pełen nadziei, że dzięki czytelnikom „Filantropa” uda mi się wiele osiągnąć i może zacząć normalnie żyć. Obecnie dodatkowo zbieram pieniądze na zakup najnowocześniejszego urządzenia do przywrócenia umiejętności chodu jakim jest tak zwany egzozskielet, czyli szkielek zewnętrzny. Jest to amerykański wynalazek, który zrewolucjonizował świat fizjoterapii neurologicznej. Działa tam, gdzie zawodzą ludzkie mięśnie.

Koszt urządzenia wynosi aż 60 tysięcy zł z podatkiem VAT.

Jako podopieczny Fundacji Dzieciom „Zdążyć z Pomocą” zgromadziłem na koncie tej organizacji na dzień 23 stycznia 41.027 zł. Niestety, brakuje mi jeszcze około 20.000 zł. Dlatego zwracam się do was, ludzi dobrej woli o wsparcie finansowe. Liczy się każda złotówka. Egzozskielet to dziś najnowocześniejsze urządzenie, umożliwiające skuteczną rehabilitację i nadzieję na szybszy powrót do zdrowia.

Wynalazek ten ma swoje zastosowanie także po urazach odniesionych w działaniach wojskowych oraz wszędzie tam, gdzie zawodzą ludzkie mięśnie. Pozwala osobom z przerwaniem rdzenia kręgowym ćwiczyć w oczekiwaniu na moment, w którym będzie już możliwe zrekonstruowanie uszkodzonego kręgosłupa.

Będę niezmiernie wdzięczny za wsparcie finansowe na zakup egzozskieletu, który jest moją nadzieją na powrót do normalnego życia.

Pomoc kierować można na konto Fundacji Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”, ul. Łomianańska 5, 01-685 Warszawa, Alior Bank 42 2490 0005 0000 4600 7549 3994 z dopiskiem: 11770 Popławski Adam Piotr darowizna na pomoc i ochronę zdrowia.

Można też przekazać mi 1% podatku, w formularzu PIT w rubryce „Informacje uzupełniające cel szczegółowy 1%” wpisując numer KRS 0000037904, 11770 Popławski Adam Piotr.

Proszę o zaznaczenie w zeznaniu podatkowym pola „Wyrażam zgodę”.

ADAM POPLAWSKI

poczta
FILANTROPA

Przyszło wezwanie na komisję lekarską. Bez pomocy żony nie dałbym sobie rady. Poczekalnia była przepełniona, panował rozgardiasz. Nie usłyszałem nawet wezwania, ale żona czuwała.

– Jak się pan czuje?

– Nie narzekam, nie najgorzej...

Komisja była rozbawiona, a je kompletnie zaskoczył. Siedząc w domu i licząc kroki nie ucierpiałem przecież na ciele. A choroby od samego narzekania nie ubędzie. Zwiesiłem głowę.

– Niech się pani nie martwi – zwrócił się do mojej żony jeden z członków komisji. – Mamy tu w dokumentach takie wyniki, że na dwie osoby by wystarczyły i to na pierwszą grupę. Nikt jeszcze u nas przez dwadzieścia lat nie powiedział, że czuje się dobrze. Proszę chwilę poczekać na zewnątrz. Zaraz będzie orzeczenie.

Szanowna komisja pocieszyła więc żonę, a nie mnie. Uznano pewnie, że nawet nie ma co ze mną gadać, że jestem już niespełna rozumu albo wart ubezwłasnowolnienia. Żona miała do mnie potem pretensje, że napędziłem jej strachu. Na zewnątrz – jak się okazało – czekał już na nas sąsiad z samochodem. Spojrzałem na moją połowicę z nieukrywaną wdzięcznością. Z tą moją nogą w chwilach emocjonalnych i nie tylko w takich, bo nieraz z zupełnie niespodziewanych przyczyn, jest dziwne: następuje coś takiego, że czuję na przemian jej wiotczenie i usztywnienie. Tylko uciąć kulasa i niech nie męczy człowieka.

Żadnych emocji, stając przed komisją lekarzy orzeczników, nie ujawniłem. Tak mi się przynajmniej zdawało, a jednak w środku musiało być inaczej. Żona otrzymała dokument, potwierdzający moje urzędowe przejście do innej społeczności, trzymała wysoko przed sobą jako znak zwycięstwa. Sąsiad spojrzał na mnie z uznaniem. Boże, czy to było zwycięstwo? Mam do dzisiaj wiele wątpliwości.

Jak wypełnić dzień? Nie chodzi przecież tylko o samo zagospodarowanie czasu. Zrobić to byle jak nie jest trudno. Można zawlec się na ławkę nad jeziorem i tam gwarzyć godzinami z tym i z owym. Można zajrzeć nawet do piwiarni i tam wieść rozmowy na różne te-

Cień losu⁽⁴⁾

maty, stosownie do gustu słuchaczy i swego upodobania. Takich i mniej więcej zbliżonych zajęć jest sporo. One jednak nie wnoszą wiele, to zwykłe zbijanie bąków. Trzeba jednak przystosować się jakoś do zmienionych warunków życia. A wówczas będzie się pojawiało mniej cieni. To nikłe widzenie w prawym oku jest jak owo światło w kopalnianym chodniku z czasów młodości. Wtedy nie zwątpiłem w siebie, obecnie też nie.

Po niemiłym incydencie, który przydarzył mi się kilka miesięcy temu, kiedy swoim nie zawsze dobrym zwyczajem wybrałem się na zakupy, otrzymałem rodzinny zakaz samodzielnego opuszczania domu. Wtedy miałem w jednej ręce torbę na kółkach, co umożliwia większe zakupy i oszczędza kręgosłup. Podobno mam kręgosłup jak sito i poprzesuwane w lewo i w prawo krążki. To jest dobrodziejstwo pracy w lakierni, podobnie jak niespodziewane ataki bolesnej niemocy lewej czy prawej nogi albo jednocześnie jednej i drugiej. Pamiętam, że w tamtym dniu udało mi się już szczęśliwie pokonać kilka oznaczonych miejsc dla pieszych. Bo obecnie pokonywanie ich zaliczam do sukcesów. Przemarsz na targowisko odbywał się bez przeszkód i już przystawałem przy pierwszym straganie, gdy nagle poczułem z tyłu postępujący silny ucisk. Puściłem torbę i próbowałem odskoczyć w bok, ale przeszkodą był inny stragan. Podniosłem krzyk.

Ucisk zelżał. Z trudem obejrzałem się. Tuż za mną stał samochód. Jedno koło przygniotło moją torbę na kółkach. Mnie nic złego się nie stało. Może uratował mnie mój ostrzegawczy krzyk. Znajdowałem się przecież na chodniku. Kierowca wychylił się zza szyby i powiedział:

– Czemu pan tak krzyczy, jest pan przecież cały!

Chciałem coś odpowiedzieć, ale szybko zrobiło się tłoczno wokół mnie. I nagle ci ludzie podzieliли się na dwa obozy. Jedno wstawiali się za kierowcą, twierdząc, że przecież musi jakoś dowieźć skrzynkę po-

midorów, że on jest bezrobotny, że robi co może. Ci drudzy zaś bronili mnie, narzekając, że starych ludzi, ma się za nic. To nie Chiny, gdzie starszokowie są w cenie. Kierowca skorzystał z zamieszania i odjechał. Torbę doniosłem jakoś do domu, ale kółka już się nie kręciły. Ktoś zgryźliwie spostrzegł, że policyjny wóz minął tłumek obojętnie. Teraz każdy ma tyle praw, ile sobie wywańczy, prosty człek z reguły przegrywa. Ktoś jeszcze z sarkazmem stwierdził, że gdy pieszy chce wyegzekwować przestrzeganie prawa ze strony kierowców, to po pewnym czasie może szybko znaleźć się w niebie.

Niepełnosprawny musi być niezwykle ostrożny i wręcz nieufny, kiedy porusza się poza domem. A swoją drogą podczas egzaminów na prawo jazdy powinno się pytać przyszłych kierowców o to, kiedy niepełnosprawny ma bezwzględne pierwszeństwo na jezdni. W trakcie turnusu rehabilitacyjnego policjant z drogówki pouczał niewidomych i słabowidzących, że stawanie na krawędzi jezdni z białą, wyprostowaną łaską zobowiązuje kierowców do bezwzględnego zatrzymania się i przepuszczenia pieszego. Ale nie radzę nikomu egzekwować tego przywileju z białą łaską. Efekty mogą być mizerne. Można tak stać z białą łaską na krawędzi jezdni godzinę lub dwie – i nikt się nie zatrzyma.

Podjąłem ponownie próbę samodzielnego wyjścia z domu, bo przecież nie może on być dla mnie więzieniem. Wbrew woli rodziny. Ale zakazy istnieją już od biblijnego Edenu, a człowiek i tak robi swoje. W trzecim domu po tej samej stronie co mój, znajduje się mój znajduje się niewielki sklepik z wydzielonym ogródkiem dla smakoszy piwa, zwłaszcza tych lubiących pogwarki. Co tu ukrywać, było to jakieś miejsce kontaktu ze światem, co dla więźnia, którym bywa osoba poszkodowana przez los, ma pewne znaczenie. Podczas ostrożnego marszu do wymarzonego miejsca nie liczyłem kroków. Nic bo to nie dało. I tak nie za-

chowałbym zbliżonych co do wielkości. Natomiast biała łaska była mi pomocna, chroniła przed ewentualnym zejściem na jezdnię.

Dotarłem tam w końcu i usiadłem na jednym z pni, które tu umiejscowiono dla atrakcji i wygody. Piwo miało posmak przede wszystkim mojej niezależności i równości. To było najważniejsze. Nikogo chwilowo w tym swoistym parlamencie piwnym nie było. A to parlament stokroć lepszy od krajowego. Bo tu konsensus uzyskuje się w mig. Czy na długo, to inna sprawa. Usłyszałem szelest. Samotność tego miejsca kończy się, i bardzo dobrze.

– Jak tam zdrowko? – przybyły usiadł na pniu naprzeciw. Jakbym ten głos już słyszał. Nic nie odpowiedziałem. Nie miałem się czym pochwalić.

– Miał pan rację – ciągnął przybyły. – Firma upadła. Nikt pana ostrzegł wtedy nie słuchał. Spółdzielnia inwalidów skończyła się...

Milczałem. To była moja porażka. Zaraz stąd pójść. Zwłaszcza że nieoczekiwanie wpadł mi do głowy pomysł pisanie na szablonach, tak jak ongiś w czasach mojej nauki ćwiczyło się pismo techniczne. Oczywiście, trzeba by to ulepszyć poprzez wprowadzenie prowadnic. Zapaliłem się do tej myśli. To gryzmolenie na pamięć nie zawsze podobało się żonie, która potem na czysto kleiła te moje wypociny literackie. Tak próbowałem wierszy. Dłuższe teksty sukcesywnie nagrywałem na urządzenie, które dostałem od syna. Był to zmodernizowany przez niego dyktafon. Syn mnie stale zachęcał do nagrywania. Im więcej mówionego materiału, tym łatwiej sklecić jakąś całość. Przydałby się komputer dostosowany do moich życiowych możliwości.

– Czytałem pana wiersz w „Szklanych Tropach” – odezwał się nagle piwny nieznajomy. – Podobał mi się. Racja, racja, nasze życie nie do pokuty za cudze grzechy... Ci, co zgrzeszyli wobec nas, żyją... No, dobrze, niech żyją.

Rzeczywiście, wysłałem do tego pisma swoje utwory.

Uniosłem się radością.

– Czy mogę to pismo z moim wierszem zobaczyć? – ostatnie słowo wymówiłem cicho.

– Oczywiście, oczywiście. Zapraszam, mieszkam tuż obok. Mięksiz jestem, poznamy się. Też inwalida, ale nieco starszy. Zapraszam.

Spokorniałem. Po zamieszkaniu w tym miasteczku czytałem o Mięksizu. Pomiędzy swego kalectwa miał na swoim koncie kilka książek i uchodził za wzór człowieka, który się nie załamał. Zawsze omijałem jego dom z pewnym szacunkiem. To jego głos zapamiętałem po jego spotkaniu autorskim w miejscowej bibliotece.

– Idziemy, kolego. Nauczmy się i drogi do siebie.

Poszliśmy razem. Wytłuma- czył, że on widzi jedynie trochę lewym okiem. Ja cokolwiek prawym. Widzimy więc słabe, ale całociowe widzenie. Zasmialiśmy się z tego odkrycia.

– Nauczę cię, brachu, pisać na moim komputerze. On jest dostosowany do naszych możliwości. Nie będziemy uprawiać pokuty, my, ludzie sprawni inaczej. Pomogę ci. To za ten wiersz o pokucie. Niech królowie świata pokutują. I nie jesteście więźniami...

Przytaknąłem. Mięksiza zawsze chciałem poznać. Stracił zdrowie w tej samej lakierni. Szliśmy, ostrzegając się wzajemnie przed przeszkodami. Raz jeden, raz drugi. Jest coś niezwykle w tym, jak niepełnosprawny z niepełnosprawnym wędruje. Z każdym krokiem zacieśnia się coraz większa wspólnota. Sprawny z niepełnosprawnym to wzajemne nękanie się w zaprzęgu dwóch niedopasowanych koni. Takie konie ciągną nierówno. Konflikty wiszą w powietrzu. Nie zawsze tak być musi, ale tak bywa.

Był pochmurny dzień. Szliśmy krok w krok, a ulica od chmurnego nieba stawała się ciemnym tunelem. Takim jak tamten w kopalni przed laty. Nigdzie światła, tylko cienie gęstniejące w mrok. Wtedy szedłem samotnie w stronę światła i ludzi, ale teraz było nas dwóch. I kiedy tak szliśmy razem, światło rodziło się w nas samych i nasz los uwalniał się od cieni. I wierzyłem, że tak już będzie zawsze...

KONIEC

MAKSYMILIAN KOZŁOWSKI



Tomasz
Przybysz
ŻABNO

Nowy pojazd

Wciągu moich 25 lat spędzonych na wózku inwalidzkim kilka razy zmieniałem swoje cztery koła. Z uwagi na pozycję „półleżącą” jaką zajmuje moje ciało, nie byłem w stanie używać zwykłych wózków z prostym oparciem. Musiałem korzystać z wózków tzw. „leżakowych”, które miały ruchome podnóżki oraz odchylane oparcie.

Na mój pierwszy wózek musiałem czekać całe pięć miesięcy. W końcu dostałem decyzję z PFRON-u o dofinansowaniu zakupu wózka, pojechałem z rodzicami do Poznania, postawiono przede mną wózek i usiadłem na nim, aby sprawdzić, czy jest dobry na szerokość. Był, więc go zapakowaliśmy do samochodu i zabraliśmy do domu. Później musiałem się przyzwyczaić do całodziennego siedzenia na nim, na początku było bardzo ciężko, bo miałem tylko zwykłe cienkie poduszki pod plecy i tyłek, więc było bardzo niewygodnie. Dopiero później rodzice kupili mi poduszki antyodleżynowe. Komfort siedzenia od razu się poprawił. Pojazd miał z przodu małe twarde koła, więc jazda po chodniku czy dziurawej jezdni sprawiała, że wózkiem tak trzęsło, że aż blachy w bocznych dzwoniły. I moje zęby też.

Przejechałem na nim dziesiątki kilometrów, bo służył mi bardzo długo. Chociaż już po 5 latach mogłem złożyć wniosek na nowy wózek, to mój pojazd wytrzymał jakies 9 lat (!). Ale pod koniec żywota zaczął się już psuć. Tylne duże koła miał takie jak od roweru, przykręcane na dużą śrubę. I ta śruba po latach się zużyła, koła stały się luźne i wózek zaczął źle jeździć. Pewnego razu jechałem na spacer z moją sąsiadką Edytą, jechaliśmy drogą do Mosiny. W pewnym momencie w Zabinku na skrzyżowaniu odpadło mi prawe tylne koło. Na szczęście nie miałem żadnego wypadku ani nie przewróciłem się, Edyta pozbierała rozwaloną zębatkę, zawołała znajomego i przetransportowali mnie do domu mojej babci (mieszka-



FOT. ARCHIWUM TOMASZA PRZYSZY

jacej 50 metrów dalej). Przyjechała mama z zapasowym kołem, które mi przełożyła, mogłem więc dalej spacerować. Ale z uwagi na problemy z jazdą trzeba było postarać się o nowy wózek.

Kolejny pojazd był podobny, ale przednie koła były pompowane, więc już tak nie trzęsło podczas jazdy. Oprócz tego boczki można było odchylić do tyłu na zawiasie, więc mogłem podjechać bliżej pod stół. I najważniejsze – tylne koła były na tak zwanych szybkozłączkach, wystarczyło wcisnąć koło na oś i już było zamocowane. Równie łatwo można było zdemontować koła, aby złożyć i zapakować wózek do samochodu. Wprawdzie oparcie było pod trochę innym kątem, więc przez kilkanaście dni musiałem przyzwyczaić plecy do innej pozycji, ale potem siedziało mi się już wygodnie.

Z nowym wózkiem o tyle

było fajnie, że był trochę mniejszy i węższy od starego, więc gdy jechałem na turnus do Górzna, to nie miałem żadnych problemów, aby się zmieścić w windzie czy pokonywać drzwi. Także na spacerach jeździło mi się dobrze. Jedynym poważniejszym problemem były koła – i przednie i tylne. Zdarzało mi się przejechać przednimi kołami przez gwóźdź czy kołec od akacji i przebić oponę, także tylne koła nie trzymały zbyt dobrze powietrza i często trzeba je było pompować. Nawet gdy zimą siedziałem przez pół roku w domu, powietrze i tak uciekało. Aż w końcu wkurzyło mnie to i postanowiłem kupić sobie pełne opony (tylne). Kosztowały kilkadziesiąt złotych za sztukę, więc wydatek nie był zbyt wielki, ale komfort jeżdżenia od razu się poprawił.

Również ten wózek długo mi służył, ale w końcu też się popsuł. I to jak na złość – pod-

czas mojego pobytu w Rzeszowie. Nie wiem czy podczas transportu lotniczego, czy może w samym Rzeszowie, gdy byłem wciąż przekładany na nosze w karetkach, a może spacer po bruku tak go wykończył... dość że po powrocie do domu zauważyłem, że za bardzo jestem w pozycji leżącej. Ciężko było mi też oprzeć nogi na podnóżku, bo były za bardzo w powietrzu.

Przyjechał Michał, obejrzał wózek i okazało się, że pękła mi rurka od oparcia. Była z cienkiego aluminium, wózek też już miał swoje lata, więc to pewnie zmęczenie materiału. Trzeba było szybko coś wymyślić, więc Michał wziął metalowy pręt, wbił go młotkiem w rurę, do tego jeszcze podwiązał linką i jako tako się trzymało, nawet mogłem się w miarę wygodnie oprzeć plecami.

No ale przecież nie pojedę z takim wózkiem na kolejną kropówkę do Rzeszowa. Jako że nie było czasu na złożenie wniosku do PCPR-u, więc musiałem pomyśleć o kupnie nowego wózka. Na Allegro nie było nic ciekawego, OLX też nie pokazał żadnego odpowiedniego wózka. Ale dwa dni później trafiłem na fajny wózek – taki sam model jak mój, nie używany (jeszcze w folii), za jedną trzecią ceny nowego. Zadzwoń, doszliśmy do porozumienia w sprawie ceny i wysyłał. Po dwóch dniach kurier pocztowy przyniósł mi karton z wózkiem, okazało się, że brakuje podnóżków i poduszek. Na szczęście drugą paczkę przyniósł mi nasz listonosz i wózek był w komplecie.

Jest taki sam jak stary, jedynie centymetr wyższy i odrobinę szerszy. Co mnie bardzo ucieszyło – i przednie, i tylne koła są pełne, więc już nigdy nie będzie problemu z uciekającym powietrzem. Chodzi leciutko, przy stole bez trudu poprawię się przy pomocy jednej ręki. No i mam swoje poduszki, więc przy siedzeniu nie czuję praktycznie żadnej różnicy. A nawet siedzi mi się lepiej.

Wiersze Zbigniewa Nowaka

Jak się masz kolego?

*Jak się masz kolego z miasta Ur?**
Czy też rzuciła Cię dziewczyna?
Płocha była, z wietrznych chmur
I smukła, jak Eufratu trzcina.

Czyś już pogodził się z ojcem?
Niewart jego gniewu ten dzban
Wina trącającego starym octem.
Pomyśl, na cóż był Ci ten kram?

A matka, pobożna niewiasta,
Jako i moja odkryła pełna miłości,
Kto wyjadł pół słodkiego ciasta
Schowanego specjalnie dla gości?

Czy pies Twój ma takie ślepie
Jak mój – parę myślących kasztanów?
I tak niewinnie je w Ciebie wlepie
Znad doszczętnie zgryzionych sandałów?

Jak się masz kolego z miasta Ur?
Ostrzysz patyk, by w mokrej glinie
Od wieków stale powielany wzór
Zapisać pilnie, klin przy klinie?

30 grudnia 2018 roku

* Ur – starożytne miasto w południowej Mezopotamii, w XXI wieku p.n.e.

Zmiana optyki

Na początku bywa zazwyczaj
Świat niewielki, znajomy, bezpieczny
Od jednej do drugiej rogatki miasto
I wieś w suplemencie z wakacji
Poznana od miedzy do miedzy.

Zrazu wiedza pewnością jest trwałą,
Jak pole trójkąta czy budowa klejnotki,
W kilku książkach zaledwie
Wewnątrz tornistra schowana,
I ładem umysłu nieskomplikowanym.

W bezprzemijania ułudzie,
Pośród chwil nieruchomych,
Życie dat zdaje się nie mieć,
A czas bezimienny i nieistniejący
Wartości nie ma najmniejszej.

Aż pęka wapienna skorupka
I oko pisklęcia nowe poznaje,
Kosmosy coraz odleglejsze,
Niewiarygodne mądrości,
Oszołomione bez końca.

Zachłanności pojmwania,
W zbyt ciasnych granicach
Czas wyrównać niezdolny
A każda miniona sekunda
Już w następnej drodze.

I wszystkie życia ułamki
Z wiekiem droższe się stają,
Winną szlachetnością w kielichu
Trunkiem tym cenniejszym,
Im bliżej jest dna.

23 lipca 2005 roku

Poszukiwacz

Pod siódmym naskórkiem,
Pod spodem spodu,
Na dnie dna,
W kwintesencji sedna,
W jądrze smaku,
Szukam sensu życia
Ja – drobina soli w oceanie.

23 grudnia 1984 roku



Zbigniew M.
Nowak
KOŁOBRZEG

Szczygieł⁽⁷⁾

— **A**na co masz ochotę? Może do aquaparku? A może poszłybyśmy do kina? Albo do kawiarenki na lody? Albo... na lody nie, bo jeszcze jakiejś salmonelli się nabawisz lub anginy.

— A ty lubisz, ciociu, „Pingwiny”?

— No, wiesz... Czemu nie? Wydają się nawet zabawne. A ty?

— Ja lubię, bardzo. Były na plaży.

— Dajcie spo... Naprawdę?!

— Uhhh, taki pan sprzedawał.

— Mówisz o cukierkach?

— To ty nie wiesz, że „Pingwiny” to nie cukierki?

— A nie! Te to tak, wiadomo, kto by ich nie znał. „Pingwinów”? Te to jasna sprawa... Myślałam raczej o takich z zoologu.

— Z zoologu?

— Z zoo.

— U nas nie ma zoo. A tutaj?

— Eee, takie malutkie...

— Ja lubię duże zwierzęta. Żeby chociaż Sabina tu była...

— Jest u koleżanki Huberta. Tata mówił.

— Uhhh, u Magdy. To niesprawiedliwe...

— Co kochanie?

— No, że jedne dziewczynki mogą być ze swoimi psami, a inne nie.

— Hm – mruknęła Regina i znów przerwała szcztokowanie włosów bratanicy. – Wzięłabym ci tę bokserkę, ale ona zaraz pożarłaby Minorka i Aleksandra.

— Może by nie pożarła.

— Zaplotę ci warkoczyki i zagramy w coś. Co?

— Dobrze, może być. A umie ciocia grać w chińczyka?

— Pewnie, że umiem. Zagramy? – z ulgą rzekła Regina i zaraz zastanowiła się, gdzie może być plansza do gry.

— Jutro – odrzekła Kasia. Rozejrzała się niespokojnie, jej wzrok zatrzymał się na komodzie, spod której wychynął Minorek.

— Może jednak zagramy dziś? – Regina trzymała się szczęśliwego pomysłu.

— Możemy. To gdzie ciocia ma tego chińczyka?

— Już wiem! – rzekła Regina. Z trudem podniosła się z wersalki i trzymając rękę na krzyżu, poczępiała do komody. Minorek przezornie wlaźł głębiej.

„Pewnie są w najniższej szufladzie – pomyślała bolesciwie.

— Ile to się człowiek musi nabiedzić. Dajcie spokój!”. Schyliła się i spod wyprasowanych obrusów oraz ukrochmalonych na sztywno serwetek wydobyła pudełko z gry.

— Jest! – ucieszyła się głośno.

— Widzisz, Kasiu? Mówiłam ci, że tam będzie.

— Ciociu, a co się stało Hubkowi? Czemu mama z tatą muszą być z nim, a nie ze mną? Czy już mnie nie kochają?

— Kochają cię, dziecko drogie, co też przyszło ci do głowy... Kochają cię i to bardziej niż przedtem.

— To czemu mnie oddali?

W oczach Reginy zakręciły się łzy.

— Dziecko kochane! – rzekła z przejęciem. – Nikt cię nie oddał...

— Czują, że zaraz w ogóle nie będzie mogła mówić. – Tata przywiózł cię do mnie w odwiedziny i na gościnę. A sam pojechał do Hubka, bo twój brat jego i mamy bardzo potrzebuje. Jeszcze bardziej niż ty, słodki dzieciaczku.

— Czy on się utopił nad tym morzem?

— Uderzył się i teraz jest chory. Leży w szpitalu.

— Też bym się tak uderzyła i wtedy by musieli być ze mną, tylko że w szpitalu dają zastrzyki.

— Robią takie bezbolesne – rzekła Regina. – Ale ty, słodziaczku, nie możesz się uderzyć, bo wtedy wszystkim będzie smutno.

— Skąd wiesz? Byłaś już w szpitalu?

— Kiedyś byłam.

— No, widzisz – odparła Kasia, stawiając pionki na planszy. Na chwilę zapomniawszy o misiu. – A Magda była niedawno na robakowy wyrostek i dostawała zastrzyki, takie, które bolały. Nawet w rękę... Hubka będzie bolało...

— Hubek jest chłopakiem, a chłopaki nie boją się zastrzyków.

— Tata na przykład się boi. I długo tam będzie?

Zarówka w różowej lampie zamrugała i na moment zrobiło się ciemno. Dziewczynka przysunęła się bliżej ciotki. Potem zerwała się, chwyciła misia i szybko wróciła na miejsce.

— Znowu nie będzie światła?

— spytała niepewnie. – Nie lubię, jak nie ma światła.

— Ja też, nie można wtedy grać...

Zarówka znów zaczęła mrugać i światło zgasło na dobre.

— Masz ci los! – zawołała Regina zła, że nici z gry.

— Masz ci los, właśnie! – rezolutnie przywodziła Kasia. – Światło gaśnie i co? Pstro, na końcu „o”! Figa z gry w chińczyka.

Regina zaśmiała się i pogładziła bratanicę po głowie.

— Poczytam ci bajki – zaproponowała. – Nie czytałam ci jeszcze o latającym kufrze. To była ulubiona bajeczka mojego Michałka. To mój młodszy syn, wiesz?

— Umiesz czytać po ciemku?

— Dawno tego nie robiłam, ale spróbuję, tak?

— Tak, ciociu, jeśli masz ochotę.

— Poczytam ci, dzieciaczku...

Znów z mozołem wstała z wersalki i podeszła do komody. W górnej szufladzie miała świece. Zapaliła jedną, mocując ją w mosiężnym kaganku. Jej wysoka, kostyczna postać teraz wydawała się jeszcze wyższa i jeszcze bardziej sucha. Z najniższej szuflady wyjęła tom bajek.

— A nie masz, ciociu, baśni o Calineczce? – grymasiła Kasia.

— Mam! Mam Baśnie Andersena. Chcesz, żebym ci przeczytała?

— Uhhh. Ale do snu. Położy się już, bo jutro tata może przyjechać po mnie.

— No, to wskakuj do wyrka. Razem pójdziemy spać, dzięki Bogu – odetchnęła Regina.

Kasia pobiegła do łóżka, ścisnąc misia, a Regina poszła za nią.

Płomień świecy drgał i na ścianie obudziły się straszne cienie. Z kątów też wylażył strach. Kasia nakryta pod brodę tuliła się do misia. W pokoju coś trzeszczało, stukało, syczało, coś nieznanego, wrogiego... Myślała o drzwiach w podłodze. W dzień ciotka odsunęła stół, zrolowała chodnik i otworzyła je. Zeszła po drewnianych schodkach i wróciła ze słoikiem kompotu. Co jeszcze się tam kryło? Drzwi do czarnej czeluści były tam, na środku pokoju. Tam, skąd słychać było świszczące sapanie. To z tam-

tej jamy w każdej chwili mógł wyjść okropny troll o kostropatej gębie. Może już wychodzi? Tak trzeszczą deski... Wypatrz ją żółtymi ślepiami i przyjdzie do niej... i zabierze do kryjówek w podłodze. I nikt już nigdy jej nie znajdzie...

*

Na ołtarzu stały świeże chryzantemy i białe kalie. Ktoś je tu przynosił z ufnością, wdzięczny za moc, jaka spływała stąd na wszystkich, którzy tylko uwierzyli. Zapachem subtelnie dopełniały snującą się w powietrzu nutę kadzidlana dymu. Obok w plastikowych świecach ledwie żarzyły się wysmukłe lampki, a święty Tadeusz Juda spoglądał z lewego skrzydła tryptyku, krzywiąc usta zamarłe w liściowym westchnieniu. Był tu na swoim miejscu, pośród tych wszystkich spraw, przed oczyma ludzi pogrążonych w tragedii. Pośród ławek klęczało kilka osób. Teraz w pustej przestrzeni słychać było wibrujące napięcie i jednocześnie łagodny spokój. Każdy dźwięk, kaszlnięcie każde i każde rozpaczliwe zapłakanie wybrzmiewało ostro pod kolebkowym sklepieniem, wsparty jak czasza żywota na kilku uwięzionych w surowym murze półkolumnach, a potem opadało wyciszonym, jaśniejącym i łaskawym tonem wszechogarniającego Absolutu.

Coś kiepsko z tobą, Szczygieł! Bardzo kiepsko! Słowa oddziałowego jak ciężkie kamienie nie cały czas spadały na Helenę. Słyszała je i czuła ich druzgocące uderzenia. Przerażały ją, dławily. Czy oznaczały koniec? Ostateczną tragedię, kres wszystkiego? Brzmiały w niej, budząc paniczny lęk. „Czy to wszystko? – myślała przerażona. – Wszystko? Czy już nic nie da się zrobić?”. Rozpaczliwie szukała ratunku, jeszcze czegoś, czego nie umiała znaleźć, a wierzyła, że istnieje. Bo przecież musiało istnieć, póki jeszcze serce biło i krążyła krew...

Przychodziła tutaj każdego dnia nieprzytomna ze zmęczenia, by choć na trochę wyrwać swój struchlały umysł z matni zapętłonych myśli i szukać tej nadziei, tej jedynej szansy ocalenia. Tu święty Juda mógł ją natchnąć, wzbudzić w niej isierkę słusznej idei, wskazać drogę.

On był tu, wiedział, rozumiał ją, on mógł dać wskazówkę, której potrzebowała, mógł pomóc, mógł uratować... Tu, przeczuwała to, powinna znaleźć tę nieodgadnioną możliwość, jedyny ratunek...

Aż stało się, urzeczywistniło... Ta myśl natchnęła ją ostatniej nocy i już wiedziała, że to na nią czekała. Uchwyciła się jej i zaczęła pielęgnować. Tak dojrzała do teraz. Teraz już musiało być dobrze, już musiało być... Kłęczała przed obrazem Matki Boskiej pokorna i w skupieniu. Jeszcze nigdy tak bardzo nie potrzebowała Jej pomocy i nigdy tak bardzo nie wierzyła w Jej moc. Już nie czuła się bezsilna, bo chciała zawierzyć Jej miłosierdziu.

Została po mszy i w tej opustoszałej, szpitalnej kaplicy modliła się.

„Święta Maryjo, Bogurodzico Dziewico, Panno Czysta, wejrzyj na mnie, usłysz błagania matki – prosiła, szepcząc gorliwie słowa, które tej nocy przyszły do niej, gdy na chwilę zapadła w letarg. – Ty sama Matka – mówiła – Matczynym Sercem wysłuchaj mnie. Obieram dzisiaj Ciebie za Panią, Orędowniczkę, Patronkę, Opiekunkę i Matkę mojego syna Huberta. Postanawiam dzisiaj mocno oddać Ci go i zostawić pod Twoją opieką. Powierzam Ci go, powierzam mojego synka. Bądź mu pomocą we wszystkich jego potrzebach duszy i ciała. Bądź mu Matką i chroń go, jak tylko Matka chronić potrafi swe dziecko. Ufam Ci, Maryjo, i z tą ufnością zwracam się do Ciebie. Bądź mu Matką i wyjednej dla niego wszelkie łaski”.

Kiedy wracała na piętro, do nieczynnej łazienki, gdzie oddziałowy pozwolił jej i Mateuszowi spać po godzinach siedzenia przy łóżku Huberta, uczuła wielką ulgę. Cały przyniatający ciężar spadł z jej barków. Było tak, jakby już nie musiała się martwić. Kamienne słowa, które były w nią i dusiły, i panicznie przerażały, zmiękły, zelżały i stały się niegroźne. Nie prorokowały już tego najgorszego... Z lekkością wspinała się po schodach przeświadczona, że zrobiła, co tylko było najlepsze, co najważniejszego była w stanie zrobić, że lepiej, niż oddać Huberta Maryi, uczynić nie mogła. Skądś wróciła moc i duchowe uskrzydlenie. Wierzyła niezłomie, a ta wiara przeradzała się w pewność z każdym pokonywanym stopniem większą, mocniejszą, że zagwarantowała mu pomyślny los, że tym gestem zawierzenia wyrwała go z pazurów śmierci. Teraz była spokoj-

na. Teraz Hubert miał Najświętszą Opiekę i już nic złego zdarzyć mu się nie mogło...

Przekręciła klucz w zamku. Zapalone światło spłoszyło karaluchy przy odpływie umywalki. Mateusz był u Huberta, więc mogła trochę odpocząć. Nie czuła zmęczenia i właściwie nie chciało jej się spać. Jedynie rozsądek podpowiadał, że musi przedzierać chociaż godzinę. Chociaż tyle, bo inaczej nie będzie dość czujna.

Gąbkowy materac rzucony do wanny nie gwarantował dobrego relaksu, ale więcej ponad naboranie sił nie potrzebowała. Tak samo jak Mateusz zadowalała się tą namiastką wypoczynku. Ich mięśnie przyzwyczały się do ciasnoty oraz niewygodnej pozycji i już nie bolały. Kości tak samo. Ta łazienka to był dobry kąt – blisko Huberta. W okolicy nikt nie wynajmował, w samochodzie nie daliby rady bez wody, byli więc wdzięczni za tę nieczynną łazienkę. Padając z nóg, jakoś układali się w wannie i tak przesypiali godzinę, może trochę więcej.

Oplukała twarz i wycierając się, spojrzała w lustro nad umywalką. Pęknięte szkło rozpołowiło jej twarz. Zwróciła uwagę na fryzurę. Jeszcze nie wyglądała tak fatalnie. Rozejrzała się. Porzucona torebka z kosmetyczką leżała przy wannie.

Przeczesała się i ze zdziwieniem zdjęła z grzebienia garść włosów. Nawet nie bardzo się przeraziła. „Moje włosy – pomyślała – wychodzą mi włosy”. Przeczesała się powtórnie i zmarmotniała, bo na grzebieniu było jeszcze więcej. „Dlaczego?” – zapytała w duchu i zdjęła następny pęk. Potem chwyciła pukiel powyżej skroni i lekko pociągnęła. Prawie cały został w jej zaciśniętych palcach.

ROZDZIAŁ 7

Gorączka uparcie nie chciała ustąpić. Skończyła się seria antybiotyku, a Hubert nadal czuł się niedobrze. To złe samopoczucie widać było w nim, w jego twarzy, w wynikach jego badań. Brak komunikacji, nawet ograniczonej do jednego lub dwóch mrugnięć, utrudniał postawienie jednoznacznej diagnozy. Nie mógł powiedzieć: boli mnie, ani: niedobrze mi, ani: pić mi się chce, nic nie mógł powiedzieć i zupełnie nic przekazać, choćby gestem. Swoje cierpienie musiał przeżywać sam, bez szans na skargę, uwolniony w środku głowy. Bo jakkolwiek dziwnie by to brzmiało, to teraz tam był – w głowie. Jego dusza, świadomość istnienia i życiowa aura, które

uciekle z ciała, wypełniły pękającą czaszkę. W niej musiały radzić sobie z silniejszym od nich bólem i zmagać się ze wszystkimi upiorami choroby. To one były nim.

– Na zdrowie, syneczku – powiedziała Helena. Tłok żanyty wypchnął ostatnie mililitry soku z czarnej porzeczeki. Bardzo chciałby poczuć smak tych owoców oraz to, jak gaszą pragnienie. Gdyby nie widział, że strzykawka się opróżnia, a Helena nie powiedziała, jakim sokiem ją napełniła, nie wiedziałby nic. Nie wiedziałby, że regularnie co dwie godziny odżywczy płyn wypełnia jego żołądek. To było znacznie istotniejsze niż dożylna glukoza. Ta, miał poczucie, że leje się w niego bez przerwy. Przyzwyczał się już do stojaków z kroplówkami. Stały się trwałym elementem krajobrazu. Czasami przyglądał się spadającym kroplom, czasami próbował je liczyć ciekaw, ile ich mieści się w takiej butelce.

Teraz przy tym stojącym po lewej stronie, z którego biegł wężyk do lewej ręki, pojawiła się siostra Dominika.

– Już po obiedzie? – spytała, mrużąc w uśmiechu wesołe oczy. Była biała jak co dzień, cienkie włosy miała związane w mysie ogonki udające kitki.

– Zjadł dwieście mililitrów – odparła Helena, zawsze była szczęśliwa po takim posiłku. Mój Boże! Zjadł...

– No to teraz coś na deser – powiedziała pielęgniarka. Wklęła się w nową butelkę kroplówki i wstrzyknęła do środka czerwoną substancję. Płyn w butelce zmienił się nieznacznie na bladoróżowy.

– Co to jest? – dobiegł go głos Heleny. – Jakiś nowy lek?

Była czujna i doskonale pamiętała każde zalecenie profesora. O czerwonej substancji nie słyszała.

– Oddziałowy kazał mi podać... – usłyszał stłumione słowa siostry Dominiki. Nic nie rozumiał. Widział jeszcze, jak bladoróżowe krople skapują do wężyka i płyną niżej w stronę, gdzie powinna być ręka... Aż wciągnęła go zachłanna czarna dziura i zaczęła wysysać z niego resztkę sił. Twór, który pojawił się na granicy świadomości, zaraz za ostatnią myślą, za ostatnią słabością, nakrywał go coraz szczelniejszą płachtą, zawijał w coraz ciaśniejszy kokon i porywał. Tracił wolę istnienia. Kończyło się wszystko – przeszłość, przyszłość i teraźniejszość... Zaczynało być istotne, że dobiega końca ta nieznosna rzeczywistość. Wpadał w obję-

cia bezdennej otchłani i ogarniała go nicość. I błogi spokój i bezkres. Opadał coraz niżej, coraz niżej, na samo dno oceanu nieskończoności, jak konająca okrzemka. Stawał się niczym, dennym szlamem, martwotą. Ginał. Już nie chciał zmagać się i dążyć, nie chciał żyć. Było mu obojętnie, a nawet dobrze. Tak, było mu dobrze i błogo... Już nie musiał oddychać, nie potrzebował chcieć. Ponad nim były miliony ton bezmiaru, cały kosmos. I nie chciało mu się wracać. Nie chciało mu się drgnąć nawet jednym nerwem...

– Synku, Hubeczku mój – matczyńny głos był jak jasny promień światła, jak kwant energii, jak atom tlenu dla jego gasnącego mózgu. Zabierał go z pustej bezdni i ożywiał.

Otworzył oczy. Wychynał ze środka. Zrozumiał jasno, że musi żyć. Pierwszy raz tak jasno pomyślał, że musi, jeśli nie dla siebie, to dla niej, dla jej kochającego serca, ale musi, koniecznie...

– Jak się czujesz? – usłyszał pytanie.

„Dobrze, mam, dobrze – powiedział w duchu. Uśmiechnął się i mrugnął. – Opowiedz mi jeszcze raz, jak to będzie, kiedy już wyzdrowieję – szepnął myśłą. – Opowiedz mi jeszcze, proszę”.

cdn.



Książka wydana nakładem
Wydawnictwa BIS
ul. Łódzka 44a
01-446 Warszawa
tel. (22) 877-27-05, 877-40-33;
fax (22) 837-10-84

FILANTROP NASZYCH CZASÓW

Miesięcznik

REDAKCJA:

Marcin Bajerowicz – redaktor naczelny,
Karolina Kasprzak – zastępca redaktora
naczelnego, Stanisław Furmaniak, Andrzej
Grzelachowski Aga, Sylwia Kośmider,
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

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. Karpińskiej 16, 60-462 Poznań
tel. 618 172 206,
e-mail: komdruk@wp.pl

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

Za treść reklam i ogłoszeń
redakcja nie ponosi odpowiedzialności.



Jerzy
Szulc
WARSZAWA

JĘZYKOZNAWCA

Biegły jest pyskacz
Aż w trzech językach:
Jeden ma w gębie,
Dwa przy trzewikach.

INTERPUNKCJA

I znak zapytania
Miewa kształty obce,
Gdy brak odpowiedzi
I jesteś w kropce.

KURACJA

Panie, śmiech to zdrowie,
Rzekł lekarz w pośpiechu
I mu skierowanie
Dał do beczki śmiechu.

POMÓWIENIE

Mówią, że pomysły
Miał facet niezdrowe,
Bo gdy przez płot skakał,
To upadł na głowę.

PUSZYSTA

Nadwaga jej służy,
Bo tyle już waży,

Fraszki

Że mąż jej znieważyc
Już się nie odważy.

POŚPIECH

Nie spiesz się
Bez przerwy,
Tylko siły trwonisz.
Czasu, co ucieka,
I tak nie dogonisz.

SŁABIZNA

Rzekła: ja do ciebie
Wciąż mam słabość miły.
Odrzekł: ja do ciebie
Też już nie mam siły.

WSPINACZKA

Im wyżej wdrapie
Się ciężki zadek,
Tym boleśniejszy
Bywa upadek.

ATAK

Najlepszą obroną
Jest atak – rzekł zając
I na atak serca
Zasłabł... uciekając.

WYŻYNY

Niektórzy sięgają
Wysoko po prostu
Dzięki temu, że są
Wysokiego wzrostu.

KORZYŚCI

Kiedy dwóch się bije,
To często ten trzeci
Aż tyle korzysta,
Że mu też krew leci.

WSPARCIE

Można być na dnie,
Ale czasami
Mieć bardzo dobry
Grunt pod nogami.

TRUIZM

Dymią kominy
Fabryk i hut.
To nasza дума
I wielki smród.

AGITACJA

Trzeba wciskać kit,
Żeby było git.

KRYSTYNA SYLWESTRZAK
GDAŃSK

NADZIEJA MATKĄ

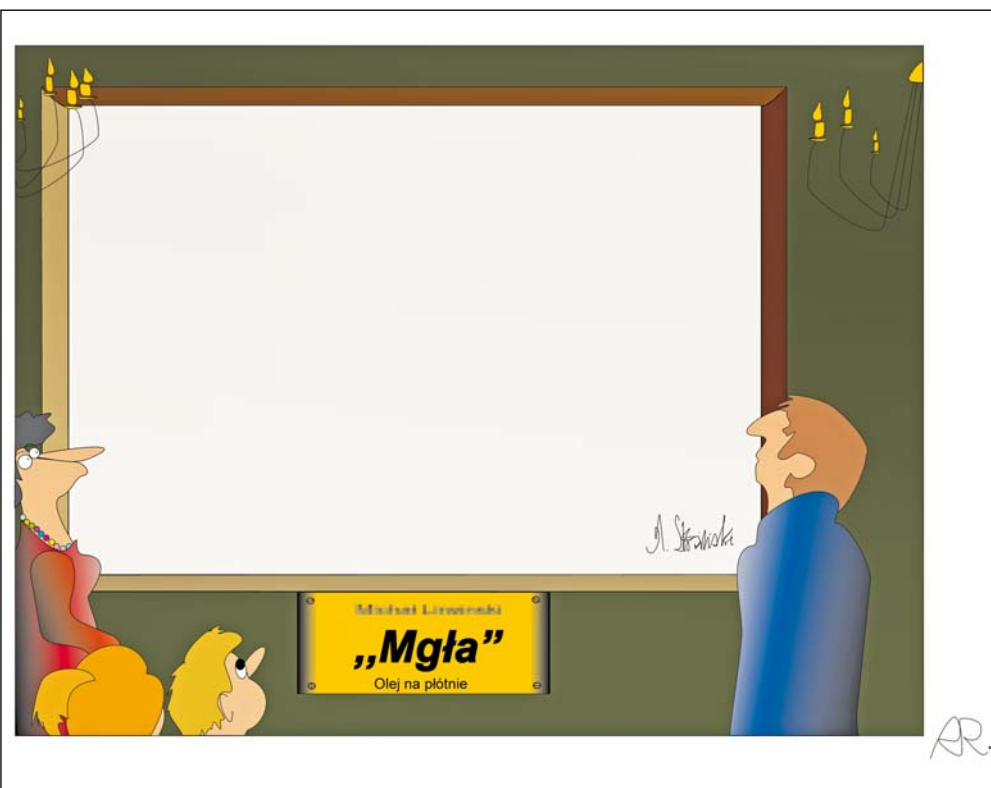
Nadzieja matką
Polaków,
Kiedy idą do ataku.
Gdy wygrają
Choćby trochę,
Matka zmienia się
W macochę.

EDUKACJA

Dawniej belfer
Dziś komputer
Edukuje
Łby zakute.

DO MENTORA

Zawsze światłą
Dajesz radę.
Zaświeć chociaż raz
Przykładem.



W galerii sztuki awangardowej.

RYŚ: ANDRZEJ ROSSA

Wwew jednej kamniownicy wew Gniźnie tako zdarzyła sie historia: jakiejsi kobiecie rzuciło sie na łeb i namówiła wspólnote mniyszkaniowom, żeby zminunć kanalizacjom – rury żelazne na plajstikowe. Wiaruchna godo, że przy plajstikowych rzykomo liczniki wybijajom wynksze taryfy!

Jednako najdl sie tacy, co byli wbrew. I co? Zaczło sie strasznie sundym i przemówiania. Lokator Spiworek tak piół do prefesora, co uczył wew gamaji:

– Nie myślcie sobie, że uczycie po angielskiemu, a jako profesór to wom wszystko wolno, szak!

I padła odpowiydź:

– Jo ino myślę, jak wom wylutować w sznupe, wej!

Wew pralni na czwartym

Radocha hydraulików

piyntrze toczyła sie rozmowa, a słyhać jom było wew sklepie (piwnicy):

– Jak twój stary wynosił lisztwy na boazeriom zes garbulei, to było dobrze, he!

Zaroz usłyszelim:

– A jak żeś wynosiła bez portierniom alfenol do prania wew butelkach od mlika, to co? Jasne z modrym, tegó już zadość!

Na końcu zaccli rury wymieniać, za co płaciła wspólnota. A za właściwy remónt rynciole musieli singnuć do własny kiesini po uszpiorowane bejmy. A oferty były liczne. Na ścianie na tyn przykład było ogłoszynie:

LEKRAMA

HYDRAULIKA

Jak wom woda ćknie, zawołęta mie!

Jak się rura zatkła, to nie leci akła.

Zadanie jest łatwe, odkręcimy akwe!

Tak jak rzadko który, wymine wom rury.

HYDRAULIK NIUTA

I tero co? Hydraulik ugodził się, dejma na to, na dwa kachle (tysiące) za robote, a kończy i godo:

– Trzebno jeszczek dorzucić pół kachla, bo się nie mieszczę!

A lokator, biydny roboszek, co zaś mo zrobić?

A wiync kto mo radoche? Hydrauliki i różne szpecmachery. Skóńczyłem sprawozdanie i słuchom... A tu ciotka Adela zdjyna brille, kikła na naszygó kejterka (pieska) i szepla ni to do psioka, ni do nos:

– Ta hekxa, co to wszystko skombinowała, cheba zwunchała się z budowlańcami? Niewiada!

O czym się godo wew Gniźnie, opisoł:

BOLECH ZES CIERPIENGÓW



Kazimierz Graczyk
ŁÓDŹ

WSPOMNIENIE Z PRL-U

Amatorzy „Mirindy”

– Wiecie co?! – przerwała gwar rozmów w pokoju śniadań jedna z przadek. – Obserwuję od pewnego czasu naszych smarowników i nastawiaczy i widzę, że nie ma dnia, by nie śmierdziało od nich bimbram.

– To prawda – potwierdziła inna. – Też to zauważyłam. Więcej! Chciałam ich podejrzeć, kiedy i gdzie się tak doprawiają. Zakradłam się do ich kapciowy, ale prócz butelek z „Mirindą” innych nie było.

– Może mają zamknięty w szafkach? – zastanawiała się przadka.

– Nie, szafki ubraniowe i narzędziowe mają otwarte, tam też same butelki. Puste albo z „Mirindą”.

Dyskusja o „Mirindzie” trwała przez całą przerwę śniadaniową. Kobiety dziwiły się, co takiego może być w tym napoju, że smarownicy i nastawiacze są takimi jego smakoszami. Mimo przydziału wykupywali niemal całe dostawy do wydzielowego sklepu. Któregoś dnia, tuż po śniadaniu, gdy nastawiacze i smarownicy byli zajęci pracami przy maszynach, do ich pomieszczenia wszedł kierownik zmiany Ryszard Bartosik i kierownik oddziału Józef Janiak. Postanowili sami dowiedzieć się, co było powodem dziwnego zachowania pracowników.

– Ludzie mieli rację – odezwał się Janiak. – Kąpią się chyba w tej „Mirindzie”!

– Wiesz co, Józiu, napiję się – Bartosik sięgnął po butelkę na stole i aluminiowy kubek. – Może i ty?

– A nalej.

Bartosik napełnił kubki i zaczęli pić.

– O ku... co to jest? – wybełkotał Bartosik.

Łapali ustami powietrze jak ryby wyjęte z wody.

– To bimber, prawie nie śmierdzi – pierwszy ochłonął Janiak.

– Ale trzeba czymś popić – zgodził się Bartosik. – Może w tamtych butelkach jest „Mirinda”?

Próbowali kolejno butelka po butelce i w każdej był bimber. Do próbowania była cała skrzynka. Gdy spróbowali z ostatniej, zapalili i postanowili poczekać na winowajców. Tymczasem bimber zrobił swoje: powieki zaczęły im się zamykać, aż w końcu z na wpół dopalonymi papierosami zasnęli tak mocno, że nie słyszeli, jak do pomieszczenia wszedł kierownik wydziału inżynier Pawlikowski.

– Hej! – krzyknął nie panując nad głosem. – Panowie kierownicy nie mają gdzie spać? – Cicho... – szepnęli nie otwierając oczu Bartosik.

– Szeffe – oprzytomniał nieco Janiak – my tu sprawdzamy, dlaczego od pracowników codziennie czuje się wódkę.

– Pięknie to sprawdzanie wygląda! I to kto, towarzysze kie-

rownicy. Ciekawe, co na to powie Komitet.

– Nie dowie się, szeffe. Schowamy się gdzieś na chwilę.

– Na chwilę? – Pawlikowski jakby poweselał. – Zejdźcie mi z oczu!

– Ale co dalej? – spytał wystraszony Janiak.

– Schowajcie się gdzieś, wstyd mi za was. Próbowali... Jedyna dla was kara, to po mordzie!

– Dobrze, chodź Rysiu – Janiak wziął pod rękę Bartosika i wyszli.

– A ja sobie poczekam na tych mirindomanów – szepnął Pawlikowski i usiadł przy stole wpatrując się w butelkę z domniemaną „Mirindą”.

Zaczęli się schodzić nastawiacze i smarownicy. Byli zaniepokojeni obecnością kierownika, czuli, że coś się stało.

– Powiedzcie mi, drodzy panowie, co to jest – Pawlikowski wskazał wzrokiem na butelki.

– „Mirinda” – bąknął któryś. – m „Mirinda”?! – Pawlikowski nie mógł powstrzymać gniewu.

– A ja wam teraz każę wypić tę „Mirindę”! No jak, pijecie?

– Jak się spsocioło, to po męsku trzeba się przyznać i prosić o wybaczenie – odezwał się najstarszy Stawicki. – Tak, to bimber, ale nie dla nas. Zgoda, wypijaliśmy po kielichu, bo musieliśmy trzymać fason.

– Jak to, trzymać fason? – zaciekał się Pawlikowski.

– Powiem wszystko – Stawicki

spojrzał po kolegach. Nie widział sprzeciwu, więc mówił dalej:

– Z „Mirindy” robimy bimber. Jest dla nas towarem wymiennym...

– Jak to?

– Ponieważ mięsa z kartek na wyżywienie rodzin nie wystarczy, postanowiliśmy jakoś zaradzić. Zmiarkowaliśmy, że z „Mirindy” może dobry bimber, bo smak pomarańczy łagodzi...

– Ile z tej litrowej butelki wychodzi? – zaciekał się Pawlikowski.

– Prawie ćwiartka. Ale i tak się oplaci.

– To prawda – zgodził się Pawlikowski. – A możecie mi dać przepis?

– Czemu nie. Ale co nami, panie inżynierze?

– Co z wami... – Pawlikowski zamyślił się. – Za godzinę któryś z was przyniesie mi przepis. A wy wylejcie „Mirindę” do zlewu. Zgoda?

– Zgoda! – poweselał Stawicki. – Przepis dajemy od ręki, jest bardzo prosty. A za taką butelkę mamy od chłopaków kilogram mięsa albo kielbasy.

Ciekawe, czy jest drugi tak twórczy naród na świecie – myślał Pawlikowski idąc do biura. – Cholera, żeby z napoju chłodzącego wódkę robić, nigdy bym na to nie wpadł. Ale – tu zatrzymał się jakby z niepokojem – chyba takimi frajerami nie są i nie wyleją do zlewu tego bimbru...

Trzymam w dłoni niezwykle przedmiot: rozpięta na kółku siateczka, ozdobiona dwubarwnymi piórami przetykanymi paciorkami z drewna. To dream catcher, czyli łapacz snów. Jest delikatny i niezwykle. Jego tajemnicą jest troska indiańskich matek: to one właśnie ręcznie wykonują takie cudenka i zawieszają nad łóżeczkiem dziecka. Niedobre sny wpadają w siateczkę i zostają na niej zatrzymane. Dobre sny przenikają przez pióra ku śpiącemu dziecku. Piękna jest troska indiańskich matek o spokojny sen ich dzieci.

Także naszym dzieciom przydałby się łapacz snów. Bowiem około 20% dzieci ma różnorodne trudności związane ze snem, przede wszystkim z zaśnięciem. Jakie są tego przyczyny? Najbardziej ogólna, to wewnętrzny niepokój dziecka. Niepokój ten dziecko zabiera ze sobą w sen. Najpierw długo się wierci w pościeli, jak gdyby chciało go strząsnąć z siebie. A kiedy już zaśnie, pojawiają się lękowe sny. Rano dziecko bywa niewyspane, marudne, chciałoby jeszcze podrzemnąć.

Skąd się bierze przedsenny niepokój dzieci? Jego przyczyny bywają różne. Najczęściej niepokój wynika z nadmiaru

Łapacz snów

podniet, bo na przykład dziecko przed udaniem się do łóżka oglądało pobudzający jego wyobraźnię film, albo przebieg dnia był ekscytujący. Być może w domu były konflikty i dziecko czuło się zagrożone albo miało z jakiegoś powodu poczucie winy i teraz nie może zasnąć, bo gryzie je sumienie. A może rodzice ograniczali ekspansję dziecka i ono, uległe wobec nich, odreagowuje teraz swoje napięcie wynikające z tłumienia emocji? Takie „niewybawione” dzieci mają często lęki nocne, jak również dzieci skłonne do snucia różnych fantazji. Własna wyobraźnia dziecka pobudza je i wtedy trudno jest zasnąć. A gdy już zaśnie – wyobraźnia pracuje dalej.

Co więc zrobić, aby zapewnić dziecku dobry sen, skoro wiadomo, że jest on ważny dla zdrowia?

Sprawą najważniejszą jest zapewnienie dziecku poczucia bezpieczeństwa, okazywanie mu zaufania i miłości. Dom rodzinny powinien być zawsze dla dziecka dobrym schronieniem.

W ciągu dnia należy zapewnić dziecku możliwość ekspansji, dziecko powinno być aktywne, wyżywać się w zabawach ruchowych. Jednak już od późniejszych godzin popołudniowych należy zapewnić mu możliwość wyciszenia się, zachęcać je do zabaw spokojnych, bardziej refleksyjnych. Jest rzeczą ważną, aby około godziny przed zaśnięciem tworzyć wokół dziecka odpowiednią atmosferę sprzyjającą jego spokojnemu zaśnięciu. W tym czasie należy zrezygnować z krytykowania i pouczania dziecka. Między członkami rodziny nie powinno być o tej porze żadnych widocznych dla dziecka konfliktów. Ma ono iść do łóżka z uczuciem, że jest przez rodziców kochane, ma się „wśnić” w tę miłość.

Gdy dziecko już leży w łóżku, należy chwilę z nim porozmawiać albo poczytać mu, byle nie był to tekst podniecający. Chwila rozmowy może też być okazją do zwierzeń, także tych, jakie odciążą sumienie dziecka.

Pamiętajmy, że regularny

czas kładzenia się do snu niezwykle sprzyja łatwości zasypania. Oczywiście możliwe są wyjątki od tej reguły, ale tylko w niezwykle sytuacjach, na przykład świątecznych.

Co ważne: kładzenie dziecka do snu nigdy nie powinno być karą – a tak niestety bywa.

Poza tym z małymi dziećmi można się pobawić w wyścigi: kto pierwszy będzie leżał w łóżeczku?

Dzieci chętnie zasypiają z przytulanką – misiem, lalką, czy ukochanym jaśkiem. Pełnią one rolę „obiektów zastępczych”, puszysty miś może zastępować ciepłą dłoń matki.

Jeżeli dziecko jest lękliwe, drzwi do jego pokoju można pozostawić uchylone, a także zostawić mu zapaloną, słabo świecącą lampeczkę.

Jednakże nie denerwujmy się, jeżeli po pewnym czasie dziecko wyjdzie ze swojego pokoju, kiedy byliśmy pewni, że już zaśnęło. Przyjmijmy to ze zrozumieniem, przytulmy je i po chwili idźmy razem z dzieckiem do pokoju, w którym śpi. Można wtedy na chwilę położyć się obok niego, zwiększając w ten sposób jego poczucie bezpieczeństwa i bycia kochanym.

Pamiętajmy jednak o tym, że potrzeba snu jest u dzieci różna i że ważniejsze jest to, żeby dziecko spało głęboko, niż aby spało długo.

Co jeszcze ważne: nie powinni mieć wyrzutów sumienia ci rodzice, którzy wieczorami bardzo pragną, aby ich dziecko wreszcie poszło spać. Pragnienie spokoju i odpoczynku jest bowiem naturalną potrzebą każdego człowieka, a tym bardziej zmęczonych rodziców. Jeżeli jednak okażą swoje zniecierpliwienie, dziecko zaśnie później, a nasze rozdrażnienie zabarwi jego sen. Po prostu nie ma innej rady: w wieczornej porze rodzice powinni być anielsko cierpliwi. Zyska na tym nie tylko sen dziecka, ale także sen rodziców. Chyba, że złych snów nie dopuści do nich indiański łapacz snów.

IRENA OBUCHOWSKA

FOT. KAROLINA KASPRZAK
Z KSIĄŻKI „KOCHAĆ I ROZUMIEĆ” CZ. III



5 stycznia odbył się II Charytatywny Koncert Noworoczny w Parafii Owińska, którego celem była zbiórka na rzecz Wielkopolskiego Związku Inwalidów Narządu Ruchu – Koło Owińska.

Wśród występujących artystów był m.in. Chór Św. Damiana i zespół „Dzieci Karoliny”. Śpiewali też uczestnicy naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej w Owińskach; solista Jarek Trepto zachwycał wszystkich wykonaniem pastorałki „Bóg narodził się”. Na zakończenie zaśpiewaliśmy kolędę wspólnie z na-

Kolędy z przyjaciółmi

szymi przyjaciółmi z Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego i Rehabilitacji Medycznej w Owińskach. Dziękujemy za życzliwość i wsparcie dla naszych podopiecznych. *na*



FOT. (2X) ARCHIWUM WITZ

Pod choinką...

19 grudnia 2018 roku uczestnicy i ich rodzice, terapeuci i pracownicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Czeszewie spotkali się na wigili w Centrum Rekreacyjno-Hotelowym „Bagatelka” w Miłosławiu. Podzieliлись się opłatkami i złożyli sobie nawzajem życzenia. To piękny i wzruszający zwyczaj.

Na wigilijnym stole były tradycyjne potrawy, a pod choinką słodkie upominki. W tym roku był też prezent dla całego warsztatu: projektor do wyświetlania filmów. Śpiewaliśmy piękne, polskie kolędy. Spędzony wspólnie czas upłynął nam miło. Była to nasza szesnasta już, wspólna wigilia.

ZBIGNIEW STRUGAŁA



FOT. ARCHIWUM WITZ

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



NEUROLOGICZNY NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ

CENTRUM LECZENIA STWARDNIENIA ROZSIANEGO OŚRODEK BADAŃ KLINICZNYCH

im. dr n. med. Hanki Hertmanowskiej

- badania kliniczne z zakresu neurologii
- kompleksowe, monitorowane leczenie stwardnienia rozlanego
- kompleksowe, monitorowane leczenie choroby Alzheimera
- konsultacje neurologiczne i psychiatryczne
- konsultacje neurologiczne – trudne diagnostycznie zaburzenia i objawy neurologiczne: diagnostyka różnicowa, opracowanie programu leczenia, monitorowanie przebiegu choroby
- borelioza i zakażenia odkleszczowe w chorobach neurologicznych – procedury diagnostyczne, leczenie



Zapraszamy:

62-064 Plewiska, ul. Fabianowska 40

Rejestracja telefoniczna
w godz. 10.00-16.00 od poniedziałku do piątku

61-863-00-68 lub 506-444-900

www.hertmanowska.pl
neurologiczny.nzoz@gmail.com

ŻYJ I CIESZ SIĘ ŻYCIEM, A TWOJĄ CHOROBA ZAJMIE SIĘ NASZ ZESPÓŁ