

PISMO RUCHU TWÓRCZEGO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

FILANTROP

n a s z y c h c z a s ó w

Nr (298)9 • Poznań • wrzesień 2019 • Nr indeksu 327948 • ISSN 1231-8876



Urszula Galińska, uczestniczka Warsztatu Terapii Zajęciowej „Roktar” w Tarnowie Podgórnym. Więcej w artykule „Lubię malować, umiem tańczyć”.

Str. 8 i 9

FINANSUJĄ



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych



POWIAT
POZNAŃSKI

PATRONUJĄ



W NUMERZE:

Głos tych, którzy milczą
str. 2 i 3

Więcej miejsca do terapii
str. 6 i 7

**Uwielbiam
takie wyzwania!** str. 11

Bądź jak Disney
str. 14 i 15

**Pokolenie
smartfonowych zombi**
str. 18 i 19

Pasja – fotografowanie
str. 26 i 27

Codziennie pod górę
str. 31

**Niech moja mowa
będzie taka, jaka jest**
str. 34

**Kupił mądrość
wew aptyce** str. 45

Na zakup wózka

Dobra wiadomość dla osób z niepełnosprawnością ruchową, poruszających się przy pomocy wózków o napędzie elektrycznym: po pięciu latach przerwy Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych przywraca możliwość ubiegania się o dofinansowanie do zakupu takiego właśnie wózka. Przewidywane wydatki na ten cel wyniosą w 2019 roku blisko 20 milionów złotych.

„Wznowienie dofinansowań do zakupu wózka elektrycznego to ponowne rozszerzenie oferty Funduszu, adresowanej do osób doświadczających trudności w samodzielnym poruszaniu się. Niwelowanie barier wynikających z ograniczonej mobilności jest kluczowe dla podejmowania aktywności zawodowej i społecznej przez osoby niepełnosprawne” – czytamy na stronie PFRON.

O dofinansowanie mogą ubiegać się zarówno osoby dorosłe jak i opiekunowie prawni dzieci z niepełnosprawnościami potrzebujących wózka elektrycznego. W przypadku dzieci do 16

roku życia niezbędne jest przedłożenie aktualnego orzeczenia o niepełnosprawności, zaś w przypadku osób dorosłych – konieczne posiadanie orzeczenia o niepełnosprawności w stopniu znacznym.

Maksymalna kwota dofinansowania do zakupu wózka elektrycznego dla jednej osoby to 10 tysięcy złotych. Osoba ubiegająca się o dofinansowanie musi wnieść udział własny – minimalny udział własny w zakupie to 10 procent ceny brutto wózka.

Aby uzyskać dofinansowanie, należy złożyć wnioski w powiatowym centrum pomocy rodzinie bądź miejskim ośrodku pomocy społecznej właściwym ze względu na miejsce zamieszkania lub elektronicznie przez System Obsługi Wsparcia finansowanego ze środków PFRON.

Dofinansowanie do zakupu wózka elektrycznego udzielane jest w ramach pilotażowego programu „Aktywny Samorząd”. Program jest ukierunkowany na zapewnienie wsparcia, m.in. w likwidacji barier architektonicznych i transportowych. *Oprac. KK.*

Święto małej ojczyzny

W miejscowości Buk w województwie wielkopolskim 24 sierpnia odbyły się tradycyjne doroczne dożynki powiatowo-gminne, zorganizowane przez Powiat Poznański oraz Miasto i Gminę Buk. Dożynki, nazywane także świętem plonów, to ludowe wydarzenie połączone z obrzędami dziękczynnymi za ukończenie żniw i prac pól.

Na dożynki, odbywające się na Stadionie Miejskim w Buku, zapraszał Jan Grabkowski, starosta poznański oraz Paweł Adam, burmistrz Miasta i Gminy Buk.

– To święto całej naszej małej

ojczyzny, czyli powiatu poznańskiego z jego siedemnastoma gminami. Dożynki obecnie kojarzą się ze świetną zabawą, ale nie zapominajmy, że to przede wszystkim święto rolników. To właśnie ten moment, aby z wdzięcznością i szacunkiem spojrzeć na ich ciężką, codzienną pracę – mówił starosta.

Wydarzenie poprzedziła uroczysta msza święta. Po niej rozpoczęły się atrakcje – animacje i zabawy dla dzieci, występ Zespołu Pieśni i Tańca „Lusowiaczy” i kapeli podwórkowej „Junki z Buku”, koncert oraz zabawa taneczna. Gwiazdą wieczoru był Antek Smykiewicz, polski piosenkarz i autor tekstów piosenek. *Oprac. KK.*

Mija właśnie 25 rok wydawania naszego miesięcznika „Filantrop”. W ciągu tego ćwierćwiecza, wierni nadtytułowi „Pismo Ruchu Twórczego Osób Niepełnosprawnych”, opublikowaliśmy setki ich własnych tekstów. W samym tylko poprzednim, sierpniowym wydaniu ukazały się publikacje 19 autorów – osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności. Jeśli weźmiemy pod uwagę, że w ciągu 25 lat powstało do tej pory 298 wydań „Filantropa”, to łatwo zrozumieć, że nie przesadzamy ze sformułowaniem o setkach tekstów na jego łamach, stworzonych przez osoby niepełnosprawne.

Idea tak pomyślanego czasopisma, w którym zasadniczą sprawą jest własny głos osób z niepełnosprawnościami, powstała z ówczesnego przekonania, że ich dostęp do prasy i innych mediów jest wręcz znikomy. Że raczej pisze się o nich i za nich, a nie oni sami o sobie. Postanowiliśmy zatem, że w „Filantropie” będą drukować własne teksty właśnie osoby niepełnosprawne. Bowiem każdy człowiek, niezależnie od sprawności czy niepełnosprawności, fizycznej czy intelektualnej lub psychicznej, jest podmiotem i każdy ma prawo tę podmiotowość realizować – także poprzez publikowanie własnych wypowiedzi. Brak własnego głosu, milczenie, nieuchronnie kojarzy się z marginalizacją, zwłaszcza jeśli dotyczy tak dużej grupy społecznej, jaką stanowią osoby z niepełnosprawnościami. Uznanie zasady ich podmiotowości i organizowania im miejsca do artykułowania własnego głosu jest jednym z warunków tworzenia zintegrowanego społeczeństwa.

Taki zamiysł towarzyszył „Filantropowi” u samych jego początków. Dziś również trzeba zabiegać o to, aby autentyczny głos osób z niepełnosprawnościami był na stałe włączony w całość społecznego życia. Aby osoby te były obdarzone pełnym szacunkiem i własnym głosem. „Filantrop” chce brać w tym dziele także swój skromny udział. Bardzo skromny tym bardziej, że środowisko osób z niepełnosprawnościami to więcej niż jedna czwarta dzisiejszego społeczeństwa w Polsce. Ogrom społecznego problemu obrazuje statystyka. Według Europejskiego An-

kietowego Badania Zdrowia (strona niepełnosprawni.gov.pl) w 2014 roku było w Polsce około 7,7 milionów osób niepełnosprawnych biologicznie, które zadeklarowały różnego stopnia ograniczenia, powodujące niemożność wykonywania codziennych, ważnych dla życia czynności. Gdyby dzisiaj dodać jeszcze liczbę osób z niepełnosprawnością intelektualną, także między innymi osób, które po 2014 roku uległy wypadkom drogowym, śmiało moglibyśmy powiedzieć, że wymieniona wyżej liczba jest większa.

Z całości 25-letniego dorobku „Filantropa” wyłania się niezmiennie zróżnicowany obraz piśmiennictwa osób z niepełnosprawnościami. Są to między innymi autobiografie, których większość opublikowaliśmy także w książce „Moje Kilimandżaro. Losy niepełnosprawnych – wspomnienia” (był to plon konkursu literackiego z roku 2006, zorganizowanego przez nasz miesięcznik). Nadal publikujemy autobiografię Agaty Krystosik-Gromadzińskiej, matki niepełnosprawnego dziecka i fragmenty autobiograficznego bloga Tomasza Przybysza. Autobiografia Marioli Wower ze Stęszewa, osoby z tetraplegią, opublikowana była „Filantropie” najpierw w odcinkach, następnie w formie książki pod tytułem „Dwie sekundy, które zmieniły moje życie”. Bez naszych starań jej tekst prawdopodobnie pozostałby na zawsze w domowej szufladzie w postaci rękopisu, stworzonego słabnącą ręką matki jako pamiątka dla córek. Dziś pani Mariola już nie pisze wskutek znacznego niedowładu rąk. Nadal maluje ustami wspnianie obrazy.

W „Filantropie” w ostatnich zwłaszcza latach ukazuje się sporo wypowiedzi uczestników głównie warsztatów terapii zajęciowej i środowiskowych domów samopomocy. Są to w większości osoby z niepełnosprawnością intelektualną, ale nie tylko. Naszym cenionym autorem jest od lat Zbigniew Strugała, uczestnik WTZ w Czeszewie, w pełni sprawny intelektualnie, który wskutek ciężkiego porażenia mózgowego nie mówi i pisze swoje teksty dotykając klawiatury komputera nosem. Teksty tego autora, podobnie jak prace osób utalentowanych, są dla naszej redakcji tak samo cenne, jak nawet kilkudziano-

Głos tych, którzy milczą



Anna Konopacka, uczestniczka Środowiskowego Domu Samopomocy „Iskra” w Poznaniu:
„To dla mnie bardzo ważne, że mogę się wypisać...”

we informacje osób z niepełnosprawnością intelektualną, które przez swoją niepełnosprawność są narażone na całkowite milczenie. Dlatego to im właśnie jest szczególnie potrzebny własny głos, równie ważny i wartościowy jak głos innych autorów.

Jest to jedna z kardynalnych zasad naszego miesięcznika, którą chętnie realizują WTZ-ety między innymi w Pobiedziskach, Swarzędzu, Owińskach, Konarzewie, Otuszu, Wiardunkach, Chodzieży, Śremie. Także ŚDS-y w tymże Śremie i w Poznaniu. Wśród uczestników są osoby, które wiele potrafią, w tym także interesująco się wypowiadać. Dawid Karpiński, uczestnik WTZ w Pobiedziskach tak pisze: „Śpiewaliśmy całym sercem i energią i rozruszaliśmy całą salę. Cieszyliśmy się, że nasze występy dały ogrom radości nie tylko nam, ale i publiczności. (...) Dla Adriana i Tomka był to debiut na scenie. Chłopaki cieszyli się jak szaleńcy” („Filantrop”, sierpień 2019,

str. 8). Oto wypowiedź Damiana Romańskiego, uczestnika WTZ w Śremie, w tekście pod tytułem „Szewczyka dratewki historia prawdziwa”, w całości jego autorstwa: „Zacząłem poznawać tajniki obsługi maszyn i szycia na niej. Dzięki osobie pani Kasi zacząłem otwierać się na uczestników i terapeutów. Zmieniłem się jako człowiek. Dzisiaj po dwóch latach w śremskim WTZ jestem szczęśliwym człowiekiem” („Filantrop”, maj 2019, str. 41).

Rekordzistą pod względem liczby uczestników publikujących swoje teksty w „Filantropie” jest Środowiskowy Dom Samopomocy „Iskra” w Poznaniu, co świadczy o ich wysokim, społecznym zrehabilitowaniu. Spośród tekstów kilkunastu autorów „Iskry” zacytujemy fragment wypowiedzi Anny Konopackiej: „To dla mnie bardzo ważne, że mogę się wypisać o różnych rzeczach, informacje zbieram w głowie. Dziękuję, że mogę pisać na kartkach i na lapto-

pie w „Iskrze” (...). Dzięki panu Tomkowi mam prawie każdy numer „Filantropa”. Powiedział mi kiedyś: „Aniu, pisz o wszystkim, co się dzieje” – i tak robię. Terapeuci mi pomagają, ale ja też mam pomysły” („Filantrop”, styczeń 2019, str. 29).

Z tekstami wymienionych twórców sąsiadują prace autorów wybitnie literacko utalentowanych. Jest nim wymieniony już wyżej Tomasz Przybysz z Żabna w śremskim powiecie, osoba z nieuleczalną, genetyczną chorobą zwaną postępującym kostniejącym zapaleniem mięśni, twórca unieruchomiony przed komputerem. Jego blogowe zapisy to jedyne tego rodzaju pisarskie świadectwo tej choroby, stworzone przez samego chorego, a jednocześnie niezwykle zwycięstwo nad latami bólu i cierpienia. Zamierzamy, może jeszcze w tym roku, wydać jego zapiski w formie książki.

Wyjątkowym talentem li-

terackim i plastycznym obdarzony jest Zbigniew Nowak z Kołobrzegu, który w 1973 roku doznał złamania kręgosłupa w odcinku szyjnym i całkowitego porażenia, z wyjątkiem z trudem poruszających się palców jednej ręki. Leżąc tworzy powieści i wiersze, także humoreski, w tym znakomite stylizacje językowe. Wszystkie te prace, stanowiące ozdobę „Filantropa”, publikujemy od lat.

Niewidomym publicystą naszego miesięcznika jest Marek Kalbarczyk z Warszawy, prezes Fundacji „Szansa dla Niewidomych”, który konsekwentnie i z pasją prezentuje problemy i potrzeby osób z dysfunkcjami wzroku, wprowadza widzących w ich świat, uczy rozumienia go i włączenia w całość społecznego życia. W „Filantropie” publikuje swoje teksty także Krystian Cholewa, osoba z mózgowym porażeniem dziecięcym, mieszkawca wsi Ścigów (województwo opolskie, powiat Krapkowice). W jego publikacjach możemy prześledzić całą drogę życiową autora, pełną trudu i załamań, z uporem walczącego o swoje miejsce w życiu. Pisze o tym między innymi w artykule „Stawiłem czoła przemocy” („Filantrop”, sierpień 2019, str. 33). Piękne fragmenty poświęcił rodzicom i siostrze – osobom wspierającym go w zmaganiach z losem. Sylwetki osób z niepełnosprawnościami prezentuje w „Filantropie” Monika Janc z Połajewa (województwo wielkopolskie), osoba z dysfunkcją wzroku i słuchu, działaczka Wielkopolskiej Jednostki Wojewódzkiej Towarzystwa Pomocy Głuchoniewidomym.

Nazwiska można by mnożyć. Jest ich przecież, jak wspominałem, kilkaset... Wzję światła osób z niepełnosprawnościami tworzy wiele skrajnie różnych indywidualności, różne utalentowanych i wykształconych, o różnych przekonaniach i doświadczeniach. Ale wszystkich łączy jedno: trudny dostęp do prasy. W większości przypadków całkowity brak własnego słowa pisanego. O takie własne słowa chodzi w „Filantropie”. Już od 25 lat.

MARCIN BAJEROWICZ

W dniach od 27 lipca do 3 sierpnia dwudziestoosobowa grupa osób z niepełnościami – uczestników Klubu Samopomocy w Kleszczewie – przebywała wraz z opiekunami w Ośrodku Rehabilitacyjno-Wypoczynkowym „Polonez” w Dąbkach nad morzem.

Pobyty w tym miejscu był dla tych ludzi niepowtarzalną, uzdrawiającą terapią. Korzystało ze słonecznej pogody, morskiego klimatu pełnego jodu, spacerów piaszczystą plażą z cudownym widokiem na szu-

Niepowtarzalna morska terapia

miące fale. Były też zabiegi fizjoterapeutyczne i zajęcia na basenie, zalecone przez lekarza tego uzdrowskiego Ośrodka.

MIROŚŁAWA RADZIMSKA



FOT. (2X) ARCHIWUM OPS W KLESZCZEWIE

Perła ziemi kaliskiej

Dzień 16 sierpnia przeszło 50-osobowa grupa seniorów z gminy Kleszczewo spędziła w zespole zamkowo-parkowym w Gołuchowie, perle ziemi kaliskiej. Podziwialiśmy zamek z krużgankiem z XVII wieku, dzieło Wacława Leszczyńskiego.

Izabella Czartoryska, żona Jana Działyńskiego, odnowiła zamek i zgromadziła w Gołuchowie kolekcję wspaniałych zbiorów, w tym dzieła sztuki starożytnej, głównie ekspozaty ceramiki antycznej, którą w czasie wojny zrabowali Niemcy, a która dzisiaj wraca do Gołuchowa. Zamek od 1951 roku należy do Muzeum

Narodowego w Poznaniu. Słoneczna pogoda sprzyjała kontemplacji w gołuchowskim parku. Byliśmy też w zagro-

dzie żubrów i w kawiarni „Muzealnej”.

Wycieczka zrealizowana była w ramach projektu „Ak-

tywny Senior w gminie Kleszczewo”, dotowanego przez Wójta Gminy Kleszczewo.

MIROŚŁAWA RADZIMSKA



FOT. ARCHIWUM OPS

Powrót do pracy

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych we współpracy z Zakładem Ubezpieczeń Społecznych oraz Centralnym Instytutem Ochrony Pracy – Państwowym Instytutem Badawczym rozpoczął realizację projektu pod nazwą: „Wypracowanie i pilotażowe wdrożenie modelu kompleksowej rehabilitacji umożliwiającej podjęcie lub powrót do pracy”. Projekt jest finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego oraz przez budżet państwa.

Celem projektu jest aktywizacja zawodowa osób z niepełnosprawnościami oraz umożliwienie im powrotu do pracy. Uczestnikami projektu mogą być: osoby, u których zdiagnozowano schorzenie lub które doznały urazu uniemożliwiającego powrót do pracy, bezpośrednio po zakończeniu leczenia albo rehabilitacji szpitalnej, osoby ze schorzeniami i urazami, których

rehabilitacja szpitalna została zakończona i które wróciły do swojego środowiska zamieszkania, a także osoby z wrodzoną lub nabytą w okresie rozwojowym niepełnosprawnością, które nigdy nie pracowały i przebywają w swoim środowisku zamieszkania, a rodzaj ich niepełnosprawności rokuje możliwość aktywizacji zawodowej. W projekcie mogą brać udział ponadto osoby przebywające w placówkach opiekuńczych, których rodzaj niepełnosprawności rokuje powrót do aktywności zawodowej.

Projekt zakłada wsparcie w trzech modułach: zawodowym (pomoc w uzyskaniu nowego zawodu i otrzymaniu odpowiedniego zatrudnienia przez doradztwo i szkolenia), psychospołeczny (wsparcie emocjonalne i psychoedukacja), medycznym (przez rehabilitację mającą na celu przywrócenie utraconych funkcji lub ich odtworzenie w jak największym możliwym do osiągnięcia stopniu).

Projekt jest adresowany m.in. do osób z niepełnosprawnościami zamieszkujących na terenie województw: wielkopolskiego, pomorskiego, zachodniopomorskiego i kujawsko-pomorskiego. Wsparcie dla osób z tych województw będzie prowadzone w Ośrodku Rehabilitacyjno-Wypoczynkowym „Wielspin” w Wągrowcu. Średni przewidywany czas pobytu osoby zakwalifikowanej do kompleksowej rehabilitacji to 3 miesiące z możliwością jej przedłużenia. Rehabilitacja może odbywać się w trybie stacjonarnym bądź niestacjonarnym. Zakres i formy prowadzonych działań rehabilitacji kompleksowej będzie ustalany indywidualnie dla każdego uczestnika projektu przy jego czynnym udziale.

Dodatkowych informacji o projekcie udziela Patrycja Królak, samodzielny referent do spraw wsparcia i współpracy z pracodawcami Oddziału Wielkopolskiego PFRON, tel. (61) 666 46 10, e-mail: pkrolak@pfron.org.pl *Oprac. KK.*

Ze środków PFRON

Wsparcie doradcy zawodowego dla absolwentów uczelni wyższych i osób na ostatnim roku studiów, posiadających aktualne orzeczenie o niepełnosprawności (lub orzeczenie równoważne) i pozostających bez pracy, oferuje Międzynarodowa Fundacja „Reaxum”. Celem jest m.in. wyrównywanie szans osób z niepełnosprawnościami w dostępie do form aktywizacji zawodowej i społecznej.

Wsparcie realizowane jest w ramach projektu pod nazwą: „GraduatON”, współfinansowanego ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Nadzręcznym celem projektu jest zwiększenie zatrudnienia wśród osób z niepełnosprawnościami, które posiadają wykształcenie wyższe bądź są na ostatnim roku studiów, przez zaplanowanie i wdrożenie indywidualnej ścieżki kariery oraz wprowadzenie ich na rynek pracy.

Uczestnicy projektu, prócz wymienionego wsparcia doradcy zawodowego, mogą liczyć również na wsparcie psychologiczne oraz ciekawe warsztaty z: autoprezentacji, organizacji czasu pracy, komunikacji interpersonalnej i komunikacji w zespole, pracy zespołowej, podziału zadań i odpowiedzialności. Specjaliści nauczą tego, co jest kluczowe przy podejmowaniu i utrzymaniu zatrudnienia.

Ponadto w ramach projektu Fundacja planuje organizację szkoleń z obsługi urządzeń i technologii wspomagających osoby z niepełnosprawnościami w środowisku zawodowym, wsparcie w aktywnym poszukiwaniu pracy, płatne 3-miesięczne staże aktywizacyjne dla 20 najlepszych uczestników projektu i wsparcie opiekunów stażowych. Uczestnictwo w projekcie jest bezpłatne. Realizator projektu pokrywa koszty związane m.in. z profesjonalną obsługą merytoryczną, wynajmem sal szkoleniowych, kosztami ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków, wyżywienia i zakwaterowania.

Szczegółowe informacje na temat projektu uzyskać można pod numerem telefonu: 728 442 860, e-mail: kamila.zarkowska@reaxum.eu i na stronie: <https://reaxum.eu>, w zakładce projektu. *Oprac. KK.*

Pokażą swoje talenty

Oddział Wielkopolski Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych zaprasza do udziału w uroczystym podsumowaniu siedemnastej edycji ogólnopolskiego konkursu plastycznego „Sztuka Osób Niepełnosprawnych”. Wydarzenie odbędzie się 16 września o 11.00 w Bramie Poznania – Interaktywnym Centrum Historii Ostrowa Tumskiego przy ulicy Gdańskiej 2.

Ogólnopolski konkurs plastyczny „Sztuka Osób Niepełnosprawnych”, organizowany przez PFRON, jest jednym z największych przedsięwzięć artystycznych w Polsce, ukierunkowanych na promocję i prezentację dorobku twórczego osób z różnymi niepełnosprawnościami – uczestników warsztatów terapii zajęciowej oraz środowiskowych domów samopomocy, a także miesz-

kańców domu pomocy społecznej.

Etap krajowy poprzedzają etapy regionalne konkursu, podczas których kapituły dokonują wyboru najlepszych prac. Przypomnijmy, że temat tegorocznej edycji konkursu brzmi: „Podróże moich marzeń”. Patronat honorowy nad konkursem objęła Małżonka Prezydenta RP Agata Kornhauser-Duda.

Prace na tegoroczną edycję można było nadsyłać do wojewódzkich oddziałów PFRON do 31 lipca. Podczas uroczystej gali w Bramie Poznania zostaną uhonorowani laureaci i wyróżnieni w następujących kategoriach: malarstwo i witraż, rysunek i grafika, tkanina i aplikacja, rzeźba kameralna i płaskorzeźba oraz fotografia. Zwycięskie prace zostaną zakwalifikowane do etapu ogólnopolskiego. W każdej kategorii przewidziano trzy nagrody pie-

niężne dla placówek zgłaszających prace (I miejsce – 6 tysięcy złotych, II miejsce – 5 tysięcy złotych, III miejsce – 4 tysiące złotych) oraz nagrody dla autorów prac.

W kapitule wielkopolskiego etapu konkursu zasiadli specjaliści z dziedziny sztuki, reprezentujący instytucje kultury oraz wielkopolskie uczelnie wyższe. Do udziału w uroczystym podsumowaniu wielkopolskiego etapu konkursu zaproszeni są uczestnicy wraz z opiekunami placówek rehabilitacyjno-terapeutycznych zajmujących się aktywizacją zawodową i społeczną osób z niepełnosprawnościami. Nagrodzeni zostaną nie tylko laureaci, ale również wszyscy pozostali uczestnicy konkursu. PFRON przygotował dla nich dyplomy, nagrody rzeczowe oraz słodkie upominki. *Oprac. KK.*

Rodzice w kinie i teatrze

Poznańskie Stowarzyszenie „Na Tak” (dawniej Stowarzyszenie Pomocy Osobom z Zespołem Downa) realizuje projekt pod nazwą: „Czas na kulturę. Udział w wydarzeniach kulturalnych – forma opieki wytnienowej”, dofinansowany ze środków Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego. W ramach projektu organizowane są grupowe i indywidualne wyjścia do kin, muzeów i teatrów – dla rodziców i opiekunów osób z niepełnosprawnościami. Projekt potrwa do końca tego roku.

Udział w projekcie jest bezpłatny. Mogą w nim uczestniczyć rodzice i opiekunowie osób z niepełnosprawnościami, sprawujący na co dzień nad nimi opiekę. Wyjścia kulturalne w ramach projektu mogą się odbywać wyłącznie na terenie Poznania. Realizator projektu zapewnia opiekę nad osobami z niepełnosprawnościami podczas wyjść opiekunów na wydarzenia kulturalne. Projekt stanowi pierwszą tego rodzaju próbę włączenia w uczestnictwo w życiu kulturalnym rodziców oraz opiekunów osób z niepełnosprawnościami.

Każdy rodzic lub opiekun osoby z niepełnosprawnością otrzymuje zwrot kosztu biletu zakupionego w celu udziału w seansie, spektaklu czy na koncercie. Osoba z niepełnosprawnością natomiast, bezpłatną pomoc asystenta. Asystent odwiedza miejsce zamieszkania osoby z niepełnosprawnością i zapewnia jej pomoc na czas uczestnictwa rodzica bądź opiekuna w wydarzeniu kulturalnym. Rodzic lub opiekun może również skorzystać z usługi opiekuńczej świadczonej przez Dom Krótkiego Pobytu „Poranek” (szczególnie w sytuacji, gdy miejsce, w którym miałyby być świadczona opieka domowa, znajduje się poza Poznaniem).

Osoby zainteresowane udziałem w projekcie proszone są o zapoznanie się z regulaminem uczestnictwa w projekcie oraz o wypełnienie formularza zgłoszeniowego. Regulamin i formularz można znaleźć na stronie Stowarzyszenia – www.natak.pl. Bliższych informacji udzieli Jakub Kleczek, specjalista do spraw projektów: tel. 665 860 760, e-mail: j.kleczek@natak.pl. Oprac. KK.



Karolina Kasprzak
POZNAŃ

Gmina wiejska Tarnowo Podgórne w województwie wielkopolskim, licząca 16 sołectw, ma znaczące zasługi w rehabilitacji i terapii osób z niepełnosprawnościami. Od 1 sierpnia tego roku, w Tarnowie Podgórnej właśnie, swoją nową siedzibę ma Warsztat

Terapii Zajęciowej „Roktar”, prowadzony przez Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych i Ich Rodzin „Roktar”. Wcześniej Warsztat mieścił się w pobliskiej wsi Baranowo, w obiekcie o powierzchni zaledwie 170 metrów kwadratowych.

Stowarzyszenie „Roktar” działa na terenie gminy Rokietnica i Tarnowo Podgórne od 2008 roku. Zostało powołane w celu tworzenia warunków do rehabilitacji fizycznej, psychicznej i społecznej osób z niepeł-

nosprawnościami. Organizacja wdraża dla nich różne formy aktywności poprawiające społeczne funkcjonowanie, samodzielność i zaradność życiową.

Warsztat Terapii Zajęciowej swoją działalność rozpoczął w 2011 roku. Zajęcia terapeutyczne były prowadzone w budynku przy ulicy Wspólnej 5 w Baranowie, stanowiącym własność prywatną sołtysa tej wsi. Placówka była przeznaczona dla 20 osób z niepełnosprawnościami.

W 2014 roku w Urzędzie



Samodzielne przygotowywanie drugiego śniadania.



Zdobienie pudełka po chusteczkach.

WARSZTAT TERAPII ZAJĘCIOWEJ „ROKTAR” MA NOWĄ SIEDZIBĘ

Więcej miejsca do terapii



Umieć i móc malować obrazy – to dopiero frajda!



Lakierowanie drewna – prawdziwe wyzwanie!

Gminy w Tarnowie Podgórny zorganizowano debatę z udziałem przedstawicieli władz gminnych i powiatowych, podczas której zastanawiano się nad zagospodarowaniem przestrzeni przy ulicy 27 grudnia 8 w Tarnowie Podgórny. Ówczesny prezes Stowarzyszenia „Roktar” Kazimierz Szulc zgłosił zapotrzebowanie na większą siedzibę dla Warsztatu Terapii Zajęciowej.

Obecnie Warsztat działa w obiekcie o powierzchni około tysiąca metrów kwadratowych. Jest to nowy obiekt wybudowany na terenie gminnym i za pieniądze gminy Tarnowo Podgórny. Budynek został zaprojektowany przez Pracownię Architektoniczną „Consultor”, a wykonawcą była firma REMO-BĄCZYK. Koszt inwestycji to 5,5 miliona złotych.

Aktualnie na zajęcia terapeutyczne do Warsztatu uczęszcza 20 osób z niepełnosprawnościami. Od 1 października tego roku liczba ta zwiększy się o dodatkowe 13 osób. W zajęciach biorą udział osoby zamieszkujące na terenie gminy Rokietnica i Tarnowo Podgórny. Budynek posiada sale do zajęć terapeutycznych, kuchnię, w której mieści się pracownia gospodarstwa domowego, salę wielofunkcyjną pełniącą rolę jadalni (można



Podczas zajęć można też wyplatać różne rzeczy...

tę salę wykorzystywać także jako salę muzyczną, teatralną czy konferencyjną). Na piętrze znajdują się natomiast pokoje hostelowe do wykorzystania w przyszłości jako mieszkania treningowe dla 4 osób z niepełnosprawnościami.

W Warsztacie działają następujące pracownie: gospodarstwa domowego, komputerowo-fotograficznego, plastyczno-ceramicznego, technik różnych oraz sala rehabilitacyjna. Od 1 października działalność rozpoczną także pracownie: umiejętności społecznych,

ogrodniczo-porządkowa i krawiecko-artystyczna.

Kierownik Warsztatu Elżbieta Kram podkreśla, że większa przestrzeń stwarza więcej możliwości do terapii i rehabilitacji uczestników. Dzięki zajęciom warsztatowym osoby z niepełnosprawnościami mogą nie tylko aktywnie i twórczo spędzać czas, lecz także nabywać i doskonalić umiejętności przydatne w codziennym życiu oraz zdolności artystyczne. Ściany na korytarzach zdobią ich samodzielnie wykonane prace plastyczne, które prezen-

towali również między innymi w Urzędzie Gminy w Tarnowie Podgórny, na Tarnowskich Termach czy na różnego rodzaju kiermaszach.

Gminna i powiatowa społeczność najprawdopodobniej nigdy nie poznałaby wybitnych talentów twórczych osób z niepełnosprawnościami, gdyby nie działalność Warsztatu i zaangażowanie zatrudnionych w nim terapeutów. Każdy uczestnik posiada jakiś talent czy umiejętność, którą chętnie dzieli się z innymi. Spośród 20 utalentowanych artystycznie uczestników można wymienić choćby Urszulę Galińską, której prace plastyczne publikujemy na stronach 8 i 9 w materiale pod tytułem: „Lubię malować, umiem tańczyć...”. Muzycznym talentem może poszczycić się z kolei Krzysztof Sadek, który zdobył pierwsze miejsce za utwór pod tytułem: „Pytasz mnie”, zaśpiewany podczas finału Powiatowego Przeglądu Twórczości Artystycznej Osób Niepełnosprawnych „Złot Talentów”. Nie mniej uzdolniony wokalnie jest Piotr Iwański. Inni uczestnicy zdobywają z kolei trofea na olimpiadach sportowych, wykonują imponujące fotografie przyrody, które także publikujemy w tym numerze naszego miesięcznika na stronie 36.

Śladami przodków



W pogodny poranek 9 sierpnia grupa 53 osób niepełnosprawnych z osobami towarzyszącymi wyruszyła na zwiedzanie miejsc historycznie i archeologicznie ważnych dla naszego regionu i kraju.

Byliśmy w rezerwacie archeologicznym Biskupinie, odkrytym w 1933 roku. Zwiedziliśmy zrekonstruowaną osadę sprzed sześciu tysięcy lat i obejrzelśmy przedmioty codziennego użytku z tak bardzo dawnych czasów. Przewodnik ciekawie opowiadała o życiu ówczesnych osadników na naszych ziemiach.

W Strzelnie podziwialiśmy Bazylikę św. Trójcy. Ciekawostką w tej świątyni są odkryte podczas prac remontowych w 1946 roku kolumny z piaskowca ozdobione płaskorzeźbą figuralną. Datowane są na drugą połowę XII i początek XIII wieku. Z wypowiedzi kustosa wynikało, że na świecie są jeszcze dwa kościoły, w których występują takie kolumny: we Włoszech i w Hiszpanii. Zdziwiła w tym kościele piękna figura Chrystusa ukrzyżowanego z wyrazem ogromnego cierpienia.

W Kruszwicy zwiedziliśmy kamienną, romańską kolegiatę. Niektórzy uczestnicy pokusili się o wejście na Mysią Wieżę, do której, jak legenda głosi, uciekł przed myszami despotyczny władca Popiel. Wieża ma 32 metry wysokości. Można z niej podziwiać



panoramę obejmującą jezioro Gopło, Półwysep Rzępowski; z dala widać Strzelno, Pradziejów, Inowrocław. Budowlą stanowi pozostałość zamku w Kruszwicy, zbudowanego przez Kazimierza Wielkiego około 1350 roku.

Wyjazd był zrealizowany przez Stowarzyszenie „Pomagani” w Kleszczewie w ramach projektu „Działam w handmade”, dzięki dotacji Wójta Gminy Kleszczewo.

HALINA JEGER



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Urszula Galińska urodziła się 27 grudnia 1988 roku. Od siedmiu lat jest uczestniczką Warsztatu Terapii Zajęciowej „Roktar” w Tarnowie Podgórnym, działającego przy Stowarzyszeniu Osób Niepełnosprawnych i Ich Rodzin „Roktar” w powiecie poznańskim. Samodzielnie szkicuje własne obrazy, a następnie precyzyjnie je maluje swoją niepowtarzalną techniką.

Jej ulubiony dzień tygodnia to poniedziałek, bo wtedy rozpoczynają się zajęcia w Warsztacie. Bardzo chętnie



FOT. (3X) ARCHIWUM STOWARZYSZENIA „POMAGANI”

Pani Iza.

Lubię malować, umiem tańczyć...



Cztery pory roku.

przyjeżdża do WTZ, choć nie lubi rano wstawać. Uwielbia zajęcia w pracowni plastyczno-ceramicznej. Z prac plastycznych najbardziej lubi malowanie.

Jej ulubione kolory to czerwony, zielony i żółty – często używa ich w swoich pracach plastycznych i malarskich. Lubi również wykonywać kartki okolicznościowe ze skrawków i ścinków papieru układając kompozycję, która tworzy ciekawą mozaikę.

Najważniejsi dla Uli są

bliscy i przyjaciele. Ma dużą rodzinę, z którą chętnie spędza czas. Ula dba o swoją figurę i dietę, a jej ulubione potrawy to rosół i kasza we wszystkich postaciach. W chwilach wolnych od obowiązków domowych lubi grać w piłkę nożną, co daje jej wiele radości.

Ula tak mówi o sobie: „Najbardziej lubię malować, umiem tańczyć. Nie wiem, co jeszcze...”

O, lubię też słuchać muzyki”. *na*



Podwodny świat.



Samochód na ślub.



Morze.

W tym roku po raz pierwszy w naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach odbywała się olimpiada sportowa. Zorganizowała ją Eliza, nasza rehabilitantka. Terapeutki zajęciowe przygotowały różne zadania związane z pracowniami. Była zacięta walka między nami.

Konkurencje były różne. Sportowe – drużynowe układanie klocków na czas, nawijanie węża na kij z pończochą na głowie, kuchenne – ubijanie białek, logiczne – wykreślanka, zręcznościowe – wbijanie gwoździ, artystyczne – projektowanie stroju z kartonu i wiele innych. Zwyciężyła drużyna z pracowni komputerowej: Lena, Kuba, Krzysz, Tomek i terapeutka Edyta.

Otrzymaliśmy statuetkę, własnoręcznie zrobione medale i słodycze. Byliśmy zaskoczeni, że wszyscy z naszego Warsztatu tak dzielnie walczyli.

JAKUB KRYGIER
LENA KURKOWIAK
UCZESTNICY W TZ W POBIEDZISKACH

Zacięta walka



Uwielbiam takie wyzwania!



Trzy medale zdobył Patryk Krause, uczestnik Warsztatu Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach, na międzynarodowych Mistrzostwach RaceRunning w Kopenhadze, w Danii, które odbyły się w lipcu tego roku. W zawodach wzięło udział łącznie 112 zawodników reprezentujących 17 krajów. Wyczyny Patryka podziwialiśmy w telewizyjnych transmisjach na żywo.

Emocji i wrażeń było mnóstwo! RaceRunning – to nowa dyscyplina sportu dla osób niepełnosprawnych, wymyślona przez Duńczyków. Biegacz używa trójkołowego roweru bez pedałów. Porusza się, odpychając od podłoża nogami i opierając tułów na specjalnej podpórce.

W RaceRunner's Open Cup 2019 Patryk Krause był dwukrotnie drugi – w biegu na 200 i 400 metrów! Z kolei w CPISRA International Cup 2019 trzykrotnie zajął drugie miejsce – w biegu na 200, 400 i 800 metrów! Dzięki wsparciu oraz ofiarności ludzi, spełniło się jego marzenie o trójkołowym rowerze.

Teraz realizuje się także jako sportowiec.

– Był to mój kolejny samodzielny wyjazd bez opiekuna, tylko z trenerem. Na zawodach poznałem fajnych ludzi. Zawody były bardzo trudne, a sędziowie oceniali nas surowo. Atmosfera była jednak przyjemna i można

było poćwiczyć język. Na zakończenie odbyła się impreza integracyjna dla uczestników. Mam nadzieję, że za rok znów będę mógł uczestniczyć w tych zawodach i startować wśród większej konkurencji. Uwielbiam takie wyzwania! – mówi Patryk. *na.*



Nie jestem inny

Osoby z zespołem Downa, czyli zespołem wad wrodzonych, wywołanym nieprawidłową liczbą chromosomów, coraz częściej zajmują miejsce w przestrzeni publicznej. Realizowane są projekty oraz przedsięwzięcia mające na celu ich rehabilitację, także zawodową. Obecność osób z zespołem Downa coraz wyraźniej zaznacza się w różnych dziedzinach życia społecznego. Mimo to, wciąż nie są dostatecznie akceptowane.

Z inicjatywy Fundacji „Strefa Integracji” w Poznaniu powstało dziewięć zdjęć dzieci z zespołem Downa, które wcieliły się w postaci ze znanych bajek. To projekt pod nazwą: „Nie jestem z innej bajki”, który ma na celu uświadomienie społeczeństwu, że osoby z zespołem Downa chcą żyć na takich samych zasadach i mając takie same prawa jak inni ludzie.

Realizatorzy projektu zwrócili uwagę na rosnący problem z akceptacją inności. Ludziom zazwyczaj łatwiej przejść obok osoby z niepełnosprawnością, niż nawiązać z nią pierwszy kontakt. Tymczasem zwykłe wyciągnięcie dłoni na „dzień dobry” może okazać się wstępem do stworzenia bliższej relacji. Każdy człowiek potrzebuje zrozumienia i szacunku. Osoby z zespołem Downa oraz innymi niepełnosprawnościami – także.

Projekt został dofinansowany ze środków Miasta Poznania, pozyskanych w konkursie „Centrum Wartość Poznania”. Wystawę fotografii można było oglądać na Starym Rynku do 15 września. Fundacja zrealizowała ponadto w ramach projektu warsztaty edukacyjne we współpracy z Centrum Inicjatyw Rodzinnych. Celem warsztatów było zwiększenie świadomości rodziców pełnosprawnych dzieci na temat wyzwań związanych z wychowywaniem osób z zespołem Downa, przełamanie barier i stereotypów, a także zachęta do podejmowania ze zdrowymi dziećmi rozmów na tematy związane z integracją, tolerancją i akceptacją osób z niepełnosprawnościami. *Oprac. KK.*



Robert
Wrzeński
POZNAŃ

„Dawnych Wspomnień Czar” – to tytuł dorocznego organizowanego w Swarzędzu w powiecie poznańskim wydarzenia artystycznego, którego celem jest integracja środowiska osób starszych. Inicjatorem tego przedsięwzięcia jest tamtejszy Ośrodek Pomocy Społecznej. W tym roku spotkanie odbyło się 28 lipca, tradycyjnie na terenie Sceny nad Jeziorem przy Swarzędzkim Centrum Sportu i Rekreacji.

Wystąpiła znana piosenkarka Urszula Beata Kasprzak, polska piosenkarka rockowa i autorka tekstów muzycznych. Mieszkańcy Swarzędza mogli posłuchać na żywo w jej wykonaniu utworów jak: „Konik na biegunach” czy „Dmuchawce, latawce wiatr”. Piosenkarka jest uważana za jedną z największych gwiazd lat 80 i 90, nic więc dziwnego, że przy jej utworach znakomicie bawiło się zarówno młodsze jak i starsze pokolenie.

JAK POTOK PŁYNIE CZAS

Burmistrz Swarzędza Marian Szkudlarek witając słuchaczy przybyłych na koncert „Dawnych wspomnień czar” przypomniał, że już pięć lat minęło od czasu, gdy Zbigniew Wodecki był z nami na tym dorocznym wydarzeniu. Słowa burmistrza o wielkiej gwiazdzie polskiej estrady, która odeszła od nas na zawsze, odebrałem ze wzruszeniem i zadumą nad upływem czasu. Wróciły wspomnienia... Mieliliśmy okazję wysłuchać piosenek Urszuli Kasprzak, dzisiaj odbieranych przez seniorów ze szczególnym sentymentem. Cała sala śpiewała razem z Urszulą jej wciąż pamiętane hity. Miałem wyjątkową okazję zrobić sobie fotkę z gwiazdą naszego koncertu.

MICHAŁ OGONIAK

Melodie minionych lat

Podczas niedzielnego popołudnia widownię oczarował także zespół „No To Co”. Jest to tak zwana grupa skifflowa. Skiffle to rodzaj muzyki folk, z wykorzystaniem jazzu i bluesa, która jest wykonywana na przykład na instrumentach zrobionych z przedmiotów codziennego użytku jak grzebień czy garnek. Ten improwizatorski gatunek muzyki również spodobał się publiczności. Zespół wykonał utwory jak: „Pożar w Kwaśniewicach”, „Po ten kwiat czerwony” i „Gdy byłem małym chłopcem, chciałem być żołnierzem”.

Wydarzeniu towarzyszyła wystawa prac uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w Swarzędzu. Można było również obejrzeć prace plastyczne seniorów z Klubu Młodych Duchem. W przygotowanie ekspozycji zaangażowało się Centrum Aktywności Seniora oraz Dzienny Dom „Senior-Wigor” w Swarzędzu.



Uczestnicy wydarzenia.



Występ Urszuli Beaty Kasprzak.

FOT. (3X) ROBERT WRZEŃSKI



Koncert spotkał się z zainteresowaniem.

20 lipca członkowie Stowarzyszenia „Promyk” wraz z rodzicami i opiekunami wyruszyli z Konarzewa na siedmiodniowy pobyt w ośrodku wczasowym „Zem-Tourist” w malowniczej miejscowości Pustkowo nad morzem. W turnusie uczestniczyło ponad 70 osób.

Po kilkugodzinnej podróży i rozpakowaniu bagaży wyruszyliśmy na spacer, aby przywitać się z morzem. W ciągu tygodnia mogliśmy wypocząć i zregenerować siły po pracowitym roku. Prezes Bogdan Maćkowiak zadbał, aby uatrakcyjnić nasze wczasy. Odbywaliśmy piesze wycieczki po okolicznych miejscowościach. Podczas integracyjnego ogniska organizowane były gry i zabawy. Korzystaliśmy z basenu na terenie ośrodka. Sprzyjała nam upalna pogoda. 27 lipca ostatni raz przyjrzelśmy się morzu, po czym ruszyliśmy w drogę powrotną do naszych domów.

Nasz nadmorski wypoczynek został dofinansowany ze środków Powiatu Poznańskiego.

ALEKSANDRA TONDER
UCZESTNICZKA W TZ „PROMYK”
W OTUSZU

Tydzień nad morzem



FOT. (5X) ARCHIWUM W TZ „PROMYK”



Tropem mapy – do „Stojedynki”

Na skwerku przy ulicy Ognik w Poznaniu 16 czerwca odbył się piknik rodzinny, w którym udział wzięli mieszkańcy w różnym wieku: dzieci, młodzież, dorośli, osoby starsze. Organizatorem wydarzenia była Fundacja „Malta” z partnerami: Radą Osiedla Grunwald Północ, Zespołem Szkół Specjalnych nr 101 i Biblioteką Raczyńskich. W bogatym programie były między innymi takie atrakcje, jak osiedlowe mistrzostwa gry w kapsle i konkurs na najlepszy sernik grunwaldzki.

Ponadto uczestnicy pikniku, wraz z przewodniczką – „zbieraczką historii”, wyruszyli też na wspólny spacer, kierując się przygotowanymi przez Fundację „Malta” mapami sentymentalnymi w rękach. Szli tropem jej punktów, słuchali opowieści, doświadczali sąsiedzkich więzi i atmosfery dzielnicy Grunwald Północ.

Jednym z ważnych punktów spaceru był powstający ogród sensoryczny ZSS nr 101, na który podczas kiermaszu zbierano fundusze. Prezentowano przedmioty dekoracyjne i pamiątkarskie oraz wyroby powstające podczas warsztatów florystycznych dla mieszkańców „Natura zamknięta w szkole”. Na kiermaszu można było spotkać uczniów, rodziców i nauczy-

cieli z ZSS nr 101, posłuchać opowiadań o Szkole i wspomnień na jej temat, a co najważniejsze, wesprzeć szkolną

społeczność w działaniach na rzecz tworzenia ogrodu sensorycznego.

MARIA GAWRON



Warsztaty florystyczne.



Powstała mapa sentymentalna „Grunwald Północ”.



FOT. AGNIESZKA OLSZEWSKA



W siedzibie Fundacji im. Królowej Polski św. Jadwigi w Puszczykowie w dniach 22-26 lipca odbyła się pierwsza edycja warsztatów animacji poklatkowej z udziałem osób z niepełnosprawnościami i dzieci. Realizatorem projektu współfinansowanego przez Samorząd Województwa Wielkopolskiego pt. „I Ty możesz być jak Disney!” jest wymieniona Fundacja, a partnerami warsztaty terapii zajęciowej „Przyjaciele” i „Koniczynka” w Poznaniu, Zakład Aktywności Zawodowej w Słupcy oraz Przedszkole „Chatka Kubusia Puchatka” w Puszczykowie.

Kształtowanie pozytywnych postaw w stosunku do osób z różnymi niepełnosprawnościami wśród dzieci w wieku przedszkolnym odbywać się będzie z wielkim powodzeniem przez wspólne działania artystyczne: udział w warsztatach animacji poklatkowej z plasteliny i wydzieranek papierowych. Warsztaty obejmą wspólne stworzenie scenariusza nawiązującego do literatury (w tym przypadku był to wiersz „Mucha” Jana Brzechwy), przygotowanie z plasteliny i papieru scenografii, postaci bohaterów, ich animację, nagranie dźwięków i głosów oraz montaż filmu wraz z jego udźwiękowieniem. Rezultatem warsztatu będzie kilkuninutowy film animowany.

W całym przedsięwzięciu weźmie udział 30 osób: 15 dorosłych z niepełnosprawnościami z warsztatów terapii zajęciowej i zakładu aktywności zawodowej oraz 15 dzieci z najstarszej grupy przedszkolnej, które będą animowały poprzez 3 edycje warsztatów popularne w dziesięcioosobowych zespołach. Forma filmu animowanego jest formą najprostszą, zrozumiałą dla dziecka, najlepiej do niego przemawiającą, do której jest przyzwyczajone, oglądając na co dzień bajki.

Pomysłodawcom przedsięwzięcia, zgodnie z mądrością

FOT. (2X) MARIA GAWRON

Bądź jak Disney



Uczestnicy warsztatów z WTZ „Przyjaciele” i z Przedszkola „Chatka Kubusia Puchatka” w Puszczykowie.



Logo projektu.

ludową „czym skorupka za młodu nasiąknie tym na starość trąci”, towarzyszy przekonanie, że zaszczepienie zachowań, modelu postrzegania świata i komunikowania się z innymi ludźmi u tak małych dzieci jest kluczowe w rozwoju człowieka i kształtowaniu jego postaw.

Osoby z niepełnosprawnością, szczególnie intelektualną, mogą w łatwy sposób współuczestniczyć w warsztatach z dziećmi w wieku przedszkolnym, ponieważ plastelina – materiał użyty w warsztatach jest wdzięcznym, prostym tworzywem do kształtowania, dającym łatwość autoekspresji i kreatyw-

ności. Warsztaty mają też wymiar terapeutyczny – poprzez podniesienie zdolności manualnych (ugniatanie plasteliny), rehabilitacyjny (niwelacja częstych przykurczy przy niepełnosprawnościach sprzężonych), wreszcie komunikacyjny (wspólna praca wymaga komunikacji, wymiany zdań, pomysłów).

W ramach projektu planowane jest także wydarzenie integracyjne, podczas którego zaprezentowane zostaną stworzone filmy. Zobaczą je nie tylko autorzy, ale także rodzice, opiekunowie, inne dzieci z przedszkola, społeczność lokalna w Puszczykowie. Pokaz filmów i spotkanie z

ich twórcami zaplanowano na 3 października o godzinie 12.00 w siedzibie Fundacji im. Królowej Polski Św. Jadwigi w Puszczykowie.

„Filantrop” objął projekt „I Ty możesz być jak Disney!” patronatem medialnym.

NATASZA CYRULIK



Wolontariusz w koszulce projektowej.



Przedszkolaki i trenerka warsztatów przy tworzeniu scenografii.

Kreatywne kręgle

27 czerwca uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Wiardunkach (gmina Ryczywół) wzięli udział w zawodach kręglarskich w miejscowości Podanin (powiat chodzieski). Była to nagroda za osiągnięcia sportowe i angażowanie się w życie Warsztatu. Nagrodzonym towarzyszyli opiekunowie.

Zawodników podzielono na

pięć grup, każdej przydzielono opiekuna. Zabawa była wspólna, wszyscy bawili się doskonale, nie brakowało emocji związanych z grą. Niemal nie milkły okrzyki radości towarzyszące każdemu zbić kręgli. Technik zbijania kręgli było dużo, każdy uczestnik mógł się popisać kreatywnością w tej dziedzinie.

AGNIESZKA REWERS



FOT. (2X) SŁAWOMIR SIERAKOWSKI



Marek Kalbarczyk
WARSZAWA

W poprzednim numerze przypominałem dwie metody udostępniania niewidomym muzeów i zabytków. Oczywiście, nie do końca sprawiedliwie nazwałem je starą i nową, nie zważając na ich jakość. „Stara” metoda jest „stara jak świat”, a nowa ucieczyła nas swoim istnieniem na przełomie XX i XXI wieku.

Stara to po prostu dobry przewodnik, który bardzo dużo wie i chce niewidomym pokazać wszystko, co może – pozwolić dotykać, albo nawet podać do rąk. Nowa jest technologiczna i wykorzystuje dla przekazania informacji technikę audio oraz tyflografikę. Obie metody są wartościowe i najlepiej, gdy ze sobą współistnieją. Niestety, rzadko się to zdarza. Najczęściej zarządcy obiektów uważają, że nie mają dostatecznie dużo funduszy, by dogodzić niewidomym zwiedzającym i poprzestają na metodzie starej.

Ba, żeby gwarantowało to sukces. Niekoniecznie! Często tamtejsi przewodnicy nie dysponują właściwą i bogatą wiedzą oraz nie potrafią zwerifikować, które eksponaty czy dzieła sztuki można dotykać, wobec czego wolą nie pokazywać nic. Podobnie jest w obiektach, gdzie stosuje się najnowszą technologię, gdzie pozostaje w mocy negatywna ocena niektórych przewodników. W skansenie w Masłomęczu nie było żadnej technologii dostępowej przeznaczonej dla niewidomych, ale był wspniany przewodnik, dzięki któremu zobaczyłem naprawdę bardzo dużo. Nie mogłem więc narzekać. Podobnie było w Tarnobrzegu – zarówno w muzeum siarki, jak i Zamku Tarnowskich w Dzikowie. Brak rozwiązań technicznych rekomensowali bardzo empatyczni przewodnicy. Wtedy niewidomi zapominają o technologii. Bez przesady bowiem – gdy mamy co oglądać i dowiadujemy się o zgromadzonych eksponatach, historii, dziełach sztuki i ich autorach, o architekturze – jesteśmy zadowoleni.

Mówi się, że niewidomi są roszczeniowi. I rzeczywiście, często się to zdarza, jednak nie można sprowadzić całego

naszego środowiska do takiego określenia. Jesteśmy różni. Osoby wymagające potrafią przesadzać i chcieć za wiele. Gubią wycucie granicy dobrego smaku. Wtedy chcą dostać od świata widzących tyle, że przestaje to być realne. Inni jednak podporządkowują się rzeczywistości i cieszą z tego, co jest dostępne. Im wystarcza dobry przewodnik, albo chociażby część niezbędnych dostosowań, a co dopiero, gdy jest to i to.

W Tarnobrzegu byłem zachwycony. I były ku temu liczne powody. Wyjechałem z Warszawy najpierw do Zamościa, następnie do Sandomierza, by właśnie stamtąd wpaść do muzeum siarki i na Zamek Tarnowskich. Wyjechalismy rodzinnie, a więc z żoną i najmłodszym synem, i trudno o lepsze towarzystwo. Tak się składa, że wszyscy troje naprawdę interesujemy się historią, zabytkami, muzeami, dziełami sztuki. Dla takich turystów jak my ważne jest, czy mamy możliwość zapoznania się ze szczegółami o miejscach, do których docieramy. Dla nas kieszpis przewodnik lub obiekt źle prowadzony, nie dający szansy zapoznania się z nim, podlega ostrej krytyce. Wprost przeciwnie, gdy zarządcy dbają o gości. A właśnie tak jest w Zamku, o którym opowiadałem.

Zaparkowaliśmy na parkingu w obrębie obiektu. Nie było tłoku, co akurat mnie nie cieszy. Turysty mogliby bardziej doceniać i szanować nasze zabytki, co ułatwiłoby ich finansowanie i rozwój. Niestety, mało turystów to mało funduszy i wszystko gorszej jakości. Przeszliśmy do wejścia głównego, gdzie przywitano nas bardzo miło. Gospodynie zorientowały się, że jestem niewidomy, z którego to powodu zawsze mam o wiele łatwiej – wtedy również. Wszystko się liczy: ilość informacji przekazanych słownie, podejście do wszelkich drobiazgów, które ułatwiają lub utrudniają zwiedzanie itd. Ważne jest jak najmielsze przyjęcie, bo to ośmiela turystów, a chociażby w kwestii ewentualnego posiłku, a przecież po dwóch godzinach zwiedzania chce się coś zjeść (jeśli to możliwe, na miejscu), odpoczynku, toalet itd. Jak się okazało, każdy kto zakupuje bilety w nawet niewielkiej grupce osób, a nas było tylko troje, dostaje przewodnika. Zaraz się pojawił, taki miły, młody

Nie ma jak wyrozumiały i mądry przewodnik



Zamek Tarnowskich.

gość, który się przedstawił. Od razu wiedzieliśmy, że będzie ciekawie. Nie ma jak przewodnik, który fascynuje się swoją pracą i obiektem, po którym oprowadza.

Zamek Tarnowskich to niebywała rezydencja rodu herbu Leliwa. W pierwotnym kształcie był wybudowany w XV wieku, następnie, jak wiele innych, wielokrotnie przebudowywany i rozbudowywany, m.in. w XVII i XVIII wieku. W wyniku spłotu różnorodnych wydarzeń, okoliczności i decyzji został przekształcony w rezydencję pałacową, a następnie muzeum. Tarnowscy zgromadzili tam kolekcję, na którą składały się dzieła malarstwa europejskiego z XVI – XVIII wieku, biblioteka starodruków oraz archiwum rodowe. Uzupełniały ją cenne pamiątki po polskich bohaterach i znanych postaciach historycznych, m.in.: hetmanie Janie Tarnowskim, księciu Józefie Poniatowskim, a nawet samym cesarzu Napoleonie Bonaparte. Można było oglądać obrazy Rembrandta, Van Dycka, Tycjana, Carracci, podziwiać dzieła Jana Matejki, Juliusza i Wojciecha Kossaków, Jacka Malczewskiego, Henryka Rodakowskiego, Leona Kaplińskiego i Kazimierza Pochwalskiego.

Chyba największe wrażenie zrobiła na mnie informacja, że w Zamku przechowywano rękopis „Pana Tadeusza” Adama Mickiewicza. Co jeszcze? W specjalnej sali prezentowany był zbiór rękopisów i starodruków z dawnej Biblioteki Jana Feliksa Tarnowskiego, m.in. najstarszy odpis Kroniki Wincentego Kadłubka, Statuty Wiślickie Kazimierza Wielkiego i rękopis „Zemsty” Aleksandra Fredry. Uf, jak gorąco – z emocji oczywiście.

Wędrowkę po Zamku, który subiektywnie odbierałem raczej jako pałac, zainicjowaliśmy przy kasie biletowej, tuż przy głównym wejściu. Było gdzie chodzić – wiele sal i korytarzy, a wszędzie coś interesującego. Artykuł nie jest jednak temu poświęcony. Gdyby ktoś chciał się zapoznać z tym obiektem, należy tam pojechać – naprawdę warto, albo przynajmniej poczytać o nim w Internecie. Ja chcę jedynie powiedzieć, jakie znaczenie z punktu widzenia niewidomego zwiedzającego ma dobry przewodnik i jakimi cechami powinien dysponować. Ma więc być taki, jak przewodnik w tym Zamku: bardzo otwarty, miły, kompetentny, zafascynowany architekturą i dziełami, które tam się znajdują, ale także samym faktem, że ma przyjemność o nich mówić i je pokazywać. Musi być rozmowny, by nie rzec kolokwialnie – gadatliwy. Musi także wiedzieć, co może być dotykane, a czego dotykać nie wolno. Ważny jest

każdy niewidomy gość, ale jego prawa nie mogą kolidować z bezpieczeństwem zbiorów. One muszą trwać i być dostępne także dla naszych potomków – za sto, dwieście i więcej lat.

Nasz przewodnik opowiadał o Zamku przez niemal dwie godziny (to naprawdę dużo), o tym, że w tych murach miały miejsce ważne wydarzenia historyczne, m.in. Konfederacja Dzikowska z roku 1734, Zjazd Konserwatystów w roku 1927 i inne. W tamtejszej Kaplicy powstał kult cudownego obrazu Matki Boskiej Dzikowskiej. W otoczeniu Zamku znajdują się relikty fortyfikacji bastionowych z XVII wieku, park krajobrazowy z przełomu XVIII i XIX wieku, zespoły kuchni,

ujeżdżalnia koni i powozownia.

Wreszcie wróciliśmy do punktu wyjścia, zapytaliśmy o to, o co chce zapytać każdy turysta, a na koniec dowiedzieliśmy się o czy to kawiarni, czy to restauracji, która znajduje się poniżej. Zmęczeni i zgłodniałi udaliśmy się tam. Każdy musi tam wpaść! To niesamowite miejsce – cudowny zabytek i cudowne hiszpańskie posiłki! Sałatki, kanapki na pieczonej bułce, albo bagietce: z długo dojrzewającą szynką, tuńczykiem, wędzorem, serem kozim lub łososiem, z takimi dodatkami, że można o nich śnić po nocach. Do tego dwie zupy, przede wszystkim gaspacho i salmorejo – niesamowity andaluzyjski krem.



Makieta.

Siostrze zawdzięczam...

Osoba niepełnosprawna ze względu na swój stan zdrowia i bariery, jakie napotyka, nie ma łatwego życia. Ale również jej w pełni sprawne rodzeństwo także miewa gorzej w życiu. A to dlatego, że bratu lub siostrze niepełnosprawnego rodzice poświęcają mniej czasu. Na dodatek muszą szybciej stać się osobami dorosłymi, gdyż często na nich spada część obowiązków związanych z opieką nad osobą z niepełnosprawnością. Muszą po prostu pomóc rodzicom.

Tak też było w moim przypadku. Moja starsza o sześć lat siostra musiała pomóc mamie nie tylko w opiece nade mną, ale także nad starszą ciocią, która mieszkała z nami. Na początku, zaraz po moich narodzinach, podobno siostra nie była zadowolona, gdyż zawsze chciała mieć siostrę, a tu na świat przyszedł jej braciszek.

Siostrze zawdzięczam bardzo dużo. Na początku mojego życia woziła mnie na wózku. Nie było to dla niej łatwe, gdyż zacząłem samodzielnie chodzić dopiero w wieku czterech lat, po operacji, a ponadto w tym czasie byłem bardzo otyły.



Moja siostra i ja.

Siostra towarzyszyła mi także, gdy byłem na operacji w Krakowie. Miała wtedy zaledwie 10 lat. Wyjeżdżała również ze mną i z mamą na rehabilitację, by pomóc jej w podróży i ośrodku rehabilitacyjnym. Ojciec w tym czasie musiał zarabkować na rehabilitację. Gdy zacząłem naukę w szkole, to właśnie moja siostra była dla mnie, obok mamy, drugim

nauczycielem. Zawsze miała czas, by tłumaczyć mi matematykę.

Czasami byłem bardzo oporny na wchłanianie wiedzy, więc siostra bardzo potrzebowała cierpliwości. Niekiedy musiała na siłę wbijać mi wiedzę; najważniejsze, że poskutkowało. Moja siostra jest zawsze pogodna i pracowita. Lecz sama od 18 lat zmaga się z reumatoidalnym zapaleniem stawów, więc życie jej nie rozpieszcza.

Jest mężatką, mieszka kilka kilometrów od nas. Często się spotykamy, mamy ze sobą bardzo dobry kontakt. Do siostry zawsze mogę się zwrócić, gdy mam jakiś problem. Jest dla mnie duży wsparciem.

Rodzeństwo osób niepełnosprawnych zawsze ma pod górkę. Ma dużo obowiązków, mało czasu wolnego, a o kieszonkowym raczej mogą zapomnieć, gdyż cały budżet domowy jest przeznaczany na rehabilitację. Czasami też miewają trochę żalu do losu, dlaczego zawsze są z boku, na drugim miejscu. Ale to oni są podporą dla rodziny. Często zapominani, stoją w tle rodziny z osobą niepełnosprawną.

KRYSTIAN CHOLEWA

„Smartfonowi zombi” – Stak określani są ludzie idący ulicą, którzy bezrefleksyjnie patrzą w swoje telefony. Jeszcze dziesięć lat temu nikt w Polsce o takim określeniu nie wiedział. Dziś nie trzeba wyteżać wzroku, bo miasta, a w nich ulice, centra handlowe, skwery i parki pełne są takich właśnie „zombi”. Ludzie ci, nieobecni, bez kontaktu wzrokowego, z słuchawkami w uszach, wpadają pod tramwaje i samochody.

Uzależnienie od smartfonu w ostatnich latach przybrało na sile. Zwiększa się liczba osób, które nie wyobrażają sobie wyjścia z domu bez przenośnego urządzenia, nawet jeśli jest to wyjście do pobliskiego sklepu czy na spacer. Naukowcy mówią nawet o tak zwanej „no mobile phobii”, czyli strachu przed brakiem telefonu. Osoby nią dotknięte odczuwają silny niepokój, gdy nie mogą sprawdzić w smartfonie, czy nadeszła nowa wiadomość e-mail albo czy pojawił się nowy post na którymś z portali społecznościowych. Największym „bólem” jest dla nich przekroczenie limitu danych do wykorzystania w pakiecie Internetu oferowanym przez operatora sieci. Pośpiesznie szukają wtedy łączności z WiFi, czyli Internetem niezależnym od operatora sieci komórkowej. Jeśli są akurat w miejscu, gdzie nie ma WiFi lub zasięg jest słaby, pojawia się niepokój, nerwowość, a w skrajnych przypadkach – panika. Takie same reakcje zachodzą u osób uzależnionych od smartfonu, kiedy rozładuje się bateria. Smartfon nie służy wyłącznie do wykonywania i odbierania połączeń oraz wymiany wiadomości tekstowych. Ma wbudowany aparat fotograficzny, kalendarz, alarm, nawigację, notatnik, pocztę e-mail, aplikacje MS Office i społecznościowe, przeglądarkę stron internetowych i wiele innych aplikacji, na przykład do oglądania filmów czy słuchania muzyki. Jest też całe mnóstwo gier do pobrania ze sklepu Google Play. To sprawia, że większość ludzi bez telefonu czuje się jak bez ręki. Nie ma w tej konkluzji przesady.

Na kompulsywnym, czyli niekontrolowanym używa-



Pamiątka ślubna. Moja siostra z mężem, moi rodzice i ja pośrodku.

FOT. (2X) ARCHIWUM PRYWATNE

Pokolenie smartfonowych zombi

niu smartfonów, korzystają ich producenci i operatorzy sieci komórkowych. Tych ostatnich nie musimy nawet pytać – kiedy mamy telefon na abonament, a zbliża się termin zakończenia umowy, sami z siebie odpowiednio wcześniej zadzwonią, aby poinformować nas o „re-welacyjnej ofercie” z ekstra szybkim Internetem w pakiecie danych 10, 15, a nawet 100 GB do wykorzystania na jeden miesiąc, a do tego jeszcze o nowiusieńkim modelu smartfonu na raty w ramach nowej umowy. Grzech nie skorzystać.

Uzależnić się może każdy. Nie ma na to wpływu wiek, płeć, status materialny, wykształcenie, stan zdrowia lub sytuacja rodzinna. Określenia „smartfonowi zombi” użyto w realizacji kampanii społecznej Tramwajów Warszawskich – „Odłóż smartfon i żyj”, mającej na celu zwrócenie uwagi pieszych na ich bezpieczeństwo. Kampania dobitnie pokazała też skalę problemu, jakim jest uzależnienie od smartfonu. W tramwajach i autobusach coraz mniej ludzi czyta książki, a coraz więcej zapatrzonych jest w ekrany telefonów. Problem ten nie dotyczy wyłącznie naszego kraju. W mieście Xi'an w Chinach, w okolicy jednego z centrów handlowych, wyznaczono specjalną ścieżkę dla pieszych z głowami pochylonymi nad ekranami smartfonów.

Nowinki technologiczne otwierają wiele możliwości, upraszczają załatwianie codziennych spraw. Dzięki smartfonom w każdym miejscu i czasie mamy dostęp do najważniejszych informacji z kraju i świata. Nie musimy siedzieć w biurze, aby załatwić ważne sprawy ani pokonywać choćby kilku kilometrów, żeby uczyć się języków obcych czy obsługi programów komputerowych. Zalecane smartfonów są aplikacje o tematyce zdrowia, dzięki

którym można krok po kroku sprawnie przeprowadzić na przykład resuscytację krążeniowo-oddechową lub szybko wezwać pomoc w razie wypadku. Inna przydatna aplikacja mobilna to mObywatel – bezpłatna rządowa aplikacja umożliwiająca dostęp do elektronicznych dokumentów i usług. Smartfon to dobry wynalazek, dzięki któremu możemy poszerzać swoje kompetencje cyfrowe. Trzeba jednak rozsądnie z niego korzystać, a tego, niestety, większość użytkowników nie potrafi.

Uzależniają nie tyle smartfony, co zainstalowane na nich aplikacje, głównie te o charakterze rozrywkowym oraz gry. Jak to się dzieje, że wielu ludzi godzinami potrafi przesuwac kciukiem po ekranie w poszukiwaniu coraz nowszych informacji? Uzależnienie od smartfonu zaliczane jest do uzależnień behawioralnych. Adam Alter, amerykański psycholog społeczny w swojej książce „Uzależnienia 2.0 Dlaczego tak trudno się oprzeć nowym technologiom” wyjaśnia, że na uzależnienie behawioralne składa się sześć czynników: cel, który zdaje się być w zasięgu ręki, pozytywna reakcja na nasze działania, która jest nieprzewidywalna i której nie sposób się oprzeć, świadomość czynionych postępów, rosnący stopień trudności stawianych nam zadań, problemy wymagające rozwiązania i silne więzi społeczne.

Niekontrolowane korzystanie ze smartfona, czyli kompulsywne sprawdzanie przy pomocy aplikacji powiadomień, wiadomości i treści, powoduje że w mózgu zachodzą niekorzystne zmiany przyczyniające się do pogorszenia zdolności koncentracji, a więc uczenia się i zapamiętywania. Osoba uzależniona od smartfona zaniedbuje codzienne obowiązki, nie skupia się na tym, co ma do zrealizowania

w swoim życiu, bo jej myśli obsesyjnie krążą wokół newsów pojawiających się w aplikacjach.

Alter pisze, że: „popularny serwis społecznościowy Instagram, podobnie jak wiele innych, jest studnią bez dna. Facebook bez końca przesyła na konta użytkowników nowe treści, Netflix automatycznie przechodzi do kolejnego odcinka w danej serii filmów, a Tinder zachęca, aby przesuwali bezustannie kciukiem w prawo lub lewo w poszukiwaniu jeszcze lepszego kandydata bądź kandydatki na randkę”. Właśnie te aplikacje najbardziej uzależniają, bo użytkownikom z minuty na minutę towarzyszy silna pokusa sprawdzenia przy pomocy smartfonu, co ważnego dzieje się u znajomych z Facebooka lub czy ktoś nowy polubił albo skomentował zdjęcie dodane na Instagramie. Jak wyjaśnia autor książki, spirale uzależnienia podkreślają cyfry, bo to od nich w znaczącej mierze jesteśmy zależni. Owa „fiksacja na liczby” – jak określa ją autor – spowodowała, że wciąż chcemy więcej i więcej. Postęp technologiczny przyniósł wiele pozytywnych zmian w naszym codziennym życiu, ale przyczynił się również do tego, że wyznacznikiem wartości są obecnie lajki (polubienia), retweety (udostępnienia treści) i komentarze. To na ich podstawie nasi znajomi kształtują opinię o nas, a nie na podstawie tego, jacy jesteśmy i co dobrego zrobiliśmy albo co planujemy zrobić dla innych.

Nie napawa optymizmem widok rodziców i kilkuletnich dzieci przechadzających się po parkach i urokliwych alejkach leśnych ze smartfonami w dłoniach. Prawie każde takie dziecko ma swój własny smartfon, a w nim swój własny wirtualny świat. Realny nie istnieje, a jeśli istnieje, prędzej czy później stanie się mało waż-

ny. Rośnie kolejne pokolenie „pochylonych głów”. Jeśli my, dorośli łatwo tracimy kontrolę nad częstotliwością używania smartfonu, dziecko traci ją dwu, albo nawet trzykrotnie, szybciej. Kupując dziecku smartfon otwieramy mu dostęp do nowoczesnych technologii, ale pozbawiamy je nauki ważnych umiejętności społecznych – nawiązywania i podtrzymywania relacji z rówieśnikami, komunikowania się, rozwiązywania konfliktów, a ponadto możliwości rozwijania sprawności manualnej i nawyku aktywności ruchowej. Kiedy dziecko otrzyma swój pierwszy smartfon, nie będzie chciało rozmawiać ani bawić się z rówieśnikami, bo wszelkie formy rozrywki znajdzie w tym właśnie urządzeniu – gry, aplikacje, muzykę, komunikatory internetowe, dzięki którym można bezpłatnie wysyłać wiadomości. Swoich emocji nie będzie potrafiło w przeszłości wyrazić słowami, jeśli nauczy się wyrażać je wyłącznie przez wysyłanie tak zwanych „emotikon”, czyli symboli graficznych.

Na uzależnienie od smartfonu najbardziej podatni są ludzie młodzi, choć tak naprawdę wszystkie grupy społeczne są zagrożone, bo – jak pisze Alter – „Każdego i każdą z nas od uzależnienia dzieli tylko jedno urządzenie lub doświadczenie”. Z przeprowadzonych badań wynika, że aż 70 procent nastolatków jest uzależnionych od smartfonów i Internetu, a problem uzależnienia od urządzeń mobilnych dotyka coraz większą liczbę ludzi na całym świecie. Nie bez znaczenia jest edukacja na temat rozsądnego wykorzystywania urządzeń mobilnych w codziennym życiu, a także na temat zagrożeń, które są z nimi związane, aby nie szkodziły oraz nie powodowały zależności psychicznej.

KAROLINA KASPRZAK

Do szkoły specjalnej czy powszechnej?

Do jakiej szkoły podstawowej wysłać dziecko z niepełnosprawnością? To zawsze jest dylemat. Wybór zależy od rodzaju dysfunkcji. Dlatego przed przyjęciem do szkoły powszechnej dziecko trzeba zbadać w poradni psychologiczno-pedagogicznej i tu znaleźć pomoc w podjęciu decyzji.

Jeżeli jest to niepełnosprawność intelektualna, to – z całym szacunkiem dla dziecka i jego rodziców – taki uczeń powinien trafić do szkoły specjalnej. Rzecz w tym, że żaden z nauczycieli wychowawców nie będzie mógł poświęcić mu niezbędnego czasu, prowadząc zajęcia z całą klasą uczniów w pełni sprawnych.

Moja edukacja szkolna rozpoczęła się 1 września 1993 roku. Wtedy w szkołach nie było jeszcze programu do pracy z uczniem ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Ówczesny dyrektor szkoły podstawowej chciał mnie odroczyć, ponieważ nie jestem z miesiąca grudnia. Lecz rodzice zdecydowali, że zacznę edukację ze swoim rocznikiem. Inaczej będę miał cały rok do tyłu. Nauka w szkole na początku szła mi dosyć opornie. Moi rodzice i siostra bardzo dużo mi pomagali w klasach początkowych.

Moja mama codziennie mnie zawoziła i przywoziła



W mojej Szkole Podstawowej w Racławiczkach.



W skupieniu odrabiałem zadania domowe.

przez sześć lat do szkoły podstawowej oddalonej o trzy kilometry, ponieważ w moim miejscu zamieszkania szkoły nie było. Na dodatek lekcje w kla-

sach 1-3 odbywały się na piętrze. W tych czasach o windzie w szkole wiejskiej nie było mowy. Mama musiała mi pomóc wejść, a po lekcjach znowu zejść. Potem już sam schodziłem ze schodów. Nie jeden raz zostałem z nich zepchnięty niechcący. Mama, gdy się o tym dowiadywała, była bardzo zmartwiona, ale chciała, żebym chodził do normalnej szkoły podstawowej i miał kontakt z uczniami.

Największe problemy w szkole podstawowej miałem z matematyką, geometrią i plastyką, ale miałem bardzo wyrozumiałą panią. Wiedziała, że malarzem artystycznym nie będę. Z pisanem liter w zeszycie też miałem duże problemy. Wyjeź-

dzałem poza linie i kratki. Lata ćwiczeń sprawiły, że zacząłem pisać ładnie. Dobry wpływ na moją edukację miało zaangażowanie przedszkolanki, która już w nauczaniu przedszkolnym po zakończonych zajęciach przekazywała mojej mamie wskazówki, nad czym pracować. Gdybym tych umiejętności nie opanował w przedszkolu, to w szkole podstawowej miałbym duże zaległości i mógłbym nie otrzymać promocji do następnej klasy. Byłem zawsze uczniem średnim, ale nigdy nie groziła mi ocena niedostateczna na koniec roku.

Najlepsze oceny miałem z geografii i historii, gdyż mam dobrą pamięć do dat i wydarzeń. Łatwo uczyłem się wierszy na pamięć. Z religii miałem bardzo dobry, chociaż książd proboszcz był bardzo wymagający.

Zawsze chciałem się uczyć, zdobywać wiedzę, chodzić do szkoły, ale czasami bywało różnie, miałem lepsze i gorsze dni. Zawsze jednak warto dziecko niepełnosprawne, takie, którym byłem, wysłać do powszechnej szkoły i skonsultować przedtem tę decyzję ze specjalistyczną poradnią. Warto też, aby inni uczniowie mieli kontakt z osobą niepełnosprawną i potrafili uszanować jej pracowitość i ambicję.

KRYSZTOF CHOLEWA



Grałem (drugi z lewej) w przedstawieniu sylwestrowym.



Nasze spotkanie z Mikołajem.



Monika
Janc
POŁAJEWO

Pełna radości życia, mimo dużej krótkowzroczności i problemów z niej wynikających. Lubi podróże, wyjścia do kina i teatru, interesuje się fotografią, czyta książki. Ma trzech synów i jest szczęśliwą babcią. Mowa o Jolancie Golańskiej, wolontariuszce Wielkopolskiej Jednostki Wojewódzkiej Towarzystwa Pomocy Głuchoniewidomym.

Urodziła się i wychowała w Ślubicach (woj. łubuskie). Ukończyła funkcjonującą w tej miejscowości Liceum Ogólnokształcące im. Zbigniewa Herberta. Mieszka w Poznaniu. Ma orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu umiarkowanym, wydane przez Miejski Zespół do spraw Orzekania o Niepełnosprawności oraz rentę z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych. W 2015 roku została laureatką ogólnopolskiego plebiscytu „Wolontariusz Roku”, zorganizowanego przez Towarzystwo Pomocy Głuchoniewidomym. W tym samym roku otrzymała wyróżnienie Prezydenta Miasta Poznania w konkursie „Poznański Wolontariusz Roku”.

Zawsze chciała być blisko ludzi. Po ukończeniu szkoły średniej podjęła zatrudnienie w Spółdzielni Inwalidów „Prespo” w Ślubicach na stanowisku asystenta do spraw rehabilitacji. Rozpoczęła naukę w studium policealnym o

Być blisko ludzi

profilu pracownik socjalny w Konstancinie-Jeziornej. Praca na rzecz środowiska osób niepełnosprawnych dawała jej radość i satysfakcję. Była aktywna zawodowo do 1987 roku. W 1987 roku na świat przyszedł jej pierwszy syn Tomasz, rok później – Jakub, a w roku 1991 – Dawid. Do kładła starań, aby zapewnić swoim synom wszystko, co najlepsze i sprawić, by byli szczęśliwi. Wspierała ich w każdej dziedzinie życia i motywowała do podejmowania kolejnych wyzwań.

Kiedy synowie dorośli, postanowiła podjąć pracę w wyuczonym zawodzie. Niestety, okazało się to niełatwe. Zdecydowała się na wolontariat. W 2013 roku wzięła udział w międzynarodowej konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND, zorganizowanej przez Fundację „Szansa dla Niewidomych”. Poznała tam Marka Gembałskiego z Wielkopolskiej Jednostki Wojewódzkiej TPG, który opowiedział jej o działalności tej organizacji.

– Nie lubię nudnego życia. Uwielbiam działać, być pomocna i dzielić się radością. Moja mama była osobą słabowidzącą. Była dla mnie kimś wyjątkowym. Dostałam od niej wiele miłości. Nadśledziłam czas, aby tą miłością podzielić się z innymi – opowiada Jola.

Udało jej się znaleźć zatrudnienie w charakterze pracownika administracyjno-biurowego w firmie „Juwentus”, zajmującej się ochroną osób i mienia. W 2018 roku zakończyła pracę i zamierzała wyemigrować do Niemiec. Zrezygnowała jednak z tego pomysłu i pozostała w kraju.

Systematycznie i z ogromnym zapałem bierze udział w spotkaniach klubowych oraz akcjach organizowanych przez Wielkopolską Jednostkę Wojewódzką TPG. Wspiera osoby z równoczesną dysfunkcją wzroku i słuchu podczas wyjazdów oraz wyjazdów. Odwiedza osoby z niepełnosprawnościami w domach. Zawsze chętnie doradza, znajduje czas na rozmowę. Mimo trudnych doświadczeń z optymizmem



Podczas turnieju gier planszowych.



Z przyjaciółmi z Wielkopolskiej Jednostki Wojewódzkiej TPG.

patrzy w przyszłość. Wierzy w drugiego człowieka i stara się w każdym widzieć dobro.

Lubi poznawać nowe kraje. Była w Hiszpanii, na wyspach greckich – Rodos i na Krecie. Odwiedziła Maltę i Ukrainę. Zwiedziła także Bułgarię, Francję, była w Niemczech i w Czechach. Mówi, że gdyby miała pracę i większe fundusze, wyjeżdżałaby częściej.

Jej pasją jest fotografia. Uczestniczy w warsztatach fotograficznych prowadzonych przez zawodowych fotografów. W 2015 roku

zdjęcia jej autorstwa były prezentowane na Festiwalu Nowej Sztuki „Labirynt”, który organizowany jest dorocznie w Ślubicach.

Chciałaby znowu podjąć pracę. Swoją postawą każdego dnia pokazuje, że niepełnosprawność nie musi być przeszkodą w prowadzeniu aktywnego życia. Jej empatia, uśmiech i chęć pomocy sprawiają, że osoby z równoczesną dysfunkcją wzroku i słuchu czują się potrzebne. Działania Joli odradzają w nich wiarę we własne możliwości.



Jolanta Golańska prezentuje działania WJW TPG podczas Poznańskiego Dnia Organizacji Pozarządowych.

FOT. (3X) ARCHIWUM WJW TPG

Cztery lata temu Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu zorganizował po raz pierwszy Ogólnopolską Konferencję Naukowo-Warsztatową pod tytułem: „Hortiterapia jako element wspomagający leczenie tradycyjne”. Inicjatywa spotkała się z szerokim zainteresowaniem, zarówno ze strony środowisk akademickich jak i specjalistów zajmujących się rehabilitacją oraz terapią osób z różnego typu dysfunkcjami.

Sprawą oczywistą była więc organizacja konferencji w tym roku. Wzięli w niej udział zainteresowani z różnych stron Polski – począwszy od Poznania i pobliskiego Lubonia, przez Leszno, Bydgoszcz, Łaski koło Warszawy, aż do bardziej odległych stron województwa śląskiego, małopolskiego czy opolskiego oraz innych województw. Zgłosili się łącznie 134 osoby. Niektórzy dołączali w ostatniej chwili, tuż przed rozpoczęciem wydarzenia.

Konferencja odbyła się 20 sierpnia. Miejszem spotkania był już po raz kolejny Wydział Ogrodnictwa i Architektury Krajobrazu, usytuowany przy ulicy Dąbrowskiego 159. Patronatem honorowym wydarzenie objął Prezydent Miasta Poznania i Rektor Uniwersytetu Przyrodniczego. Nad organizacją konferencji czuwali pracownicy naukowci Uniwersytetu Przyrodniczego: Agnieszka Krzymińska, Piotr Czuchaj, Anna Golcz, Piotr Lewandowski, Jolanta Lisiecka, Anita Schroeter-Zakrzewska, Stanisława Szczepaniak i Małgorzata Śmigiełska. Partnerami wydarzenia byli: Polskie Towarzystwo Nauk Ogrodniczych, Polski Związek Działkowców, „Vilmorin Garden Poland”, „Zielony Warsztat – grupa hortiterapeutów”, „Ogród leczy” i Lions Club Patria Poznań. Patronatem medialnym konferencję objęli: gazeta i portal „Pod Osłonami”, „Biznes Ogrodniczy”, „Zieleń Miejska”, ForumKwiatowe.pl oraz magazyn „Działkowiec”. Konferencji towarzyszyła wystawa prac Marty Bielawskiej pod tytułem: „Moc z natury”.

Niemal każdy, kto chłonie wzrokiem lub dotykiem piękno natury wie, że przebywanie wśród roślin uspokaja, odpręża, wycisza, zmniejsza napięcie i stres. Kto nie lubi przechadzać się po ogrodzie lub

Lecznicza moc kwiatów i ziół

parku, zachwycać zapachem roślin i śpiewem ptaków? Sympatia ludzi do przyrody jest oczywiście zróżnicowana – u jednych silniejsza, u innych słabsza. Pierwsi angażują się w pełni w jej życie, godzinami pielęgnując swoje przydomowe lub działkowe ogródki. Inni natomiast, najczęściej z powodu większej liczby zajęć, ograniczają swoją obecność pośród przyrody do podziwiania ciekawych gatunków roślin bądź czynnego wypoczynku na łonie natury.

Hortiterapia to nic innego jak właśnie przebywanie wśród roślin, ich pielęgnacja, czyli wykonywanie wszelkiego rodzaju prac fizycznych jak sadzenie, plewienie, podlewanie. Hortiterapia nazywana jest także ogrodnictwem, hortikuloterapią bądź ogrodnictwem. Ma nie tylko dobroczynny wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne człowieka, ale też integruje pokolenia. Rośliny zaspokajają potrzeby estetyczne, rozbudzają zainteresowania i wyobraźnię (szczególnie dzieci), aktywizują osoby starsze, niwelują negatywne oddziaływanie warunków miejskich, stanowią impuls do samorozwoju, poprawiają jakość powietrza, tłumią hałas.

Dobroczynne działanie ogrodów, jak podaje strona wikipedia.org, znane było już w starożytności. W Egipcie członkom rodziny Faraona, którym doskwierały problemy natury psychicznej, zalecano spacerować po ogrodach pałacowych. W 1817 roku w Filadelfii otwarto klinikę psychiatryczną z ogrodami, gdzie osoby z problemami zdrowia psychicznego pracowały w sąsiedztwie parku przy uprawie warzyw i drzew owocowych. Na początek XX wieku datuje się natomiast opracowanie pierwszych programów hortiterapii dla pacjentów szpitali i ośrodków psychiatrycznych.

Obecnie coraz częściej włącza się hortiterapię jako metodę terapii wykorzystywaną w pracy z osobami z niepeł-

nosprawnością intelektualną, autyzmem czy nawet niepełnosprawnością ruchową, bo w całym kraju powstało już co najmniej kilka ogrodów terapeutycznych z myślą o potrzebach właśnie osób z dysfunkcjami narządu ruchu. Ludzie z mózgowym porażeniem dziecięcym, dysfunkcjami słuchu i wzroku – także mogą brać czynny udział w pielęgnowaniu roślin, o ile prace będą dostosowane do ich potrzeb oraz możliwości sprawnościowych. Nie można oczekiwać od osoby ze znaczną niepełnosprawnością ruchową, że będzie kopała w ziemi i sadziła kwiaty w ogródku, ale można w taki sposób przeprowadzić dla niej zajęcia hortiterapeutyczne, aby w pełni czerpała z nich radość i satysfakcję.

Hortiterapia, wbrew przekonaniom niektórych, nie wymaga od jej odbiorców specjalistycznej wiedzy z zakresu ogrodnictwa oraz pielęgnacji zieleni. Osoby z niepełnosprawnościami, pacjenci szpitali psychiatrycznych, mieszkańcy domów pomocy społecznej oraz indywidualne osoby z różnymi schorzeniami, którym hortiterapia została zalecona, czerpią tę wiedzę od hortiterapeutów, czyli terapeutów i profesjonalistów różnych dziedzin, specjalnie w tym celu przeszkolonych. Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu prowadzi, dla osób zainteresowanych wdrażaniem hortiterapii w swojej pracy, studia podyplomowe o nazwie: „Hortiterapia”. Ich celem jest wykształcenie profesjonalnej kadry do realizacji terapii zajęciowej z zakresu ogrodnictwa. Co ważne, program studiów przewiduje obowiązkowe warsztaty w ośrodkach rehabilitacyjno-opiekuńczych, dzięki którym słuchacze studiów mogą nauczyć się wykorzystywania nabytej wiedzy teoretycznej w praktyce. Hortiterapia staje się coraz bardziej popularna. W jaki sposób ją prowadzić i jakie przynosi efekty?

zobrazowało wystąpienie Leny Stryjskiej, którego tytuł brzmiał: „Realizacja ogrodu terapeutycznego przy Zespole Szkół Specjalnych nr 105 w Poznaniu”. Ogród „stopiątki” pełen jest fascynujących roślin i przedmiotów działających na dziecięcą wyobraźnię. Znajdują się w nim instrumenty muzyczne, dzwony rurowe, skrzynia wiatrów, zestaw składający się z gongu, wieży z talerzami, dzwonków, megafonów, piramidy luster czy kolorowych szybek. Bogactwo przedmiotów stwarza możliwość wielomysłowego poznawania świata. Nie ma większej radości dla dzieci z niepełnosprawnościami niż zabawa w otoczeniu natury.

Tegorocznej konferencji jak zwykle towarzyszyły ciekawe warsztaty. Każdy uczestnik mógł wybrać warsztat, w którym zdecydował się wziąć udział. Były to warsztaty: „W stogu siana”, „Roślinne witraże”, „Domowe SPA”, „Mydła ziołowe”, „WaRZY-wa” i ostatni – według mnie najciekawszy – warsztat pod tytułem: „Zielona kaligrafia”.

Sporo uwagi poświęcono także różnego rodzaju gatunkom roślin i ziół. Można było dowiedzieć się, czym charakteryzuje się roślina ozdobna pochodząca z obszaru okołorównikowego w Afryce i z południowej Azji, która nazywana jest węzownicą gwinejską oraz że cissus oskrzydłony posiada właściwości oczyszczające powietrze, bo pochłania między innymi ksylen (niebezpieczną substancję chemiczną) i wielu innych interesujących rzeczy.

Spotkanie na poznańskim Uniwersytecie Przyrodniczym po raz kolejny stało się okazją do wymiany spostrzeżeń i doświadczeń teoretyków oraz praktyków w temacie stosowania hortiterapii w pracy z osobami z różnymi rodzajami i stopniami niepełnosprawności. Więcej na: www.hortiterapia.edu.pl

Znakomicie tę kwestię

KAROLINA KASPRZAK

Dostępność – pojęcie szerokie

Bariery architektoniczne w budynkach i miejscach użyteczności publicznej, brak odpowiednich dostosowań dla użytkowników z niepełnosprawnościami na stronach internetowych, a także zagrożone bezpieczeństwo pieszych z dysfunkcjami wzroku i słuchu, poruszających się o kulach oraz przy pomocy wózków – to zagadnienie, obok którego nie można przejść obojętnie.

19 lipca tego roku Sejm przyjął ustawę o dostępności, zakładającą poprawę sytuacji w dostępie dla osób z niepełnosprawnościami i seniorów. Za projektem ustawy głosowało 415 posłów, 2 wstrzymało się od głosu, nikt nie opowiedział się przeciw. Ustawa zakłada: zapewnienie dostępności architektonicznej, cyfrowej oraz informacyjno-komunikacyjnej w urzędach, szkołach, uczelniach, placówkach służby zdrowia i innych instytucjach publicznych, utworzenie tak zwanego Funduszu Dostępności, z którego środki będą przeznaczane na wprowadzanie udogodnień w budynkach, koordynację inicjatyw na rzecz dostępności (rządowym koordynatorem ma być minister inwestycji i rozwoju, wspierany przez Radę Dostępności). Ustawa stwarza ponadto możliwość złożenia skargi na brak dostępności. Jeśli podmiot (instytucja publiczna, firma, organizacja lub jednostka), którego bariery dotyczą, nie robi niczego, aby je zlikwidować, sprawa będzie mogła zakończyć się nałożeniem kary finansowej na taki podmiot. Skargi w związku z brakiem udogodnień można zgłaszać do Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Wdrożona ustawa przewiduje również możliwość zdobycia certyfikatu dostępności przez organizacje pozarządowe i podmioty prywatne, które będą spełniać wymogi dostępności.

Dostępność to pojęcie bardzo szerokie, używane nie tylko w odniesieniu do uwzględniania specyficznych potrzeb osób z niepełnosprawnością ruchową (likwidacja barier architek-

tonicznych jak schody, progi, nierówne chodniki), osób z dysfunkcjami narządu wzroku (wdrażanie udźwiękowienia na przejściach dla pieszych, montaż tabliczek brailowskich w obiektach użyteczności publicznej) czy potrzeb osób z uszkodzeniami słuchu (zapewnianie usług tłumacza języka migowego). O dostępności mówimy również w odniesieniu do osób starszych i przewlekle chorych, grup mniejszości narodowej i etnicznej, ludzi z różnych przyczyn narażonych na wykluczenie społeczne. Dostępność oznacza możliwość skorzystania, czyli na przykład bezproblemowe wejście do budynku, w którym znajduje się kino, zapoznanie się z zawartością strony internetowej uczelni wyższej.

Niedostępność obiektów i miejsc użyteczności publicznej pociąga za sobą pogłębiające się wykluczenie osób z niepełnosprawnościami z życia zawodowego i społecznego, bo uniemożliwia im samodzielne dotarcie na uczelnię, do miejsca pracy, do lekarza, urzędu, a zatem nie mogą one we własnym imieniu załatwiać żadnych spraw. Jeśli obiekt lub miejsce nie jest dostępne dla osób z niepełnosprawnościami, a konkretna osoba z niepełnosprawnością wie, że nie jest, musi poszukać kogoś w rodzaju asystenta, kto pomoże jej pokonać bariery. Czasem asystentem bywa ktoś z rodziny, ale często osoby z niepełnosprawnościami, choć dobrze wykształcone i w pełni sprawne intelektualnie, zdane są w takich przypadkach na pomoc osób trzecich. A Internet? Tutaj także nie brakuje barier, choć niewątpliwie sytuacja dostępności stron internetowych do potrzeb użytkowników z niepełnosprawnościami wygląda lepiej niż przed dziesięcioma laty.

W Internecie właśnie przeczytałam niegdyś pewną anegdotę na temat dostępności. Użytkownik z niepełnosprawnością zgłosił administratorowi, że strona jest niedostępna. Ten zaś odpowiedział, że to niemożliwe, bo w tym samym czasie wchodził

na stronę i działała. Jedni przez dostępność rozumieją wyłącznie prawidłowe wyświetlanie strony na ekranie urządzenia, inni definiują to pojęcie znacznie szerzej, czyli w kontekście wdrażania odpowiednich dostosowań ułatwiających korzystanie z serwisu osobom z dysfunkcjami narządu ruchu, wzroku, słuchu, słabiej wykształconym czy ludziom starszym. Niestety, do tej ostatniej grupy wciąż zalicza się zbyt mało osób, dlatego niezbędne jest systematyczne upowszechnianie wiedzy w tym temacie.

Dostępność stron internetowych (w języku angielskim web accessibility) to wiedza dotycząca projektowania stron internetowych w taki sposób, aby mogły z nich korzystać osoby z różnymi niepełnosprawnościami. Z zagadnieniem dostępności serwisów www wiąże się skrót WCAG (w języku angielskim Web Content Accessibility Guidelines), co w tłumaczeniu na język polski oznacza wytyczne dotyczące dostępności treści internetowych. Często te kilka liter budzi niechęć spowodowaną niewiedzą, co zrobić i w jaki sposób zaprojektować stronę, by była zgodna z wyżej wymienionymi wytycznymi.

Należy pamiętać o tym, że na dostępność strony internetowej składa się nie tylko szablon zawierający u góry okrągłą ikonę służącą do zmiany kontrastu z zamieszczonymi obok symbolami: A A+ A++ umożliwiającymi powiększanie czcionki, ale również poprawność i zrozumiałość tekstu. Nie pomogą udogodnienia takie jak możliwość powiększania czcionki, jeżeli treść umieszczona w serwisie będzie pełna skomplikowanych pojęć, czy napisana żargonem charakterystycznym dla danej dziedziny. Użytkownikami Internetu są nie tylko osoby z wykształceniem wyższym, ale także nie posiadające żadnego wykształcenia lub takie, które swoją edukację zakończyły na zasadniczej szkole zawodowej. Te właśnie w największym stopniu są narażone na wykluczenie cyfrowe,

głównie z powodu problemów ze zrozumieniem treści umieszczanych na stronach www.

Poszerzając swoją wiedzę w kwestii wdrażania udogodnień na stronach internetowych miałam okazję spotkać się z czterema kluczowymi zasadami dotyczącymi dostępności, czyli: funkcjonalnością, percepcją, zrozumiałością i rzetelnością. Zasady te są zawarte we wspomnianych wytycznych WCAG. Zasada funkcjonalności mówi między innymi o tym, że nie wolno projektować treści w sposób zwiększający ryzyko ataku epilepsji (padaczki). Prawdopodobieństwo ataku, jak informuje Fundacja „Widzialni” na swojej stronie internetowej (www.widzialni.org), zwiększają błyski świetlne, dlatego trzeba unikać tworzenia treści migających więcej niż 3 razy na sekundę. Z kolei zasada zrozumiałości ukierunkowuje myślenie twórców serwisów w stronę tworzenia jasnych i czytelnych komunikatów. Mówi między innymi o tym, że nieznane słowa (na przykład charakterystyczne dla danego zawodu) powinny być wytłumaczone. Dokładne wytyczne co do projektowania dostępnych stron internetowych pomagają zmniejszać bariery.

Czy przyjęta przez Sejm ustawa o dostępności przyczyni się do zmniejszenia barier architektonicznych, cyfrowych i komunikacyjnych? Z czasem – na pewno. Dokument zwraca uwagę całego społeczeństwa, także tych osób, które z problematyką niepełnosprawności nigdy nie miały do czynienia, na istotny problem związany z licznymi utrudnieniami, na jakie ludzie z niepełnosprawnością napotykały w codziennym życiu.

Pozostaje jeszcze kwestia wspomnianego na wstępie artykułu zagrożonego bezpieczeństwa pieszych z różnymi dysfunkcjami. Śmigające po dużych miastach hulajnogi elektryczne i rowery nie wskazują, aby prędko miało się coś w tej sprawie zmienić. To już temat na kolejny artykuł...

KAROLINA KASPRZAK

Ćwiczyli sprawność i zręczność

9 lipca odbył się II Turniej Osób Niepełnosprawnych w Hali Sportowej w Ryczywole (powiat obornicki). Organizatorem była wymieniona instytucja, przy współpracy z Warsztatem Terapii Zajęciowej w Wiardunkach. Udział w turnieju wzięli uczestnicy WTZ wraz z opiekunami oraz dzieci i młodzież z Wiardunek i Ryczywołu.

Przygotowano kilka konkurencji sportowo-zręcznościowych, które sprawiły uczestniczącym zawodach wiele radości. Były to między innymi: rzut piłką do kosza, woreczka-

mi i piłką lekarską, tor przeszkód, trafienie piłką nożną do bramki, slalom hokejowy oraz przeciąganie liny. W dwudziennych zmaganiach wzięło udział 50 zawodników.

I miejsce wywalczyła Ewelina Skrzypek, II – Marcin Skwarski i III – Miłosz Janka. Wszyscy zawodnicy otrzymali pamiątkowe medale. Najwięcej emocji wzbudziła finałowa, zacięta rywalizacja w „dwa ognie”, która zbliżyła i zaprzyjaźniła uczestników z dziećmi i młodzieżą.

DOMINIKA NIERADKA-JESSA



FOT. (2X) SŁAWOMIR SIERAKOWSKI

Kajakami i rowerkami

My, uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Śremie, raz w tygodniu wyjeżdżaliśmy nad jezioro Grzymiśławskie na Przystań Żeglarską „Klub Odlewnik”.

Leżeliśmy na kocach i opalaliśmy się. Pływaliśmy kajakami i rowerkami wodnymi. Nad wodą mieliśmy kawę z ciastem

drożdżowym, kielbasę z grilla, w inny dzień była sałatka makaronowa lub pizza. Tańczyliśmy przy muzyce, graliśmy w piłkę, w paletki lub boule. Zawsze była ładna pogoda, było ciepło i słonecznie.

ILONA GAŚŁOWSKA
AGNIESZKA GROCHOLSKA
UCZESTNICZKI SDS W ŚREMIE



Usprawnianie przez sztukę

Warsztaty terapii zajęciowej (WTZ) – to placówki, w których osoby z różnymi niepełnosprawnościami nabywają i kształtują umiejętności przydatne w codziennym życiu, a także mogą rozwijać swoje zdolności artystyczne. Bukiciarstwo, hafciarstwo, malowanie, gotowanie, treningi ekonomiczne oraz nauka obsługi komputera – to przykładowe aktywności, w których może brać udział uczestnik takiej placówki.

WTZ-ty działają na podstawie ustawy z dnia 27 sierpnia 1997 roku o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych. Mają na celu przygotowanie osób z niepełnosprawnością do podjęcia pracy, jednak z uwagi na znaczne dysfunkcje fizyczne i intelektualne, niewielu uczestników WTZ-tów może pracować.

Zajęcia terapeutyczne w WTZ-tach odbywają się codziennie, za wyjątkiem weekendów i dni świątecznych. Uczestnicy warsztatów wyjeżdżają z opiekunami na wycieczki krajoznawcze, biorą udział w ciekawych spotkaniach, integrują się ze społecznościami lokalnymi.

Pisząc pracę magisterską przeprowadzałem wywiady z pracownikami Warsztatu Terapii Zajęciowej w Krapkowicach (województwo opolskie). Uzyskałem wiele cennych informacji na temat form rehabilitacji i terapii osób z różnymi rodzajami oraz stopniami niepełnosprawności, a ponadto mogłem zobaczyć jak wygląda codzienna terapia w poszczególnych pracowniach.

WTZ w Krapkowicach powstał 1 lutego 2001 roku. Prowadzi go Gmina Krapkowice. Placówka obejmuje wsparciem 30 osób z niepełnosprawnościami. Uczestnikami są osoby z 5 gmin powiatu krapkowickiego.



Pracownia rękodzieła.

WTZ prowadzi 6 pracowni: gospodarstwa domowego (kulinarną), krawiecką, haftu i tkactwa z możliwością prowadzenia prac rękodzielniczych, pracownię plastyczną ze stanowiskami informatycznymi, ceramiczno-plastyczną i prac technicznych (stolarską).

Ponadto Warsztat posiada salę do fizjoterapii, w której uczestnicy są usprawniani ruchowo. Nie brakuje też zajęć na świeżym powietrzu.

Uczestnicy WTZ wyjeżdżają na wycieczki do Czech, Krakowa, chodzą na spacer

do pobliskiego lasu, odwiedzają instytucje publiczne, na przykład starostwo powiatowe. Uczą się obsługi podstawowych narzędzi jak klucze czy kombinerki. Dowiadują się też, jak zrobić zakupy przez Internet, zapłacić rachunki. Wspólnie przygotowują różne potrawy, szyją na maszynie, fotografują, haftują. Organizowane są też wystawy prac plastycznych uczestników WTZ, co podnosi ich samoocenę i wzmacnia poczucie własnej wartości.

KRYSTIAN CHOLEWA



Sportowcy z WTZ w Krapkowicach.



FOT. MARCIN KACZYŃSKI

Paweł Krzewina.

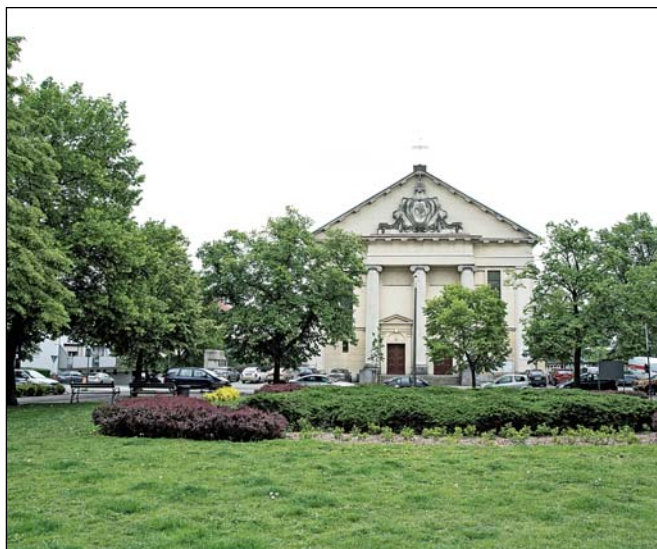
Paweł Krzewina, uczestnik Środowiskowego Domu Samopomocy „Iskra” w Poznaniu, od wielu lat interesuje się fotografią. Fotografuje za pomocą telefonu i aparatu cyfrowego swoją codzienność jak i życie naszego Stowarzyszenia na rzecz Osób Niepełnosprawnych pod tą samą nazwą.

Jego zdjęcia publikowane są na stronie Stowarzyszenia jak i umieszczane na jego prywatnym koncie w aplikacji „Instagram”. Paweł czerpie niesamowitą radość z robienia swoich zdjęć. Często tworzy z nich filmiki, które są umieszczane na platformie „You Tube”. W ostatnim czasie brał udział w konkursie fotograficznym pod tytułem „Moja Wielkopolska oczami osób z niepełnosprawnością intelektualną”, organizowanym przez Wojewódzką Bibliotekę Publiczną i Centrum Animacji Kultury w Poznaniu. Paweł w dalszym ciągu chce kontynuować i rozwijać swoją pasję, jaką jest szeroko rozumiana fotografia. Serdecznie zapraszamy wszystkich zainteresowanych do oglądania zdjęć, które umieszczamy na jego koncie pkrzewina na „Instagramie”.

FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ W KRAPKOWICACH

MARCIN KACZYŃSKI

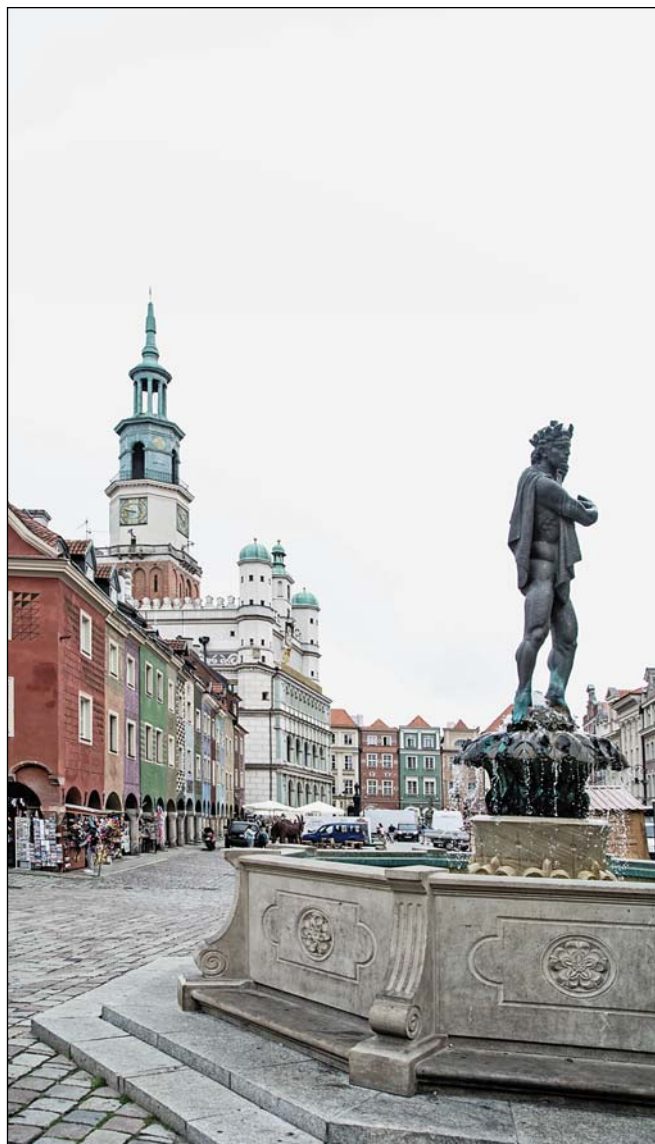
Pasja – fotografowanie



Malowniczy budynek.



Stary Marych u wylotu ulicy Półwiejskiej.



Widok z fontanną.

FOT. (4X) PAWEŁ KRZEWINA



Panorama Starego Rynku z Ratuszem Poznańskim.

Z mamą na szczyt wielkiej góry

Wycieczka szkolna jest ważnym elementem edukacji, szczególnie w szkole podstawowej. Na pewno o wiele skuteczniej można zainteresować uczniów na przykład historią zwiedzając z nimi zabytki lub muzea, niż na lekcjach historii w szkolnych ławkach. Podróżowanie może być niezastąpionym źródłem trwałej wiedzy o innych krajach i własnej ojczyźnie.

Niestety, często trudności z wyjazdami na wycieczki szkolne mają uczniowie niepełnosprawni. Wymagają przecież o wiele więcej pomocy aniżeli uczniowie sprawni. Zakres tej pomocy zależy od rodzaju i czasu wycieczki, od terenu, na którym będziemy przebywać i od wielu innych czynników. Tymczasem na szkolną wycieczkę jedzie zazwyczaj tylko dwóch nauczycieli.

W moim przypadku na klasowych wycieczkach towarzyszyła mi zawsze mama, gdyż miałem problem z chodzeniem. Nauczyciel nie mógł mi poświęcić dostatecznej uwagi; miał przecież całą uczniowską gromadkę, na którą musiał zwracać baczną uwagę. Fakt jednak jest taki, że nauczyciele jeżdżą na wycieczki za darmo, a moja mama musiała płacić.

Gdy byłem w trzeciej klasie podstawówki, uczestniczyłem z mamą w wycieczce na Biskupią Kopę w Górach Opawskich, na pograniczu z Czechami. Przez cztery godziny, od dziewiątej do

trzynastej, mama i wychowawczynie pomagały mi wejść na szczyt tej wielkiej góry. Brałem też udział w wycieczce szkolnej do Muzeum Wsi Opolskiej. Wracaliśmy do domu pociągiem. Koledzy byli w siódmym niebie, gdyż pierwszy raz w życiu jechali pociągiem. Dla mnie był to chleb powszedni, w tym okresie jeździłem pociągiem na konsultacje lekarskie do Katowic i Krakowa. Byłem jeszcze na wycieczkach w kopalni w Tarnowskich Górach i w wesołym miasteczku w Chorzowie. Szkolne wyjazdy uczą samodzielności, pomagania koledze czy koleżance, poznawania świata i nowych ludzi.

Budżet mojej rodziny ze mną, dzieckiem niepełnosprawnym, w latach dziewięćdziesiątych był bardzo skromny. Nie było wówczas świadczeń 500+, zasiłków pielęgnacyjnych dla opiekunów i wyprawki. Mama nie pracowała, gdyż zajmowała się mną. Wiele razy musiałem zrezygnować z kilkudniowej wycieczki, gdyż koszty przewyższały finanse rodziców, a mama musiałaby zapłacić za wyjazd.

Uważam więc, że opiekun osoby z niepełnosprawnością, który jej towarzyszy, powinien mieć bezpłatny przejazd i zakwaterowanie. Tak jak to jest w przypadku nauczycieli. Albo niech jedzie dodatkowy pedagog, który w razie potrzeby pomoże takiemu uczniowi.

KRYSTIAN CHOLEWA



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Wszyscy wrócili

Do „Iskry” powrócili już wszyscy z wakacji. Będzie kino, basen, teatr, kręgle, lody. I niebawem wyjazd do Sandomierza. Będziemy kręcić filmy oraz z panią Justyną, robić coś z puszek, na przykład po coli. Będzie też chodzenie na halę.

Pan Marcin Kaczyński robi już kalendarz na 2020 rok. I robi nam zdjęcia. 23 sierpnia były w „Iskrze” cukierki. Filip miał imieniny, dałam mu prezent, życzenia i buziaka. Jak zawsze będzie dużo fajnych rzeczy i wydarzeń w naszej „Iskrze”. Byłam na zajęciach w kuchni. Lubię spędzać czas z panią Dominiką, lubię piec, gotować, pisać przepisy, ro-

bić sałatki, leczyć, budować, chodzić na zakupy do sklepu, przygotowywać duże jedzenie na Wielkanoc i Boże Narodzenie. Ale nie lubię sprzątać...

Niedawno do miski dałam mleko z drożdżami i cukier. Przesialiśmy mąkę na wagę, mierzylam mąkę, dodałam jajka, pani Dominika pomogła zagnieść ciasto. A koleżanki pokroiły śliwki. Magda zrobiła kruszonkę. Poczekaliśmy, aż urosnie ciasto. Wsadziliśmy do piekarnika, kiedy się upiekło, zrobiliśmy kawę i herbatę. Zjedliśmy ciasto ze śliwkami na ławce na dworze.

WERONIKA
BANDACHOWSKA



Autorka tekstu.

FOT. MARCIN KACZYŃSKI

Król lew



Autorka tekstu.

FOT. MARCIN KACZYŃSKI

Wlipcu byłam w Plazie na filmie „Król Lew”. Byłam tam z mamą, ciotką i jej synkiem oraz siostrą, a także z koleżanką i jej mamą. Film był fajny i bardzo wzruszający, ponieważ były tam groźne hieny, które atakowały lwy.

Lew Simba zginął spadając ze skały. Były też inne zwierzęta

Afryki – żyrafy i świnia Pumba. Jak lew umarł, to płakałyśmy wszystkie. Siostra bała się hien. Były też ptaki i małpka. Oraz duże i małe lwiątko i antylopa. W filmie była miła muzyka. Film był bardzo długi i bardzo mi się podobał.

WERONIKA
BANDACHOWSKA

„Iskra” wspomina wakacje

PODLEWAŁAM KWIATY W OGRODZIE



FOT. MARCIN KACZYŃSKI

Autorka tekstu.

Co robiłam w wakacje? Jeden dzień byliśmy z mamą w ogrodzie, moja mama kosiła trawę, a ja zbierałam czerwone porzeczki. Byliśmy też na zakupach i na lodach, bo było gorąco. Innego dnia mama rozłożyła w ogrodzie parasol i razem z sąsiadką opalałyśmy się na słońcu. Ja też kolorowałam, a mama włączyła muzykę, piliśmy kawę i jedliśmy drożdżówki.

Innego dnia byłam sama w domu. Moja mama pojechała po ciocię Elę i pojechaliśmy razem na cmentarz i zrobiliśmy też małe zakupy. Przywitałam ciocię, dostałam od niej czekoladę.

Pewnego ranka długo spałam, bo byłam zmęczona upałami. Obudziłam się rano o 9.12, a mama zrobiła mi śniadanie pod kloszem i pojechała po ciocię Elę na wspólne zakupy. Innym razem spałam do 10.00, a mama sama pojechała po zakupy. Za to później razem robiliśmy pyszny sernik na zimno z malinami i bitą śmietaną.

Podczas upałów jeździłam z mamą na ogród podlewać kwiaty, bo bałyśmy się, że nam zwiedną.

Nigdzie nie wyjechałam w tym roku, ale i tak moje wakacje były udane.

MAGDALENA SZYMAŃSKA

CZAS Z RODZINĄ

W wakacje często spotykałam się z rodziną. W jeden weekend pojechałam z rodzicami do siostry, która mieszka w Koziegłowach. Było fajnie, bawiłam się z siostrzenicą Marysią, a w niedzielę poszliśmy do kościoła.

W kolejny weekend pojecha-

liśmy z rodzicami na działkę do drugiej siostry, na urodziny mojej siostrzenicy Oliwki. Było bardzo fajnie, był grill i grałam w piłkę z Oliwką. Pojechaliśmy też do mojego kuzyna na ślub. Było super, bawiliśmy się i tańczyliśmy. Lubie spędzać czas z rodziną.

MILENA OSIŃSKA



FOT. MARCIN KACZYŃSKI

Autorka tekstu.

TORT, PREZENTY, ŻYCZENIA

Na wakacjach byłam w Dźwirzynie ze znajomymi i ich dziećmi, psem i moją siostrą. Poszliśmy na plażę się opalać i kąpać w morzu, jedliśmy lody, w mieście kupowaliśmy pamiątki. Były tam moje 28 urodziny, były maliny, tort, prezenty i życzenia.

Dużo spacerowaliśmy. Był pan Dawid i opowiadał nam o swoich podróżach. Raz padało, raz było słońce. Dostałam na prezent

bransoletki, ręcznik, świeczkę z muszelkami, małego szampana, naszyjnik, pomponik do kluczy, kubek i kolczyki. Byłam też z babcią i siostrą w Niechorzu. Była tam razem ładna pogoda. Poszłam z babcią i Zuzą zrobić sobie warkoczki. Szliśmy spacerkiem po plaży. Byliśmy też w Pogorzelic w ośrodku „Sandra” i w mini ZOO.

WERONIKA
BANDACHOWSKA



FOT. MARCIN KACZYŃSKI

Autorka tekstu.

ZAWSZE RAZEM Z WERCIĄ

Podczas moich wakacji byłem w domu, opalałem się, chodziłem z psem na spacer, oglądałem filmy. Byłem na zakupach, leżałem na tapczanie i myślałem o Werci, mojej dziewczynie.

Byliśmy razem z Wercią w Parku Wilsona, karmiliśmy kaczki i gołębie chipsami. Byliśmy w „Plazie” w kinie na filmie „Imprezowi rodzice”. Byliśmy na spacerze na Malcie, poszliśmy na spacer do Rokietnicy. I byliśmy w Poznaniu i na Cytańdli, zawsze razem z moją dziewczyną Wercią.

FILIP GRZEŚ



FOT. MARCIN KACZYŃSKI

Autor tekstu.

W minionym roku szkolnym dziesięciolecie działalności przypadło Klubowi Podróżnika, funkcjonującemu przy Zespole Szkół Specjalnych nr 105 im. Juliana Tuwima w Poznaniu. Klub zrzesza uczniów Szkoły – dzieci i młodzież z niepełnosprawnością intelektualną oraz niepełnosprawnościami sprzężonymi. Stwarza im możliwość poznawania pięknych miejsc w kraju i na świecie.

Z okazji dziesięciolecia Klubu Podróżnika uczniowie wraz z opiekunami wybrali się na Kretę w Grecji, gdzie doświadczyli klimatu i zwyczajów panujących na wyspie Morza Śródziemnego. Podziwiali winnice i rosnące dookoła granaty, pomarańcze, figi, palmy, kwitnące oleandry. Zwiedzili miasta Krety – Rethymno, pełne imponujących zabytków (trzęcie co do wielkości miasto Krety) i Chanię (miasto na północno-zachodnim wybrzeżu Krety), która urzeka zabytkową zabudową powstałą z przecięcia wpływów starożytnych, weneckich i tureckich.

Dla uczniów było to nie-samowite, pełne wrażeń, doświadczenie. Dzięki wyprawom organizowanym przez Klub Podróżnika nabywają i doskonalą umiejętność zachowania się na lotnisku, w restauracji, muzeum, hotelu czy w pojazdach komunikacji miejskiej.

Przez tę dekadę we wszystkich wyjazdach łącznie wzięło udział 72 uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym i znacznym. Podróżowali niemal wszystkimi środkami komunikacji. Większość, dzięki inicjatywie Klubu Podróżnika, mogła po raz pierwszy lecieć samolotem. Łącznie Klub zorganizował 36 wycieczek krajowych i 5 zagranicznych. Uczniowie zwiedzili między innymi Kraków, Warszawę, Świnoujście, Sandomierz, Trójmiasto, Toruń, Kazimierz nad Wisłą. Ponadto dotarli do Zakopanego, na Kasprowy Wierch i Morskie Oko, przeszli Dolinę Kościeliską i Strążyską w Tatrach oraz spacerowali po szlakach Gór Sowich.

Wśród często wspomnianych przez uczestników są wyjazdy do Rzymu, Paryża i Legolandu w Danii. Nie byłoby tych wzruszających chwil podróżniczych, gdyby nie zaangażowanie dyrekcji i nauczycielek ZSS nr 105 – Barbary Piasek, Anny Nieścierowicz, Moniki Ślebiody, Magdaleny Sławińskiej i Aleksandry Jurek, a ponadto rodziców

W pociągu i w samolocie

uczniów, którzy systematycznie przedstawiali swoje pomysły, wymieniali się radami i spostrzeżeniami.

Rozpoczął się właśnie jedenasty rok działalności Klubu Podróżnika. Niech będzie równie wspaniały jak minione lata, niech obfituje w mnóstwo nowych doświadczeń, wędrówek po nieodkrytych dotychczas zakątkach kuli ziemskiej i spotkań z ludźmi różnych kultur.

Oprac. KK.



Dorastałam jako jedynaczka w domu kobiet: mieszkając z prababcią, babcią i mamą. Tato odszedł tak szybko, że nawet go nie pamiętałam. Odszedł do innej kobiety, do innej rodziny. Kiedy miałam kilka lat, przy spotkaniu z wujkiem, bratem ojca, na pytanie: „Wiesz kto to jest?” odpowiedziałam: „Tatusz?”

Po śmierci prababci mama i babcia starały się zapenić brak taty. Męczyła mnie ich nadopiekuńczość: „Włóż czapkę”, „Nie biegnij tak szybko”. W wieku dorastania nasiliła się choroba mamy – nerwica natręctw, a potem silna depresja. Trudno mi było się z tym pogodzić. Czułam zniecierpliwienie i złość do mamy, gdy bezustannie wszystko sprawdzała – zamknięte drzwi, kurki od gazu. Potem leżała całymi dniami na kanapie nie mając ochoty i siły, by wstać, umyć się i ubrać. Starałam się dbać o nią, robić różne niespodzianki, rozśmieszać – wszystko trafiało w pustkę. Przyczyną jej śmierci było zbyt późno zauważone zapalenie otrzewnej. Siedziałam w szpitalu przy jej łóżku, kiedy była już całkiem nieobecna. Ostatni raz trzymałam jej bezwładną rękę. Gdy odeszła poczułam, że zostałam sama na świecie.

Jeszcze za życia mamy skończyłam studia psychologiczne, zaczęłam pracować na uczelni, obroniłam doktorat. Lubiłam moją pracę, zajęcia ze studentami, koleżanki. Nie potrafiłam jednak się z nikim związać. Bałam się odrzucenia, bliskości też się bałam. Zaczęłam uczęszczać na psychoterapię, dzięki której szybko zrozumiałam, że moje problemy w dużym stopniu spowodowane były brakiem obecności ojca, choć z pewnością nie tylko. Wybierałam na obiekty zainteresowań męczących, niedostępnych emocjonalnie.

Zakochałam się w Adamie, uczestniku grupy terapeutycznej, alkoholiku i również jak ja – osobie z obawami przed płcią przeciwną. Pamiętam krótkie momenty szczęścia, gdy zaprosił mnie na sesję zdjęciową czy zawiózł do swoich rodziców na wieś. Podczas pobytu u rodziców Adama zaczęłam się dziwnie czuć. Ogarnął mnie lęk. Adam nie rozumiał, dlaczego wyjeżdżam, gdyż miałam zostać tam jeszcze kilka dni. Ja też

HISTORIA KOBIETY Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ

Codziennie pod górę

nie rozumiałam. Chociaż nic złego się nie stało, czułam że muszę stamtąd uciec.

Załamanie i pierwsze objawy zaburzeń psychicznych nastąpiły zaraz po obronie doktoratu. Mieszkając sama w dużym mieszkaniu. Któregoś dnia pojawiły się urojenia. Wydawało mi się, że jestem kimś innym, myśli wirowały. Wysyłałam do znajomych esemesy z przeprosinami – bez powodu. To dziwne, ale byłam świadoma, że dzieje się ze mną coś niedobrego. Po kilku dniach koleżanka zawiozła mnie na izbę przyjęć. Niewiele z tego pamiętam, głównie uczucie zagubienia i pustki. Padła diagnoza: zaburzenia schizoafektywne. Miałam kilka bliskich osób – ciotecznego brata oraz koleżankę ze studiów, którzy starali mi się pomóc, ale ja czułam się od nich odległa.

Po diagnozie trudno mi było wrócić do pracy zawodowej. Miałam wrażenie, że pod maską serdeczności koleżanek z pracy kryje się litość oraz baczną obserwacją moich zachowań. Żle i obco się z tym czułam. Odeszłam z uczelni. Na pożegnanie dostałam od nich prezent. Chciałam jak najszybciej stamtąd uciec. Dokąd? Sama nie wiedziałam.

W późniejszym czasie kilkakrotnie zmieniałam pracę i ciągle miałam poczucie, że nie dają rady. Miotalam się z postawioną diagnozą – raz próbowałam otwarcie opowiadać o swoich problemach i pobytach w szpitalu, a potem znowu za wszelką cenę starałam się to ukryć. To, co dawniej przynosiło mi radość i energię, stało się udręką. Kontakt z ludźmi, lęk przed oceną i drażliwość powodowały, że się wycofywałam. Wróciłam na terapię.

W końcu los się do mnie uśmiechnął. Poznałam Marka, który okazał się rozumiejącym i wrażliwym człowie-

kiem. Podobnie jak ja, miał za sobą wiele trudnych doświadczeń. Zaczęliśmy sobie wzajemnie pomagać, dzięki czemu poczułam się pewniej. Wspólnie spędzone lata miały. Uczucie okazało się silniejsze, niż wydawało mi się na początku. Polepszyła się również moja sytuacja zawodowa – co jakiś czas trafiały się dobrze płatne zlecenia. Bardzo pomógł mi także mój terapeuta, dzięki któremu zrozumiałam, że nie można własną niepełnosprawnością zasłaniać się przed życiem, trzeba zaakceptować ograniczenia i robić to, co można.

Powoli uczyłam się jak nie koncentrować się na ciągłej analizie własnych emocji oraz jak realnie oceniać sytuację, by nie tworzyć w sobie niepotrzebnych lęków związanych z obawą przed oceną. Najczęściej pracowałam w domu przy komputerze, co ograniczało bezpośrednie kontakty zawodowe. Było to łatwiejsze dla mnie niż posiadanie zwierzchnika, który nieustannie kontroluje efekty pracy.

W tym czasie pogłębiły się moje problemy ze wzrokiem. Duża krótkowzroczność, która posunęła się do -12 dioptrii, spowodowała kilkakrotnie odklejanie się siatkówki aż do utraty zdolności czytania w jednym oku. Pamiętam, jak lekarz spokojnie powiedział: „Niestety w tym oku bezpowrotnie utraciła pani zdolność czytania”. Czułam rozpacz i złość. Prawym okiem widzę tylko mgliste zarysy.

Mój ukochany był przy mnie cały czas. Może dlatego po pierwszym szoku dość szybko zaczęłam żartować ze swojej jednooczności. Wszak zostało mi jeszcze drugie oko. Podczas kilkakrotnych pobytów w szpitalu poznałam kilka osób o podobnych problemach, z którymi utrzymuję kontakty do dziś. Nikt nie potrafi tak szczerze śmiać się z

tęgo, że powiedziało się dzień dobry nie lubianej sąsiadce tylko z powodu pomylenia jej z inną, jak dwie słabowidzące osoby.

Nie był to, niestety, koniec moich problemów ze wzrokiem. Pojawiło się zapalenie rogówki jedyne widzącego oka i dni w szpitalnym mroku, kiedy nikogo się nie poznaje, a droga do łazienki jest wyprawą. Płakałam wtedy tylko raz. Nie zażywałam leków uspokajających, ale żyłam jak w letargu tłumiąc w sobie rozpacz, ból, żal i bezsilność. Marek był u mnie codziennie, a ja każdego dnia czekałam, aż uda mi się przeczytać choć jedną literę. Długo to trwało, aż w końcu udało się. Pamiętam moment, jak na szpitalnej tablicy przeczytałam kilka wielkich liter. Dopiero wtedy uszły ze mnie wszystkie emocje – płakałam i śmiałam się.

Jeszcze długo było mi bardzo trudno. Tygodnie rekonwalescencji w domu. Czekanie kilka godzin po obudzeniu, aż minie światłowstręt i będzie można cokolwiek widzieć. Pamiętam swoją wściekłość i bezsilność. Kiedy zaczęłam wychodzić sama z domu, ciężko mi było prosić innych o pomoc. Pamiętam rozpacz, gdy nie mogłam znaleźć jednego z moich pieszków. Znajoma sąsiadka powiedziała: „Oj, zaraz się znajdzie”. I znalazł się. Przyprowadziła go pani, która szukała mnie po wszystkich klatkach, bo wiedziała tylko, w którym bloku mieszkam. Są ludzie, którzy pomagają bezinteresownie. Ja też chcę pomagać innym, wybrałam przeciwie psychologii. Nie chcę skupiać się na sobie i swoich problemach, choć czasem to niełatwe.

Znowu biorę zlecenia, czytam i piszę. Nadal mam zmienne nastroje. Wszystkim za bardzo się przejmuję. Staram się ciągle iść do góry patrząc jednym okiem przez białoróżowy okular. S.A.

„Duszek” integruje

7 sierpnia Stowarzyszenie na rzecz Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej „Duszek” w Dusznikach zorganizowało kolejne spotkanie integracyjne osób z niepełnosprawnościami z Szamotuł, Grodziska Wlkp., Grońska, Nowego Tomyśla, Wronek, Obornik Wlkp. i Dusznik. We wspólnej zabawie wzięło udział około 180 osób.

Wśród wielu atrakcji każdy znalazł coś dla siebie. Były gry sportowe, tworzenie kwiatów i biżuterii z krepiny, malowanie na kamieniach, wata cukrowa, a także strzelnica. Nie zabrakło również, tradycyjnej na dusznickich spotkaniach, muzycznej podróży przez Europę, przy której osoby z niepełnosprawnościami zawsze chętnie tańczą.

Dziękujemy za pomoc przy organizacji spotkania – Centrum Animacji Kultury w Dusznikach, Kurkowemu Bractwu Strzeleckiemu z Tarnowa Podgórnego, Restauracji „Malibu”, wolontariuszom oraz darczyńcom.

KRYSZYNA RUTKOWSKA



W liceum tematu niepełnosprawności w ogóle nie poruszałem. Miałem bardzo dobrych kolegów, którzy akceptowali mnie takim, jaki jestem.

W tym okresie miałem też dużo koleżanek i kolegów. Byłem bardzo przywiązany do mojej szkoły. Dlatego po jej ukończeniu było mi bardzo trudno pogodzić się z myślą, że to już przeszłość i że muszę zakończyć ten etap edukacji, a zarazem rozpocząć nowy. Tłumaczyłem sobie, że przecież nic nie może wiecznie trwać. Ale mimo to przeżywałem kryzys na myśl, że nie jestem już licealistą, ale osamotnionym studentem w dużym mieście. Tym bardziej, że nikt z moich kolegów nie poszedł na studia. Przeglądałem więc zdjęcia z czasów szkolnych i film ze studniówki – i wtedy czułem się lepiej.

Alte przez dość długi czas ogromną trudność sprawiało mi zaakceptowanie nowej sytuacji. Wśród wykładowców i kolegów studentów nie miałem już takiego poczucia pewności siebie i bezpieczeństwa, jak w szkole średniej. Także akademicki system kształcenia był zupełnie inny. Mimo wszystko z biegiem czasu potrafiłem jednak przystosowywać się do nowych warunków. Przecież nie można ciągle uciekać w rozpamiętywanie przeszłości. W ten sposób tylko tracimy ten cenny czas, w którym akurat jesteśmy.

W tym trudnym okresie najbardziej pomogli mi rodzice. Trwali razem ze mną w konsekwentnym kontynuowaniu studiów. Przechodziłem wtedy terapię mowy. Bardzo wolno uczyłem się mówić, odpowiadałem na mnóstwo wywiadów, wypełniałem ankiety. Moja mama w początkowym okresie jeździła ze mną na zajęcia.

Obroniłem pracę magisterską

Z czasem zacząłem chodzić do duszpasterstwa akademickiego, co pozwoliło mi poznać wartościowych i przyjaznych ludzi.

Później zacząłem samodzielne wyjeżdżać na różnego rodzaju spotkania. Pierwszym z nich był wyjazd na Święto Młodzieży, zorganizowane przez braci franciszkanów w oddaleniu tylko o 35 kilometrów od mojego rodzinnego domu. Poznałem tam ciekawych ludzi i mogłem się zbliżyć do pana Boga i do świętej Anny, patronki tego miejsca. To tygodniowe spotkanie bardzo wzmocniło mnie wewnętrznie i pozwoliło mi otworzyć się na drugiego człowieka. Byłem już w stanie zaakceptować swoją sytuację. Owocem Święta był mój kolejny wyjazd na przełomie lat 2008/2009 na Europejskie Spotkanie Młodych w Brukseli, stolicy Belgii.

W trudnych momentach mojego życia mogę zawsze liczyć na mamę i siostrę. Przedtem liczyłem też na ojca, który zmarł w zeszłym roku. Ale ja wciąż czuję jego obecność i wiem, że on u góry zawsze się za mną wstawia. Mocnym filarem jest dla mnie wiara. Kiedy po ludzku wydaje się, że coś dla mnie nie jest możliwe, to wtedy wierzę, że wkroczy siła wyższa, dzięki której tu na Ziemi nie ma sytuacji bez wyjścia. Ponadto gdy w życiu przychodzi gorszy moment, trzeba sobie uświadomić, że są ludzie w



FOT. (2X) ARCHIWUM AUTORA

dużo gorszym położeniu niż ja. Czasami przez długie lata cierpią przykuci do łóżek i potrzebują całodobowej opieki. Takie myśli pozwalają mi nie skupiać się tylko na sobie, lecz na problemach innych ludzi i na twórczych działaniach.

Magisterskie studia uzupełniające rozpocząłem 1 października 2008 na kierunku ekonomia na Uniwersytecie Opolskim. Poznałem tam kolegę Macieja, który również jak ja jest osobą niepełnosprawną. Chodzi o kuli. Był wspaniałym człowiekiem, studentem i kolegą. Nie było nam łatwo poruszać się w budynku wydziału ekonomicznego, który wzniesiono z betonowej płyty w latach 70-tych ubiegłego wieku. Windy nie było. Dopiero po długich staraniach zrobiono łatwiejsze wejście z poręczą z tyłu budynku. Mielismy miłych i dobrych przyjaciół, którzy w razie potrzeby zawsze nam pomogli, gdy nie było jeszcze zamontowanej poręczy i trzeba było wchodzić głównym

wejściem. Kurtki zimą zostawialiśmy na portierni, gdyż szatnia studencka znajdowała w ciemnej piwnicy. Przy okazji mogliśmy nawiązać rozmowę z przesympatycznym portierem na temat lokalnej piłki nożnej. Działało biuro osób niepełnosprawnych, gdzie w razie potrzeby student z orzeczeniem mógł się zgłosić o pomoc i poradę.

Co roku mieliśmy bal wydziałowy, na którym frekwencja była stuprocentowa. Zabawa bez alkoholu i wspólnie z wykładowcami trwała do białego rana. To była też forma integracji środowiska studentckiego z kadrą nauczycielską. Jednym z ciekawych miejsc, które zwiedziliśmy w ramach zajęć, była rzeka Odra. Poznaaliśmy jej znaczenie dla regionu opolskiego. Pracę magisterską na temat przeobrażeń społeczno-demograficznych obroniłem 22 czerwca 2010 roku.

KRYSTIAN CHOLEWA



Niech moja mowa będzie taka, jaka jest

Urodziłem się w pechowym roku 1986, kiedy to w Czarnobylu doszło do wybuchu w elektrowni atomowej. Urodziłem się z zamartwicą, wskutek czego doznałem dziecięcego porażenia mózgowego, a wraz z nim swoistej niepełnosprawności mowy.

Moja mowa, w odróżnieniu od chodzenia, rozwijała się bardzo dobrze, mówić zacząłem wcześniej, ale z jednym tylko i bardzo drobnym – zdawało się – mankamentem, którego w przypadku małych dzieci raczej nie bierze się pod uwagę, ponieważ wraz z rozwojem dziecka wada mija jakby samoistnie. Po prostu nie wymiałem głoski „r”. Na przykład zamiast Romek mówiłem Lomek. Ta głoska w mojej mowie długo nie istniała. Dlatego, gdy rozpocząłem naukę w szkole podstawowej, zostałem skierowany z tym deficytem do poradni pedagogiczno-psychologicznej. Tam zajęcia prowadziła pani logopeda z którą miałem zajęcia przed lustrem i na siłę musiałem wymawiać twardo spółgłoski takie jak „ba”, „da”.

Wtedy to właśnie, wskutek stresu, zacząłem odczuwać blokadę podczas rozmowy. Pojawiło się „zacinanie” w wypowiedzi, jękanie, powtarzanie wyrazów. Wada ta zaczęła mi dokuczać także podczas stresujących momentów. W czasie wakacji moja mowa też przestała być płynna. W okresie dojrzewania problem wciąż narastał, szczególnie w okresie gimnazjum, gdy byłem wyśmiewany jako jękała. Moja mama zauważyła, że taka dolegliwość strasznie mnie męczy, nie pozwala mi się rozwijać, powoduje, że zamykam się w sobie.

Długo z mamą szukaliśmy pomocy, aż wreszcie nam się udało. Pojechaliśmy do Wrocławia na dni otwarte dla osób z taką przypadłością jak moja. Pani logopeda zakwalifikowała mnie na turnus rehabilitacyjny

w Zakopanem. Pojechaliśmy tam 29 stycznia 2006 roku, w zimę stulecia, nazajutrz po narodowej tragedii – katastrofie budowlanej na targach gołębi pocztowych w Katowicach. Po dziewięciu godzinach podróży pociągiem dotarliśmy do Zakopanego.

Turnus rehabilitacyjny trwał 14 dni. Każdy musiał przyjechać z opiekunem. Taki był wymóg terapeutki. Pierwszy dzień polegał na nagrywaniu naszej mowy, a zarazem na rozstaniu się nią. Następnie przez osiem dni mówiliśmy tylko „pa”, „ba”. Naszym sposobem komunikacji była kartka papieru i długopis. Polegało to na tym, że stara mowa poszła do kosza, a pacjent, jak małe dziecko, uczył się jej od początku.

Później chodziliśmy do zakopiańskich biur w celu zamówienia wycieczki zagranicznej lub innej instytucji finansowej. Rozmowa musiała być nagrywana, aby można było ocenić, jak komunikujemy się z ludźmi i jakie postępy w mówieniu dała dotychczasowa terapia. Odbiorca rozmowy na koniec musiał wypełnić formularz i ocenić nasz poziom komunikacji.

Po dwóch tygodniach turnusu i ciężkiej pracy wróciłem do domu. Już następnego dnia musiałem telefonować do logopedy i mówić do niej bardzo wolno, a ona dzięki temu sprawdzała postępy w używaniu mowy. Przez kolejne dni ćwiczyłem w domu przed lustrem i chodziłem na wywiady do sklepów, urzędów i w inne miejsca. Po upływie tych dni rozpocząłem drugi semestr studiów stacjonarnych na kierunku zarządzanie i marketing. Na studiach w tym okresie terapii musiała towarzyszyć mi moja mama, gdyż mówiłem bardzo wolno, a na dodatek musiałem przeprowadzać dużo wywiadów, zadawać pytania na ulicy oraz co miesiąc przemawiać przed grupą osób. Co miesiąc musiałem też jeździć na mityng

do Warszawy w celu oceny mojego mówienia i przedstawienia dokumentacji logopedycznej.

W terapii były trzy rodzaje tempa mowy. Przez pierwsze trzy miesiące obowiązywało tempo wolne, następnie było średnie, a w następnym kwartale szybkie – ale tylko z nazwy, gdyż w praktyce było one bardzo wolne. Wiele osób, które mnie wtedy słyszało po raz pierwszy, uważało, że albo się wygłupiam, albo jestem po udarze lub wylewie.

Po roku terapii był egzamin sprawdzający umiejętności mowy, który zaliczyłem na „piątkę”. Terapia trwała 36 miesięcy, więc każdego ranka i wieczora ćwiczyłem przez 60 minut przed lustrem. Dodatkowo przeprowadzałem wywiady i przemówienia nawet po rocznym egzaminie. Moja mowa była w tym okresie bardzo dobra, mówiłem wyraźnie.

Jednak gdy zbliżał się okres końca terapii, nastąpił mocny kryzys, który gwałtownie pogorszył płynność mowy. Na początku byłem tym bardzo zmartwiony, zawiedziony, a nawet załamany. Ale pomyślałem sobie: mowa jest srebrem, a milczenie jest złotem.

W życiu wszystko jest po coś, nic nie dzieje przypadkowo. Gdybym miał przeklinać lub moja mowa miała przyczynić się do zrobienia czegoś głupiego, to niech będzie taka, jaka jest.

Obecnie zachowuję zasady terapii i staram się myśleć pozytywnie. Terapia nauczyła mnie pokory i szacunku do samego siebie. Była jednak kosztowna i męcząca nie tylko dla mnie, ale i dla całej rodziny. Myślę też, że może jeszcze nie jeden raz będzie mi w życiu potrzebna. Ponadto dzięki turnusowi rehabilitacji mowy poznałem wielu bardzo przyjaznych, interesujących ludzi, z którymi mam kontakt do dzisiaj.

KRYSTIAN CHOLEWA

Matka zawsze kocha swoje dzieci miłością bezgraniczną. Chciałaby im przychylić nieba. Mogłaby nawet życie oddać za swoje dzieci. Tak też i było w moim przypadku. Dziekuję jej za każdy dzień walki o moją sprawność fizyczną i intelektualną, bez jej wysiłku nie osiągnąłbym tego, co mam obecnie.

Mama, będąc ze mną w ciąży, skrupulatnie przestrzegała zaleceń lekarza. Pewnego grudniowego dnia, w roku awarii w elektrowni w Czarnobylu, przyszedł na świat mały człowiek imieniem Krystian. To byłem ja. Ta mała istota urodziła się z zamartwicą, ale gdy lekarze podali tlen, to wróciłem do życia.

Początkowo rozwijałem się prawidłowo, miałem dobry apetyt. Ale mama zauważyła, że mam problem z siadaniem. Przekazała te niepokojące informacje specjalistom, ten jednak zbył ją niezrozumiałą odpowiedzią: „niech go pani odchłodzi”.

Rodzicom moja wada nie dawała spokoju. Szukali pomocy poza województwem opolskim. Po dwóch latach tułaczki dok-

Uczniowie z mózgowym porażeniem dziecięcym, mimo że intelektualnie bywają w pełni sprawni, często borykają się z różnymi trudnościami w nauce. Potrzebują więcej czasu do nauki, większego wysiłku kosztując ich nauka pisania, z powodu spastyki z trudem posługują się tą umiejętnością, co gorsza, przeszkadza im towarzyszący nauce stres.

Tak też było w moim przypadku. W gimnazjum nauka była dla mnie znacznym ciężarem, niekiedy nie do przezwyciężenia. Bywało, że otrzymywałem bardzo złe oceny. Ale wielkimi krokami zbliżałem się do końca mojej gimnazjalnej nauki, więc musiałem zdecydować, co dalej z moją edukacją przygotowującą do życia. Zastanawiałem się nad pójściem do zasadniczej szkoły zawodowej. Niestety, w moim województwie opolskim nie było żadnej placówki, która kształciłaby osoby z niepełnosprawnościami. Prowadząca mnie doktor orzekła, że w szkole średniej sobie nie poradzę.

Zastanawiałem się więc, czy może wyjechać poza moje województwo i uczyć się tam w szkole zawodowej mieszkając w internacie?

tor pediatra w Katowicach postawiła trafną diagnozę. Mama była załamana, ale miała mocne wsparcie w ojcu i silną wiarę w Boga. Nie dość, że musiała się mną zajmować, to jeszcze opiekowała się starszą ciotką, która z nami mieszkała. W nocy, gdy jechaliśmy do lekarza na kontrolę, uciekła nam z domu i to zimą, ale na szczęście ojciec odnalazł ją całą i zdrową.

W wieku czterech lat miałem operację w Krakowie, później zaczęła się intensywna rehabilitacja. Mama już tam, w szpitalu, uczyła się podstaw rehabilitacji i masażu. Od tego czasu, już w domu, byłem przez mamę systematycznie rehabilitowany. Musiała zrezygnować z pracy, ponieważ opieka nad niepełnosprawnym synem i starszą ciotką była całodobowa. Na sen brakowało jej czasu. Wstawała rano o piątej. Najpierw szła do ciotki, by się nią zająć, a następnie mnie szykowała i wiozła do szkoły, a tam zanosila do klasy. Wracała do domu przygotować obiad i zająć się ciotką, a potem – z powrotem po mnie do szkoły. Następnie jechaliśmy na ćwiczenia po 30 kilometrów. Po po-

Matczyna miłość

wrocie do domu rozkładała stół i mnie masowała. Popołudniami pomagała w mi odrabianiu lekcji. Mama musiała mieć ogrom siły i cierpliwości, a czerpała to od Boga.

Podczas wakacji co roku wyjeżdżaliśmy na turnusy rehabilitacyjne. Wieczorami, zamiast po całym ciężkim dniu wypocząć, mama jeździła ze mną na rowerze lub chodziła ze mną do wiejskiego klubu, gdyż tam schody były bardzo strome, więc sam nie mogłbym ich pokonać. Zimą chodziła ze mną na lodowisko, przez co dostała zapalenia płuc. Przez pewien czas pracowała w kraju tulipanów, by zarobić na moją rehabilitację i kosztowne turnusy rehabilitacyjne.

Każdego dnia dziękuję Bogu, że mam taką mamę. Jestem jej niezmiennie wdzięczny. Teraz, gdy już jestem dorosły, wspieram ją i pomagam jak mogę.

KRYSTIAN CHOLEWA



W Szklarskiej Porębie. Moja siostra i ja u mamy na ręce.

FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

W liceum nikt mi nie dokuczał

Tego się jednak bardzo obawiałem. W bursie w takim młodym wieku mogłbym się znaleźć w nieodpowiednim towarzystwie, ktoś mógłby się nade mną znęcać, co w trakcie nauki szkolnej już mi się zdarzało.

Więc postanowiłem pójść



W bramie do mojego Zespołu Szkół Zawodowych w Krapkowicach.

do szkoły średniej oddalonej od mojego miejsca zamieszkania o 15 kilometrów. Był to Zespół Szkół Zawodowych im. Piastów Opolskich w Krapkowicach. Jest to placówka o randze liceum, w którym zdałem maturę. Ucząc się tam mogłem na każde popołudnie i wieczór wrócić do mojego domu. Do szkoły dojeżdżałem samodzielnie autobusem. Miałem bardzo w porządku wychowawcę pana Tomasza Szveda i 27 sympatycznych, przyjacielskich kolegów. Nikt mi nie dokuczał, każdy akceptował mnie takim, jakim jestem – w przeciwieństwie do poprzedniej szkoły, o czym już pisałem w artykule „Stawiłem czoła przemocy” w sierpniowym wydaniu „Filantropa” na stronie 33.

Było to liceum o profilu „zarządzanie informacją”. Mieliśmy dużo lekcji z informatyki.



Mój identyfikator szkolny.

FOT. (2X) ARCHIWUM AUTORA

Nauka, o dziwo, w liceum, szczególnie w pierwszej klasie, szła mi bardzo dobrze, szczególnie z matematyki i informatyki. Czuję się tam bezpieczny, wracała mi wiara w siebie.

Moja szkoła mieściła się w zabytkowym zamku. Z sentymentem wspominam spędzo-

ny w niej czas. Dodam jeszcze, że warto próbować, by dziecko z niepełnosprawnością ruchową wybrało szkołę średnią. Moje doświadczenie mi mówi, że szkoła zawodowa jest dobrym wyborem, ale dla osoby, która nie posiada defektów fizycznych.

KRYSTIAN CHOLEWA

Prezentujemy czytelnikom „Filantropa Naszych Czasów” imponujące fotografie osób z niepełnosprawnościami z terenu powiatu poznańskiego – uczestników Warsztatu Terapii Zajęciowej „Roktar” w Tamowie Podgórnym. Zdjęcia są rezultatem zajęć terapeutycznych rozwijających ich zainteresowania i pasje. Stawiamy także zapis chwil, które zostawiły ślad w ich pamięci i które mieli okazję przeżyć na swój sposób.

Fotografia z powodzeniem jest wykorzystywana w rehabilitacji i terapii osób z niepełnosprawnością intelektualną, autyzmem, problemami zdrowia psychicznego oraz innymi niepełnosprawnościami. Swoich sił w tej dziedzinie sztuki próbują nawet osoby słabowidzące. Umożliwiają to coraz nowsze i bardziej wyspecjalizowane narzędzia jak aparaty fotograficzne z odpowiednią szybkością migawki oraz urządzenia mobilne. Zdawać by się więc mogło, że wykonywanie zdjęć jest wyjątkowo proste. Niestety, prócz aparatu w dłoni, trzeba mieć również talent. Umieć uchwycić w kadrze właściwy obraz, wybrać odpowiedni moment, stosowną sytuację. Z tym zadaniem uczestnicy WTZ poradzili sobie znakomicie. KK.

Widoki powiatu



„Jezioro w Lusowie”. Autor: Marta Kubiak.



„Mrowino”. Autor: Krzysztof Stępnia.



„W drodze do Chyb”.
Autor: Przemysław Bieńewski.



„Chyby”. Autor: Jagoda Janiszewska.



„Poranek w Baranowie”. Autor: Urszula Galińska.

„Co ja teraz zrobię?” po-
mama Kasi. „Gdy weszłam
do jej pokoju, na biurku le-
żał list do przyjaciółki. A ja
przeczytałam jego zakoń-
czenie.” Kasia tak napisała:
Może się spotkamy, a może
nie. Bo nie wiadomo, czy
jakiś samolot nie rąbnie w
mój wieżowiec. To mi się
teraz śni. Ja biegnę, moja
nocna koszula powiewa w
płomieniach. Ja wierzę w
sny. I wszystko może się
teraz zdarzyć. Odezwij się.
Chcę być pewna, że żyjesz.
Twoja Kasia.

Mama Kasi była wstrzą-
śnięta. „Najdziwniejsze jest
to, że nie można było po niej
poznać, że się boi. Owszem,
płakała patrząc na obraz
uderzenia samolotu w wie-
żowiec, ale niewiele mówiła.
I dopiero ten list...”

To, co się wydarzyło w
Nowym Jorku – zachwia-
ło poczuciem bezpieczeń-
stwa wielu dzieci, a w
jeszcze większym stopniu
młodzieży. Bowiem fakt ter-
rorystycznego ataku głębiej
przeniknął do jej bardziej od
dziecięcej rozwiniętej wy-
obraźni, lepiej też zdaje so-
bie ona sprawę z możliwych
dalszych skutków ataku.

O dzieciach mówiono
mi, że niektóre krzyczały w
nocy, inne siedziały przed
telewizorem „skamieniałe”,
jeszcze inne po kilku dniach
zaczęły się bawić „w terro-
rystów”. Coś na wzór zabaw
w „policjantów i złodziei”.
Wiadomo też, że pojawiły się
nawiązujące do tragicznego
wydarzenia zabawki, jak
opisany w prasie zielono-
czarny karabin, strzelający
błyskiem i odgłosem karabi-
nu maszynowego, a pomię-
dzy salwami można usłyszeć
„Osamabinladen!” Podobno
dzieci przepadają za tą za-
bawką, w dodatku taną.

Tak więc jedno przeraże-
nie goni następne. Czy dla
zysku naprawdę wszystko
jest dozwolone? Czy wolny
handel powinien być wolny
od jakiegokolwiek odpowie-
dzialności?

Dla dzieci zabawa „w ter-
rorystów” może być sposo-
bem na rozładowanie lęku,
w sytuacji braku zajęcia się
ich niepokojem przez osoby
dorosłe. Nie chodzi przy tym
o samą zabawę, ale o pod-
suwane przez sprzedawców
nieodpowiednie zabawki.
Bowiem chłopcy mogą „za-

Szok terroryzmu

smakować” w narzuconej im
przez przedmiot roli, będą
wówczas przeżywać radość
z „bycia terrorystą”, może to
dla nich być „fajna zabawa”
– jak twierdzi Karol. I wtedy
znika współczucie.

Niektóre dzieci odbierały
widziane obrazy telewizyjne
jak film – „taki gangsterski
albo przygodowy” jak są-
dził Marek. Dla niektórych
dorosłych taki „film” był po-
mysłem na zdobycie zysku.
Każda okazja zostanie wy-
korzystana. Na zasadzie „cu-
dzego bólu nie czuję”.

Oczywiście, zdecydowa-
na większość ludzi przeżyła
ogromny szok, a wiele ro-
dziców obawiało się o swoje
dzieci. Niektórzy mieli wą-
tpliwości, czy powinny one
znać prawdę? Czy dziecięca
psychika udźwignie jej ciężar?
A jeżeli przeżywają lęk,
to jak mogą sobie z nim po-
radzić? Jak pomóc dzieciom?

Odpowiedź na te pełne tro-
ski pytania jest następująca:
dzieci, począwszy od wieku
przedszkolnego, mają dużą
potrzebę informacji. Należy
powiedzieć im prawdę, jed-
nak w sposób dostosowany

do ich psychiki. To znaczy,
spokojnie i rzeczowo, jednak
bez wnikania w szczegóły.
Wypowiedź powinna być za-
kończona zapewnieniem, że
jemu samemu nic nie zagra-
ża. Na pojawiające się pyta-
nia dziecka należy odpowia-
dać, a nawet zachęcać do
stawiania pytań i do dialogu.

Po tym, jak i po innych
tragicznych wydarzeniach,
należy dziecko uważnie ob-
serwować. Niektóre dzieci
nie ujawniają swoich obaw,
jednak ze względu na ich
zdrowie psychiczne lęki nie
powinny być tłumione, ale
należy je „wydobyć”. Poprzez
rozmowę, poprzez rysunek,
także poprzez zabawę. Byle
była to zabawa swobodna
i spontaniczna, a nie mani-
pulowana przez dorosłych
podsuwaniem dziecku nie-
odpowiednich przedmiotów.

Mówiono mi o rozmaitych
pytaniach dzieci. Czy tam
mieszkali ludzie? Czy miesz-
kały dzieci? Czy tam było
przedszkole? Dlaczego lu-
dzie to zrobili? Czy pasażer-
owie nie mogli wyskoczyć z
samolotu na spadochronie?

Dzieci mają nieraz do-

brą intuicję. Po przeżytym
przerażeniu niektóre budo-
wały wieże z klocków Lego
i uderzały w nie plastikowy-
mi samolotkami. Inne ry-
sowały – zazwyczaj wieże,
ogień i dym. Rysowały to co
widziały i co poruszyło ich
wyobraźnię. Były to dobre
sposoby odreagowania stre-
su. Były jednak i takie dzieci,
które nie chciały same spać,
albo na powrót zaczęły ssać
palec, lub też moczyć się do
łóżka. Taki powrót do wcze-
śniejszego okresu dzieciń-
stwa nazywamy regresją, a
dziecko u którego ten me-
chanizm wystąpi, wymaga
szczególnego zajęcia się
nim.

Jak każde wydarzenie,
także to tak bardzo tragicz-
ne w Nowym Jorku, pomału
zacznie tracić na znacze-
niu. Myśli i uczucia naszych
dzieci zapełnią inne sprawy.
Jakiegokolwiek by one nie były,
śladów tamtych dni wyma-
zać z pamięci się nie da.
Będą jedynie zawierały co-
raz mniej przerażenia.

IRENA OBUCHOWSKA
Z KSIĄŻKI „KOCHAĆ I ROZUMIEĆ” CZ. III



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Magister wychowania fizycznego grupy z Łodzi uprzedził mnie, że będzie mógł być na turnusie tylko dziesięć dni. Uspokoił zaraz, że na pozostały okres umówił już koleżankę. Umówionego dnia przed świtem zbudził mnie dozorca informując, że na stopniach budynku administracyjnego siedzi drżąca z zimna dziewczyna.

Zabrałem ją do „kierowniczego” pokoju, wskazałem rezerwowe łóżko i poleciłem spać do oporu. Przed zakończeniem porannego apelu wywołałem czterech najlepiej zbudowanych uczestników i poleciłem im przynieść to, co leży w moim pokoju w łóżku. Po pełnej oczekiwania chwili chłopcy z udawanym wysiłkiem przynieśli „coś” w prześcieradle. Delikatnie ułożyli przed flagą. Całym turnusem targnął śmiech. Na prześcieradle leżała skulona w głębokim śnie dziewczyna, która już na pierwszy rzut oka wydawała się być super laską. Dopiero po dłuższej chwili otworzyła nieprzytomne jeszcze oczy i zerwała się na równe nogi. Teraz śmiechy zostały wzmocnione gwizdami.

Instruktorka łodzian do końca turnusu zachwycała wszystkich umiejętnością prowadzenia zajęć i ogromną serdecznością dla wszystkich uczestników. Gdy po kilku dniach żegnaliśmy się wszyscy na dworcu PKP w Poznaniu, szlochała z żalu, że to już... Nie, nie wyróżniam jej, bo wszystkie instruktorki były wspaniałe. Na przykład Gosia z Łodzi. Ona pracowała z nami na wszystkich turnusach, chociaż już nie szlocha (przynajmniej nie słysząc tego podczas rozmowy telefonicznej). Jej mąż Zdzisław, który przebywał również na wielu turnusach i poza ruchowymi ćwiczeniami rehabilitacyjnymi organizował zespół muzyczny, również ze wzruszeniem (męskim) wspomina tamte spotkania.

Nie mogę nie wspomnieć o grze liczbowej TOMBOLA, którą w 1964 roku przeniosłem na turnusy rehabilitacyjne z pobytu w sanatorium „Wrzos” w Ciechocinku. TOMBOLA udoskonalana przez lata stała się najbardziej atrakcyjnym punktem prowadzonych przez mnie turnusów. Drugą atrakcją były programy satyryczne. Z upływem lat nasze kabarety przestały

ograniczać się do działalności podczas turnusów rehabilitacyjnych. Robią furorę, zarówno jeśli chodzi o treść, jak i formę. Są często przedmiotem zachwytu widzów, który dotąd nie spotkali się z takim poczuciem humoru u ludzi, o których najczęściej myśleli jedynie w kategoriach nieszczęścia. Do dzisiaj nie wyzbyłem się przyjemności przygotowywania programów kabaretowych, ich reżyserowania i występowania w nich.

Turnusy rehabilitacyjne także i dla mnie okazały się źródłem wiedzy o osobach niepełnosprawnych, wiedzy, którą uzupełniała bogata już obecnie literatura. Dużo pisałem: komentarze, małe rozprawki, reportaże, prowadziłem korespondencję z różnymi ośrodkami dla osób niepełnosprawnych w wielu krajach Europy. Moje pisanie polegało na tym, że popołudniami – aż do późnej nocy – mniej lub bardziej wyraźnie zapisywałem odręcznie strony A4. Rano, gdy już spożywałem przygotowane przez Bożenkę śniadanie, w dobranej przeze mnie umiejętnie chwili zwracałem się do małżonki: „Bożenuś... Bożenuś”. Już się domyślała, że mam kilka lub kilkanaście stron do przepisania na maszynę. Nie sprawiło jej to wielkiej radości, zaraz więc uspokajałem, że na pojutrze. Dręczyło mnie, że Bożenka – choć już na wcześniejszej emeryturze – jest tak zaabsorbowana moimi sprawami. Wprawdzie to były także po części i jej sprawy, ale czuła się już zmęczona.

W 1993 roku otrzymałem wymarzony komputer. Tak. Ale choć wymarzony, prawie przez rok nie mogłem się zdecydować, by pracować przy nim. A potem... Potem uwielbiałem zasiadać przy komputerze. Nie, nie żadne gry lub tak popularny Internet. Pochlaniała mnie prywatna korespondencja i przygotowywanie materiałów na turnusy rehabilitacyjne (piosenki, zgadywanki, skecze itp.), a także opowiadania i reportaże. Siedziałem przy komputerze nie raz do świtania, rad, że zdoła-

Szlachetne

łem tyle napisać i to w sposób wyszukany pod względem formy. Moja żona nawet nie zbliżała się do komputera. Ja natomiast cieszyłem się, że uwolniłem ją od katorzniczego stukania na maszynie.

Komputer wzbudzał zainteresowanie wśród wielu uczestników turnusów. Zwłaszcza tych, którym brak sprawności manualnej uniemożliwiał pisanie odręczne. Ci, którzy byli już od pewnego czasu wyposażeni w komputer, przywozili go na turnus. Z satysfakcją demonstrowali umiejętność pisania i zachęcali innych. Pomagał im w tym Kazik Dopierała, który przez długie, długie lata kierował pracownią aparatury naukowej w Instytucie Ortopedii i Rehabilitacji AM w Poznaniu. Pracownia była nastawiona przede wszystkim na wyszukiwanie skutecznych metod niekonwencjonalnego obsługiwanie komputerów. Kierownictwo turnusów natomiast udzielało informacji na temat możliwości uzyskania pomocy z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych na zakup komputera. Mógłbym wskazać wielu uczestników turnusów, dla których komputer od lat jest środkiem umożliwiającym zaistnienie w społeczeństwie, także jako dziennikarzy i pracowników warsztatów terapii zajęciowej. Możliwość korzystania w domu z komputera daje im olbrzymią satysfakcję zwłaszcza teraz, gdy to urządzenie jest środkiem porozumiewania się prawie z całym światem.

Pierwszy raz pocałowaliśmy się w pierwszej klasie liceum. Mieliśmy wtedy po dziesięćnaście lat. Stało się to na szkolnej prywatce, w czasie zabawy w podawanie z ust do ust złamanej w pół zapalki. Nie mógł być więc ani czuły, ani namiętny. Kiedy byłem na pierwszym roku studiów, matka Bożenki zakazała mi widywać się z córką. O nieposłuszeństwie Bożenki wiedziała jednak duża część mieszkańców Śremu. W tej sytuacji jej życie stało się koszmarem. W lecie 1950 roku, gdy byłem już na trzecim roku studiów, Bo-

żenka zdecydowała się uciec z domu. W którąś letnią niedzielę skorzystała z tego, że matka była na niesporach, wsiadła do autobusu i pojechała do Poznania. Przyjęła ją tam serdecznie nasza koleżanka szkolna – i Maryla Frąckowiak i właścicielka małego pokoiku, „paniunia”, znacznie porażona po polio. Bożenka dzieliła z Marylą łóżko, bo na wstawienie drugiego nie było miejsca.

Wtedy jej matka zaczęła ją nękać listami. Ich treść miała jej mnie obrzydzić i ukazać nędzny los, gdy wyjdzie za mnie. W jednym z łagodniejszych ubolewała nad tym, że jej ukochana córka nie będzie miała inteligentnych i ładnych dzieci. W innym obrażała się, że Bożenka utrzymuje kontakt z komunistą, bezbożnikiem i członkiem rodziny, która w hierarchii społecznej Śremu jest prawie niczym. Jeszcze w innych wyrażała zgorznienie, że zadaje się z opętany przez szatana wyuzdańcem. Bożenka domyślała się, że zarzut jest bardzo straszny, chociaż nie rozumiała słowa wyuzdaniec i prosiła mnie o jego wytłumaczenie.

Już kilka dni po swojej ucieczce do Poznania, dzięki mojemu kuznowi Edwardowi, Bożenka rozpoczęła pracę w przedsiębiorstwie „Bakutil”. Spotykaliśmy się każdego wieczora na ławeczce pod drzewami, między budynkiem wydziału finansowego a tyłami akademika Hanki Sawickiej. Tam jadalśmy kolację – kanapki, które przygotowywała Bożenka, popijając je herbatą z termosu. Później, jeśli pogoda na to zezwalała, szliśmy na spacer. Pomimo moich nalegań Bożenka ani razu nie weszła do akademika. Z upływem tygodni jej rodzeństwo coraz bardziej wyrozumiale oceniało nasz związek i wycofywało się z potępienia siostry. Matka, chociaż w dalszym ciągu mnie nie uznawała, zezwalała Bożence na niedzielne przyjazdy do domu rodzinnego.

Tymczasem zbliżał się koniec moich studiów i należało pomyśleć o wspólnej przy-

blizny⁽⁵⁾

szłości. Wspólnej, bo byliśmy całkowicie zdecydowani na pobranie się. Bożenka nadal pracowała w „Bakutilu”. Po wyjściu za mąż Maryli mieszkała już sama u „paniuńci”. Ja pracowałem w „Społem”, a dodatkowo byłem kierownikiem szkoły majstrów ortopedycznych. Jednoklasową szkołę przyjęła pod swój dach Poznańska Wytwórnia Protez. Otrzymałem wtedy mały pokój na piętrze połączony z mieszkaniem byłego pracownika wytwórni, a jeszcze wcześniej wieloletniego clowna – człowieka o miłym sercu.

Ślub wyznaczaliśmy na sobotę 16 sierpnia 1953 roku. Wystąpiłem w gotowym czarnym garniturze i byłbym nawet elegancki, gdyby nie to, że miał on o co najmniej dziesięć centymetrów za krótkie rękawy i odsłaniał duży kawał protez. Bożenka miała nową garsonkę i używane, ale bardzo ładne buty. Oczekiwaliśmy dłużej na swoją kolejkę w towarzystwie świadków: księdza Wiesia, Edka i Janka. Do dzisiaj nie wiem dlaczego, ale wszystkim nam było wręcz wesoło. Nasze nastroje ujawnialiśmy tak hałaśliwie, że kierownik Urzędu Stanu Cywilnego zmuszony był przerwać odbywaną właśnie ceremonię poprzedzającą nasz ślub i zwrócić rozbawionym uwagę na powagę urzędu i chwili.

Oba nasze śluby, i cywilny, i kościelny, miały się odbyć w absolutnej tajemnicy. Zatem do kościoła nie zjechał sznur samochodów (zresztą skąd by się miały wziąć). Dotarłem na miejsce tramwajem, a Bożenka również, tyle, że w towarzystwie Maryli Frąckowiak. Zachowanie tej tajemnicy było konieczną ostrożnością, wynikającą z nadal złych stosunków z rodziną Bożenki. Aby jednak Bożence nie było przykro, umówiliśmy się wcześniej, że w kościele nie zjawi się nikt z mojej najbliższej rodziny. Tak się też stało. Z dalszej rodziny przyszło kilkanaście osób z kwiatami i prezentami, w ty z koszem do bielizny i dużą ilością sprzętu domowego. Zjawiło się także grono koleżanek i kolegów z

pracy Bożenki i mojej. Ceremonia był wzruszająca, a kościół przepięknie ukwiecony, co pozostało po święcie Najświętszej Marii Panny.

Przyjęcie weselne odbywało się w mieszkaniu mojej siostry Krysi. Składały się na nie średnio bogate kanapki oraz słodkie pieczywo i herbata. Wszystko to kosztowało prawie 210 złotych (!). Po „weselu” udaliśmy się przez park Wilsona do fotografa, a po kilku godzinach, przebrawszy się odpowiednio i wrzuciwszy na siebie plecaki, pojechalśmy nocnym pociągiem osobowym do Zakopanego. Tam bowiem zaczynały się piesze wczasy, które jako dyskretny prezent ślubny otrzymaliśmy od rad zakładowych naszych zakładów. Pierwszy dzień małżeństwa nie wypadł nam najlepiej. Tuż po godzinie szóstej do pokoju wtargnęła sprzątaczką, a po kilku godzinach wdrapywaliśmy się na Giewont. Z uwagi na bardzo trudne wejście Bożenka nie była zachwycona, co wyrzucała mi mniej więcej co pięć lat. Pieszą wędrowkę ustalonym szlakiem zakończyliśmy w Krynicy w pociągu.

Pobyt na wczasach tylko niewiele wzmocnił nasze siły do walki o pokonanie kłód, które los nam rzucał na drodze do małżeńskiego i rodzinnego życia. Wzmocniłem starania o przydział jakiegokolwiek mieszkania. Póki co, Bożenkę nielegalnie ulokowałem w moim ciasnym pokoiku w Wytwórni Protez. Między stołem a łóżkiem małżonka urządziła sobie legowisko na sześciu paczkach starych przekrojów. Przechodziliśmy do „swego mieszkania” późnym wieczorem, aby nie spotkał nas snujący się o korytarzach dyrektor Łuszczewski. Ale i bez tego wiedział, że przetrzymuję Bożenkę. Kilkakrotnie wzywał mnie na rozmowę i ponawiał zakaz jej nocowania w Wytwórni. Wyznam szczerze, że nie były to zakazy pod jakąś groźbą. Klientem Wytwórni Protez byłem od 1948 roku i łączyła mnie z dyrektorem prawie przyjaźń. Mimo to Bożenka starała się przemycić do „mieszkania” tak, aby sie-

dzący w portierni dozorca nie zauważał tego. Swoimi staraniami o względnie normalne mieszkanie absorbowałem przede wszystkim radę zakładową „Społem”, miejskie władze lokalne oraz dział skarg i zażaleń KW PZPR. Nasze koczowanie przedłużało się i było szczególnie uciążliwe. Dalekie od naszych marzeń o najmniejszym chociaż mieszkanku.

W Poznaniu mieliśmy wielu przyjaciół z gimnazjum i liceum w Śremie, którzy przenieśli się do poznańskiej metropolii w poszukiwaniu lepszego życia. Przy ulicy Kmieciej (stare Winogrody) w jednym z niewielu domów pozostałych po walkach o cytadelę mieszkał Jurek Krybus z żoną i małym synkiem. Drugą część wspólnego mieszkania zajmowała rodzina inżyniera, którą poznaliśmy i żyli się z nią dzięki wspólnemu wegetowaniu. Któregoś dnia Jurek dyskretnie poinformował nas, że sąsiad otrzymał mieszkanie w blokach. Zadziałem błyskawicznie dostałem przydział swego mieszkania na Kmieciej. To nic, że nie miało gazu. To nic, że ściany nosiły ślady walk. To nic, że było potwornie zimne, a w dodatku właściciele domu nie przyjęli nas serdecznie.

Po kilku dniach od przydziału mieszkania otrzymaliśmy drugie w ciągu dwóch lat skierowanie na wczasy wędrownie. Tym razem zaczynały się w Olsztynie, a kończyły w Ustroniu Morskim. Następnego dnia po powrocie na Kmieciej zjawił się milicjant z przewodniczącym komitetu blokowego. Funkcjonariusz stwierdził, że nie jesteśmy tu zameldowani i wypisał mandat. Nie pomogły tłumaczenia, że faktycznie mieszkamy tu zaledwie cztery dni, że nie zdążyliśmy załatwić formalności meldunkowych przed wyjazdem na wczasy, że kwota mandatu to nasze ostatnie pieniądze. Przewodniczący komitetu blokowego nie wyrzekł ani jednego słowa w naszej obronie. Było oczywiste, że obaj zostali nasłani przez właściciela domu. To utwierdziło nas w przekonaniu, że

nie będziemy mieć łatwego życia.

Istotnie, po kilku dniach się zaczęło. Głęboką nocą syn właściciela wychodził przed dom i w nasze okna rzucał garściami żwiru. Często lokował się w piwnicy, która była pod nami, i łomem walił w jej sufit. Oddzielną kłódką zamykał wspólne drzwi od piwnicy, żeby uniemożliwić nam pobranie węgla. Z nieczynnej łazienki wynosił w nocy nasz kubek z popiołem i śmieciami, wysypywał przed dom, a rano robił głośną awanturę. Kiedy tylko w nocy spadał bardziej obfity śnieg, w wywieszce dyżurów obejmujących między innymi usuwanie śniegu już od poranka umieszczał nazwisko Niemczyk. Często też przerywał dopływ prądu do naszej kuchni, pozostawiając Bożenkę bez możliwości gotowania i podawania ciepłego mleka naszym małym dzieciom. Szczegółem z wszystkiego było to, że godzinę po przyjeździe z kliniki położniczej z nowonarodzonym młodszym synem Olkiem, syn gospodarza – docent Politechniki Poznańskiej – na długo pozbawił nasze mieszkanie prądu. Tym samym zmusił nas do opuszczenia go na kilkanaście dni.

Nasz pokój miał około dwudziestu metrów kwadratowych. Z nastaniem chłódów nie pomagały zwinięte koce utykane pod parapetem i dodatkowo koc zawieszany przy wejściu do przedpokoju. W ciągu pięciu lat wegetowania w pokoju przy ulic Kmieciej zmienialiśmy cztery razy piec. Dopiero nieduży, ale kaflowy piec, który zdobyliśmy drogą wielu wyrzeczeń, zdołał ogrzewać nieco pokój.

W okolicy nie było urzędowego wysypiska, nosiłem więc śmieci i popiół do wyrobiska, gdzie później powstały obiekty klubu sportowego „Posnania”. Brnięcie tam po kolana w śniegu z dwoma kubkami na kikutach rąk nie należało do przyjemności. Starałem się jak najbardziej oszczędzać Bożenkę. Nie pozwalała uważając, że dopóki może, musi częściowo oszczędzać męża. Nie mogłem jej pomóc wówczas, gdy wybierała się z dzieckiem do trolejbusu. Wychodziłem bowiem do pracy o wiele, wiele wcześniej.

cdn.

EDWARD NIEMCZYK



A.M. Krystosik
Gromadzińska
SZCZECIN

UDAŁO SIĘ. MAMY CO ŚWIĘTOWAĆ

Urodziny Pawełka są co-roczną okazją do zorganizowania rodzinnego spotkania i wspólnego świętowania. Mamy swoje rytuały, wybieramy balony, smak i wygląd tortu, dekorujemy ogródek, wymyślamy atrakcje.

Mamy co świętować. Każdy rok to czas kolejnych stoczonej bitew o Pawełka zdrowie, o lepsze życie. Każde urodziny to moment, w którym uświadamiamy sobie jak wielkimi jesteśmy szczęściarzami, ile dobrze nas spotkało przez kolejne 12 miesięcy, ilu poznaliśmy ludzi, którzy stali się nam bliscy. Gromadzimy kolejne doświadczenia i z niedowierzaniem patrzymy na nasze dziecko, które jeszcze niedawno nosiliśmy na rękach. Daliśmy radę. Przeżyliśmy okres niemowlęcy spędzony w dużej mierze w szpitalu, potem wczesne dzieciństwo też blisko i w szpitalu, trochę późniejsze dzieciństwo, w którym walczyliśmy o utrzymanie przeszczepu. Wkroczyliśmy w okres nastolatka. Mamy co świętować. Udało się!

Staramy się. Czasami ponad siły, a kiedy indziej żyjąc jak w bańce mydlanej, jakby wszystko było normalnie, zapominamy o problemach. Odnosimy większe i mniejsze sukcesy, wspólnie i każde z nas osobno, porażki też się zdarzają, dla równowagi.

Zmienia się Paweł, zmieniamy się my i zmienia się świat wokół. To dobrze. Stać w miejscu byłoby smutno. Oczywiście miło jest wspominać dobre chwile, pierwszy kroki Pawełka, jego kolejne kroki milowe, ale równie ważne jest dostrzegać to, co dzieje się teraz i patrzeć w przyszłość, ale niezbyt daleko. Już wiemy, że nic nie jest na pewno, że plany owszem warto mieć, ale z dnia na dzień może się wszystko zmienić i nie można się kurczowo trzymać jakiejś wizji. Życie w oczekiwaniu na kolejny przeszczep, z codziennymi dializami, potrafi zaskoczyć. Trzeba być gotowym na wyjazd do szpitala o każdej porze dnia i nocy. Już nieraz się tak zdarzało. Tak po prostu

jest i mamy to uwzględnione w planach. Ograniczenia są, ale w pewnym sensie porządkują nasz rytm. To, co jest trudne, może być i dobre, jeżeli inaczej się na to spojrzy.

13 urodziny Pawełka już za kilka dni. Pojedziemy kupić balony z helem. Dwa, może trzy... i jeszcze kilka zwykłych do nadmuchiwanie. Paweł sam zrobił już piniatę. Trzeba ją tylko wypełnić cukierkami. Myślę o torcie. Nie łatwo w tym względzie sprostać oczekiwaniom syna. Pośleliśmy go na wakacyjny kurs kulinarny i teraz, gdy poznał smaki kuchni z różnych stron świata, horyzonty znacznie się rozszerzyły. Poza tym jest fanem programów telewizyjnych, w których mistrzowie cukiernictwa prezentują swoje osiągnięcia. Jak mam więc zrobić piętrowy tort lewitujący, będący repliką statku ze Star Wars? Projektuję stelaż i zastanawiam się, gdzie mam go schłodzić, gdy za oknem ponad 30 stopni? Coś trzeba będzie wymyślić. Uda się, nawet jeżeli tort nie będzie „latał”. A może Paweł będzie sam chciał zrobić tort?

Wiele rzeczy robi już sam i obserwuję niezwykłą przemianę w tym względzie. Nowe środowisko, nowy dom, znacznie przyczyniły się do tej zmiany. Myślę, że Paweł po prostu korzysta, bardziej czy mniej świadomie, z szansy, która się przed nim pojawiła. Buduje swój wizerunek do nowa. A może po prostu wcześniej nie miał takiej możliwości. Spędza czas z rówieśnikami w nowej przestrzeni, która jest tylko ich. Okoliczne góry ziemi dostały nazwy gór z całego świata. Kępy drzew też mają swoje imiona. Pola aż po horyzont dopełniają całości świata, który sobie dzieci oswoiły, nazywając jego elementy.

Kiedy to wszystko się stało? Kiedy minęło trzynaście lat? Nie wiem. Zupełnie nie wiem jak to możliwe, że Paweł jest już taki duży. Udało się. Mamy co świętować. I będziemy. Już za kilka dni.

MASZYNA LICZĄCA

Zanim jednak będziemy świętować, trzeba mierzyć się z dniem codziennym. Spoglądam na zegarek.

Godzina 00.01. – muszę już o tej porze spać. Jeżeli przekroczę północ, to następnego dnia będę półprzemyślna.

01.00; 01.50, 02.00...lub do-

wolnie inna godzina – nocne alarmy cyklowe. Muszę szybko wstać, bo maszyna wyje. Szkoda, żeby Pawełek się obudził.

02.30 – pobudka. Trzeba pomóc Pawełkowi z nocnym sikaniem. 150 ml (militrów) moczu, a może 200 ml, a może 300 ml. Muszę zapisać w zeszycie, ale zachować w pamięci do rana.

02.40, 03.00, 04.00, 05.00 – lub dowolnie inna godzina – kolejne nocne alarmy cyklowe. Znowu trzeba wstawać. Bywa, że można zerknąć na wschód słońca. Ale potem trudno już zasnąć.

06.55 – pobudka właściwa. Zaraz będzie kończyć się dializa. Ostatni drenaż jest pod kontrolą. 12 godzin dializy minęło. 10 cykli po 1100 ml.

150 ml, a może 180 ml moczu – zapisać, 100 ml nalać wody dla Pawełka.

20 ml – tyle zazwyczaj jest drenażu początkowego. Potem trzeba przekroczyć 11.000 ml. Sprawdzić – 400 ml, a może 500 ml. Trzeba też spisać poszczególne wyniki – a jest ich dziesięć: 200 ml, 100 ml. -20 ml.....itd.

Policzyć bilans. 100 ml, a może minus 150 ml, najlepiej 0 ml.

7.15 – Paweł musi wstawać. 200 ml herbaty do śniadania. 500 ml spakować do plecaka. Gdy dłuższy dzień w szkole, 700 ml. 2x, 1x biała tabletki, 1/2 małej tabletki, 2 krople, 6 kropli.

33,1 kg – zapisać, 36,3 0C, 96/56, p.89 – zanotować.

Godz. 7.40 – trzeba wyjeżdżać do szkoły. 30 sekund – tyle trwa zielone światło. 68 sekund – tyle trzeba na nie czekać. Nie przekroczyć 50 kilometrów na godzinę.

7.55 – dzwonek na przerwę w szkole. Szafka 23, 1 piętro, sala 26.

Do auta. 50 km/g, ograniczenie do 40 km/g. Pobrać klucze. 8.15 grupa 32.

Mijają kolejne godziny. 14.35 pod szkołą. Spisać płyny, nalać 200 ml... To dopiero obiad....

Dwa

Tyle jeszcze cyfr do zapisania i przeliczenia do wieczora....

200, 500, 11000, 146, 300, 120, 1/2, 2, 1, 20, 2500.... itd.

Znowu kładę się spać. Śni mi się wielka maszyna licząca. Jest w mojej głowie. Miliony trybików kręcą się w zawrotnym tempie. Maszyna koduje i rozkodowuje, przelicza. Płyną rzekami cyfry. Cel jest jeden. Zbilansować wszystko. Ma wyjść 0.

Życie z dializą, ze schyłkową niewydolnością nerek wymaga liczenia. Ani za dużo, ani za mało nie można wypić. Trzeba co najmniej dwa razy dziennie kontrolować masę ciała, ciśnienie, temperaturę. Trzeba ustawiać parametry dializy, pilnować dawek leków. I trzeba wpisać to liczenie w rytm dnia, który wyznaczają mijające zbyt szybko minuty i godziny.

Jestem więc mamą – maszyną liczącą. Cały dzień i noc mam przed oczami liczby. Zapisuję je niestrudzenie w zeszycie. Liczę. A wszystko po to, by „z doby” było 0. Śmieszne, ale i smutne, dyscyplinujące, ale i męczące.

Bywają dni, że bardzo nie lubię tych cyfr. Szczególnie wtedy gdy jest gorąco. Pawełek wypilby najchętniej 500 ml „duszkim”. Zjadłby litr lodów, a to by było za dużo. Boję się, gdy nagle waży za dużo, albo zbyt mało. Cyfry, których najbardziej nie lubię, to te na termometrze, gdy przekraczają 38. Nie lubię gdy jest za mała ultrafiltracja w dializie. Cyfry dają mi poczucie bezpieczeństwa, ale też sprawiają, że wpadam w panikę. Wyniki badań, które też są tylko liczbami, decydują o losach Pawełka.

Chciałabym już nic nie ważyć, ani nie mierzyć. Chciałabym wciąż nie liczyć, nie dodawać i odejmować. Chciałabym nie patrzeć na zegarek, nie mieć w telefonie kilku- do kilkunastu alarmów.

Czy przeszczep nerki to zmieni? Mam nadzieję, że liczba będzie trochę mniej. A może będę inne. Bywają dni, że marzę o wakacjach od liczb.

życia⁽⁶⁰⁾

WAKACJE MAMY

Czy mamy mają wakacje? Czy jest jakaś granica wieku dzieci, powyżej której podczas letniego wypoczynku nie trzeba mieć oczu dookoła głowy i nie martwić się o...o wszystko? Czy mamy dzieci niepełnosprawnych mają wakacje? Przecież nie ma urlopu od podawania leków, nie można zaprzestać na przykład codziennych dializ? Nie można przestać liczyć.

Na dwa pierwsze pytania nie znam odpowiedzi. Na trzecie spróbuję jej udzielić i pokazać jak wiele w tej kwestii może zrobić ktoś bliski. Otóż przy odrobinie starań i próbie innego postrzegania codziennych obowiązków, można poczuć się wakacyjnie. Co trzeba zrobić?

Jeżeli jest taka możliwość, to wyjechać z domu. Zmiana środowiska pozwala odpocząć od codzienności. U nas, z racji konieczności wykonywania dializ w pomieszczeniu przystosowanym do tego zabiegu, z rozważą szukamy kwatery. Musi być minimalistycznie wyposażona. Żadnych dywanów, wykładzin, zasłon czy tapicerowanych mebli. Wybieramy więc pokoje z panelami, bez zbędnych ozdób. Bierzymy domową pościel Pawła i dodatkowy cienki materac, który rozkładamy na łóżku, na którym śpi. Zabieramy też środki dezynfekujące, domowy mop, środki czystości. Wybieramy dwupokojowe kwatery, by do dializy było przeznaczone jedno pomieszczenie. W drugim toczy się życie, przechowujemy bagaże itp.

Wybieramy miejsce z zasięgiem telefonii komórkowej - bo cały czas czekamy z nadzieją na telefon z informacją, że na Pawła czeka nerką. Odpada więc „głusza”.

Nie wyjeżdżamy też bardzo daleko. Wybieramy miejsce takie, by można było w miarę sprawnie dotrzeć w razie czego do Warszawy.

Będąc na miejscu planujemy wycieczki tak, by bez pośpiechu zdążyć na zaplanowaną dializę, nie wpadamy jednak w panikę, gdy trzeba ją przesunąć o na przykład pół godziny.

Nie nastawiamy się na zdobywanie i odhaczanie kolejnych pozycji z tak zwanej listy. Paweł ma lepsze i gorsze dni, tak jak i my, więc ma być spokojnie i miło. Plany zawsze można zmienić.

„Czego oczy nie widzą, tego sercu nie żal”, omijamy więc szerokim łukiem atrakcje dla nas niedostępne np. baseny. Nie ma wtedy żalu, że nie można.

Wypożyczenie do dializ zabieramy z zapasem. Zawsze coś można okazać się wadliwie, więc trzeba mieć wyjście awaryjne.

Zabieramy zestaw do dializ ręcznych, tak na wszelki wypadek.

Nie wyjeżdżamy wspólnie ze znajomymi czy rodziną, która ma dzieci, chociaż nie unikamy miejsc, w których wypoczywają dzieci. Pomimo najlepszych chęci trudno jest pogodzić dzień wakacyjny z dializami, z dniem bez nich. Nie można dłużej pospać gdy się ma na to ochotę, nie można zostać gdzieś dłużej, gdy okaże się, że jest pięknie i jeszcze tyle do zobaczenia.

Generalną zasadą jest więc zaplanowanie pobytu, tak by wyeliminować jak najwięcej sytuacji stresujących.

Staramy się też mieć jakiś motyw przewodni, w tym roku na przykład „Wakacje z duchami”, czyli okolice zamku Chojnik, w którym kręcona była adaptacja książki o tym tytule. Już drugi raz podążyliśmy tym tropem. Pawła wciąż fascynuje.

Czy można wypocząć jadąc na „wakacje z dializami”? Jeżeli założymy, że dializy są po prostu częścią dnia, to tak. Poza domem nie ma prania, prasowania, jest mniej gotowania i innych czynności dnia codziennego. Gdy Paweł jest już podłączony do cyklera, możemy chociażby pooglądać telewizję, na co w domu nigdy nie ma czasu. Oglądamy zdjęcia, które zrobiliśmy w czasie dnia, rozkładamy mapy i planujemy kolejny dzień. Nie robimy planów na wieczór. Spędzamy go wokół Pawła i z cyklerem. Ma to swój urok.

Trzeba się nauczyć znaleźć radość w tym, co się ma, a nie żałować, tego czego się nie może mieć. Planując dzień i miejsca do zobaczenia, da się to zrobić. Jest trochę mniej miejsca na spontaniczność, ale jeżeli ktoś woli jednak mieć nad wszystkim kontrolę, to jest to raczej zaleta niż wada.

Można więc powiedzieć, że nie ma tego złego, co by na dobre nie wyszło i z tym przesłaniem planować wakacje z lekkim wyprzedzeniem. Wtedy i mama będzie je miała, bo można przecież inaczej niż w domu podzielić obowiązki i zaangażować w nie trochę bardziej niż w domu tatę, albo inną bliską osobę, która zgodzi się nas wesprzeć.

Mama może mieć wieczór wolny od dializ, a drugi może należeć do tej drugiej osoby. A reszta wieczorów jest wspólna. Nie chodzi tylko o to, by nie sprzątać, by nie przygotowywać maszyny, nie zmieniać opatrunku, nie podłączać Pawelka, czyli nie wykonywać koniecznych czynności. Chodzi też o to, żeby nie myśleć o nich, nie spoglądać na zegarek, nie pilnować cyfr i nie liczyć. Wolna głowa to też odpoczynek. Bardzo ważny odpoczynek. W domu, z racji pracy, nie zawsze można pozwolić sobie na taki komfort.

Można by wysnuć hipotezę, że mamę można wysłać gdzieś na wakacje. Ale ja bym nie chciała. Zdecydowanie wolę, by mąż mnie wspierał, niż byśmy czas wolny spędzali osobno. To dla mnie wręcz niewyobrażalne.

Nie znaczy to jednak, że całkowicie rezygnuję z wyjazdów w pojedynkę. Znalazłam i na to sposób. Delegacje – czyli pożyteczne z przyjemnym. Tak dopasowuję swoje obowiązki,

by po pracy poza domem mieć kilka godzin dla siebie. Czasami dobrze jest bowiem pobyć ze swoimi myślami, przyjrzeć się światu, pospacerować, wypić kawę, posiedzieć na ławce.

Siedzę na lotnisku i przyglądam się przewijającym się tłumom ludzi. Z laptopem, w garniturze, z telefonem przy uchu... albo w kapeluszu słomkowym, zwiewnej sukience, z wiankiem dzieci wokół... to pasażerowie biznesowi i wakacyjni. Samoloty odlatują we wszystkie strony świata. Wystarczy wybrać bramkę.

Mój wieczorny lot trwać będzie tylko godzinę. Warszawa – Szczecin, to krótka trasa. Za każdym razem jednak zachwycają mnie widoki. Chmury nigdy nie są takie same, a oświetlane zachodzącym słońcem, są niezwykle. Świat widziany z innej perspektywy... Malejące domy, ulice, samochody... tak małe, że w końcu znikają. Zawsze to na mnie działa. Problemy i troski, wysoko nad ziemią, też maleją. Myślę o czekającym Pawła przeszczepie, o dializach. Są. Są częścią naszego życia. Czekanie też jest. Było i pewnie będzie. Patrzę na niebo. Jestem w chmurach!

Moje godzinne, podniebne wakacje! Cieszę się, że mogę sobie na nie pozwolić. Lubię latać.

Mam więc w tym roku swoje wakacje i razem, i osobno. Razem, przy wsparciu męża, mogę odpocząć, bo wiem, że ktoś myśli za mnie i czuwa nad wszystkim. Osobno, kilkanaście godzin poza domem, pozwala się oderwać dosłownie i w przenośni od wszystkiego, ale i zatęsknić. I wszystko w pełni usprawiedliwione, bo w końcu jestem w pracy.

cdn.



FOT. KAROLINA KASPRZAK



Zbigniew M.
Nowak
KOŁOBRZEG

Szczygieł(14)

– Hubert? Opowiadałam państwu, miał wypadek, wiele przeszedł. Jeszcze jest bardzo słaby i czeka go długie leczenie, później rehabilitacja. O, tu będzie potrzebował dużo siły. Chcę zatem wykorzystać czas, kiedy będzie w domu i...

– Ciężko z nim?!

– Ciężko – przyznała. – Ale Bóg da, że będzie lepiej. A potem może...

Słowa Heleny poderwały Kuligowską. Odstawiła wiadro z mlekiem i ręce wytarła w niebieski, poplamiony fartuch.

– Niech pani imienia Pana Boga nie przywołuje! – ostrzegła. – Bo to, co was spotkało, to nie może być nic innego jak kara Jego za wasze grzechy! Jak nic, kara!

– Kara?

Pod pobladłą Heleną ugięły się kolana. Spodziewała się raczej współczucia. Może zrozumienia, jakiegoś ludzkiego odruchu. A tu taka napaść! Ze zdumienia i w konfuzji zaniemówiła.

– Pani Lucyno... – rzekła wreszcie i głos jej zamarł.

– Co też pani mówi? Pani Lucyno – wyrzuciła z siebie w końcu. – Jaka boska kara?

– Nagrzeszyło się, co? I żyje bez Kościoła.

Krew w Helenie zawrzała.

– Czy pani nie przesadza? – rzuciła wzburzona. – Co pani wygaduje?

– A co, nieprawda?

– Chyba się pani zapędziła. Też mi!

– Zapędziła albo nie! – zacie-trzewiła się Lucyna. – A mleka nie ma! Skończyło się!

Helena wracała coraz bardziej rozżalona. Już nie hamowała łez. Weszła do domu i rzuciła na podłogę puste butelki.

– Nie przyniosłaś mleka? – zapytał Mateusz. – Poszłaś za wcześniej?

– Nie, Mateuszu – odparła markotnie – nie za wcześniej.

– Coś się stało?

– Nie przyniosłam mleka – odparła. Bardzo chciała się opamnować i nie płakać.

– Nie było? Kuligowsy sprze-

dali krowy? – żartobliwie zapytał Mateusz.

– Gorzej. Znacznie gorzej – mówiła, połykając łzy. – Dla nas mleka u nich już nie będzie. Ani jaj, ani cielęciny, ani niczego. Koniec.

Mateusz spoważniał.

– Więc jednak coś się stało?

– Ech, Mateuszu...

Zdjęła okrycie i weszła do kuchni. Wstawiła wodę na herbatę. Potem zrezygnowana usiadła na ławie pod oknem. Mateusz czekał, aż coś powie.

– Nie będą trzymać z tymi, na których padła kara – rzekła.

– Co takiego? – zdumiał się Mateusz. – Nie rozumiem...

Westchnęła i nieco spokojniejszym tonem wyjaśniła:

– Oni są zdania, że dotknęła nas kara boża, i już nic nam nie sprzedadzą.

Mateusz rzucił na stół czytana gazetę.

– I to są katolicy! – rzekł ze złością w głosie.

– Och tam...

– Sama widzisz. Świętoszkowate ojczenaszki, cholera, z pałką za plecami. Nie martw się, serce. Jest po drodze do piekarni taki jeden przyjemny nawet sklepik. Mają tam towar z kilku mleczarni, na pewno nie mniej świeży i nie gorszy. A do tego wybór będzie większy i urozmańcienie. Tak, Heluś, tak zrobimy. A Kuligowsy, cóż... I nie żałuj tak tego mleka.

Helena spojrzała na puste butelki.

– Mnie, Mateuszu, nie tyle żal tego nabiątu – odrzekła – choć nie powiem, dobry był, smaczny i wartościowy, i dla dzieci idealny, co boli mnie, że teraz, kiedy jest nam tak ciężko, kiedy ledwie trzymamy się na nogach, że teraz... że są ludzie, którzy nie wahają się dokopać nam jeszcze... i jeszcze wykląć... A co myśmy komu zrobili, Mateuszu, co zawinili?

ROZDZIAŁ 15

Wieczorne zmęczenie brało górę i morzyło Huberta snem. Miniony dzień był jasny, mimo

mrozu świeciło słońce i grzało przez szyby. Tyle wystarczyło, by go wycieńczyć. Trzymał się mimo wszystko, bo na dwudziestą zapowiedziała się Magda z jakąś niespodzianką. Nie chciał jej urazić, zasypiając wcześniej, a na dodatek był ciekaw, o jakiej niespodziance mówiła.

Kiedy przyszła, sądził, że poczyta mu trochę albo magnetycznymi szachami zagrają w warcaby, lecz dziewczyna była bardzo podekscytowana i zrozumiał, że wpadła z konkretną sprawą i na krótko.

– Pamiętasz, że w tym tygodniu mamy studniówkę? – spytała od progu. Weszła energicznym krokiem i zamasyżowała usiadła obok stolika. Jej wyjątkowa werwa nie umknęła jego uwagi, podobnie jak szerokie, płaskie pudełko z różowej tekstury, które przyniosła ze sobą i siadając, wsunęła za plecy.

– Zapom... niałem... – przyznał zakłopotany słabą pamięcią, choć szybko skonstatował, że przecież nie musiał pamiętać o tym terminie, i zaraz się tym zasmucił.

– Jest w sobotę – rzekła Magda i już zmienionym tonem dodała:

– Tak chciałabym pójść z tobą. Mielibyśmy iść razem...

– Bę... dziesz... musiała... pójść... z... kimś... innym...

– Ale z kim?! Łatwo ci powiedzieć! Ty wiesz, jak trudno o... Bez ciebie nie pójde – zarzekła się.

– Idź... Madziu... Znaj... dź... kogoś... – próbował ją namówić.

– Nie wiem – zamrugowała nerwowo. – Pewnie poproszę Romcia, kuzyna... Bo jaki mam wybór? Że też ty akurat teraz musiałeś złamać ten kręgosłup...

– Za... proś... ku... zyna...

– Tak, tylko to taki szczawik. Chodzi dopiero do pierwszej klasy...

– Weź... go...

– No, co... będę musiała – westchnęła bezradnie i znów się ożywiła. Spojrzała bystrzej i rzekła: – Pamiętasz? Jeszcze w klinice mówiłam ci o sukni.

Zamilkł.

– Co, nie pamiętasz?

– Pamię... tam... – skłamał.

– Akurat! No, ale dobra, niech ci będzie, oszuście jeden...

– I co...

– Doszliśmy z mamą do wniosku, że lepiej uszyć, niż kupować jakąś banalną w sklepie. – Sięgnęła za siebie. – Właściwie mam ją ze sobą. Przyniosłam, żeby ci pokazać. – Wyjęła suknię z płaskiego pudełka, stanęła przed Hubertem i przymierzyła na sobie. – Popatrz... – poprosiła i przyciskając suknię do siebie, zrobiła obrót. Butelkowozielona tafta zawirowała w powietrzu. – I jak? Podoba ci się?

– Bez... ręka... wów? – zdziwił się, choć prawdę mówiąc, nie znał się i nie umiał ocenić.

– Bez! – odparła i poprawiła suknię, która sięgała do podłogi, poza pole jego widzenia. – I bez ramiączek! – dodała, pokazując górę.

– Ład... na... Tylko... czy... ci... nie... spadnie?

– Nie ma obawy.

– No... nie... wiem...

– Ten fason trzyma się jak gorset, wyłącznie na biuscie. Do tego będę miała długie satynowe rękawiczki i odpowiednie pantofelki. Będę wyglądać jak Rita Hayworth, ona też była ruda. – Ruchem głowy rozsypała włosy. – Co ty na to? – zawirowała.

– Odważ... nie...

– Nie jestem trusią, wiesz o tym. I lubię korzystać z okazji. Matura już się nie powtórzy, chyba że... Tfu, tfu, tfu! – zaśmiała się i jeszcze raz zawirowała. – Jak chcesz, to mogę ją dla ciebie włożyć...

– Jest... bar... dzo... ładna...

Przeszła po pokoju parę razy i parę razy się określiła.

– Pokażę się twojej mamie – powiedziała znów szczęśliwa i wybiegła.

Odprowadził ją wzrokiem. Dziś wfrnęła do jego pokoju jak rajski, kolorowy ptak. Widział jej energię i swobodę. Emanowała nią przy każdym ruchu, każdym

zawirowaniu. Była tak bardzo... wolna. I taka właśnie, ze swej swobody, tu do niego przyleciała. Zrozumiał, że potrzebowała powietrza, życia... Była stworzona do zabawy, do błyszczenia w słońcu.

„A ja? – spytał siebie w duchu. – Co ja? Czy nie ściągam jej raczej tu, do siebie, i nie skazuję na taki sam jak mój bezruch? Może tak być, skoro zależy mi, bo chyba jeszcze mi zależy, by pozostała taka, jaka jest teraz, śliczna i wesoła? Czy trzymając ją przy sobie, nie zgaszę jej wewnętrznej żaru, nie stłumię jej energii? I czy klimat, który może mieć przy mnie, nie uduśsi jej w końcu? Skoro więc nie mogę jej nic dać ani samemu dotrzymać jej kroku... – myślał z trudną do zniesienia szczerością. – Leczą, czy teraz mógł żyć bez niej? Była mu potrzebna, właśnie teraz. – To takie niesprawiedliwe. Ale co w życiu jest sprawiedliwe, no co? Trzymać ją u swego boku jest sprawiedliwe? A co z uczciwością? Zabrać ją z tamtego życia jest uczciwe?”

Zastanawiał się nad tym i mierzył własny egoizm. A on kazał mu kurczowo trzymać dziewczynę. I mierzył miłość do niej, która nie mogła przecież być zachłanna, skoro chciał o niej myśleć jako o czystym i dojrzałym uczuciu.

Nim wróciła jeszcze bardziej zachwycona, uwierzył, że ma gotowe postanowienie.

– I... co? podoba... ła... się? – zapytał.

Dziewczyna zakręciła się i klapnęła na fotel.

– Twojej mamie? Tak...

– Czy koledzy Huberta wiedzą że on wrócił do domu? – po wyrazach szczerzego zachwytu suknią spytała Helena.

– Wiedzą, nawet pytają czasem o niego. Mówiłam, żeby wpadli... obiecali, tylko, wie pani... w tym roku matura... i tak jakoś...

– Matura? Tak jakoś? No, właśnie... – westchnęła.

– Napraw... dę?... – spytał sceptycznie, choć nie miał wątpliwości, że w tej sukience robi piorunujące wrażenie.

– Naprawdę. Zaskoczony?

– Ma... dziu... po...wiedz... myśl... lisz... jeszcze... o... mnie?

Jego poważny głos zgasił jej uśmiech.

– O tobie? – spytała speszona.

– O... nas... No... wiesz...

Widział, jak zawahała się przed zapewnieniem:

– Jasne! Masz jakieś wątpliwości?

– Mam... – odrzekł.

– Co ty?! Słowo ci daję, że... – poderwała się. – Przysięgam!

– Mam... jeśli... chodzi... o... mnie... – Nie pozwolił sobie przerwać. Był zdecydowany powiedzieć wszystko do końca.

– Ty nie myślisz o nas? – zdumiała ją jego słowa.

– Myś... lę... i... właśnie... dla... tego...

– Co ty kombinujesz? – spytała zgaszonym głosem. – Aż się boję...

– Wiesz... Madziu... tak... myślę... że... ty... teraz... taka... Taka... przy... moim... łóżku... A... tam... życie... woła... a... ja... tu...

– O czym ty mówisz? – spytała z niedowierzaniem. Przysunęła się do niego i chwyciła jego rękę. – Hubek, co ty? Odganiaasz mnie?

– Ja... nie... mogę... żyć... się... twoim... życiem... Nie wolno... mi... – Zmęczył się i zamilkł na chwilę. Widział, jak się zasmuciła. – Możesz... zwróć... cię... mi... ten... pierś... cionek... – dodał kompletnie wykończony.

– Hubert – szepnęła blisko jego twarzy – nawet tak nie żartuj. A twoje słowo? Przecież dałeś mi je. Już cię nie zobowiązuje?

– Nie... przewidywa... liśmy... takiej... situa... cji...

– I uważasz, że?... Tak myślisz? Przecież ja... – Pociągnęła nosem. – Hubeczku...

– Po... winniśmy... dostoso... wać... się... do... zaistniałych... zmian...

– Ale dla mnie nic się nie zmieniło! – zapewniła żarliwie. – Będiesz ćwiczył... i wyjdiesz z tego... dla mnie. Hubek, ja będę z tobą. Ja chcę cały czas... Nawet i do końca życia... Przecież ty wyjdiesz z tego...

– Czy... to pewne? – Głos mu się załamał.

„Co zrobić, co? Żeby zrozumiała, żeby zadecydowała – zaczął myśleć gorączkowo, sam zdumiony swoim postanowieniem i nieco nim wystraszony. – Może coś, żeby zraziła się do mnie. Ukłuć, żeby zabolęła, okazać się podłym draniem... Postarać się i wydać jej się okropnym?”

– A... jak... nie?... Madziu... a... jak... nie?

– A jak nie, to trudno...

– Wiedz... jednak... jeśli... spotkasz... kogoś... To... ja...

Otarła oczy i znów się wypogodziła.

– Ciichoo... – zamknęła mu usta pocałunkiem. – Nie mów tyle, bo się zmęczysz.

•

– Czy... masz... jakiś... czajniczek? – zapytał. – Z... tych... porce... lanowych...

Helena spojrzała na niego pytająco.

– Czajniczek? Jaki?

– Do... esen... cji...

– Chodzi ci o imbryczek?! Jeszcze jeden taki powinien być w domu. Chciałeś go?

– Do... picia...

– A wiesz, że to jest dobry pomysł? Poszukam. Mam też taki malenki dzbanuszek do kawy – przypomniała sobie. – Ten też byłby dobry – zastanowiła się chwilę. – Mam go w kuchni, przyniosę zaraz i wypróbujemy, co?

– Może... się... uda... – zgodził się z chęcią. Był bardzo ciekaw, choć już nie chciało mu się pić.

Poszła po dzbanuszek, a jej miejsce na trójnożnym taborecie zaraz zajęła Kasia. Stał teraz dla niej szczęśliwszy czas. Jej potargany świat układał się wreszcie, uspokajał. Już nie była sierotką przekazywaną ciotce, nie żyła strachem i niezrozumieniem tego, co się stało. Siedziała tu, obok brata, a niedaleko była mama. Patrzyła na niego przez chwilę. Potem westchnęła i zapytała:

– Nie jest ci zimno?

– Nie... – odparł. – Czy... w... pokoju... jest... chłód?

– Nie wiem, ale ty jesteś taki golas i tak leżysz bez piżamy. Mnie byłoby zimno. Wiesz, że możesz się przeziębic? Mnie mama nie pozwala spać bez koszuli. Potem byłby kłopot, a małym dziewczynkom nie wolno pić herbaty z rumem... – Podeszła i dotknęła jego ramienia. – A od czego masz takie dziurki na ręce? – pytała dalej.

– G... dzie? – uniósł prawą rękę do góry. Spojrzał na przedramię i zorientował się... Opuścił rękę i uniósł ponownie.

– Mamo... – powiedział do Heleny, kiedy weszła z dzbanuskiem. – Mamo... zo... bacz...

Podniósł ramię.

– Ruszasz ręką?! – zawołała Helena. – Pokaż! – poprosiła, a on jeszcze raz uniósł i opuścił rękę. – Wspaniale, synku! Ruszasz ręką! – Przysiadła na tapczanie obok niego i chwyciła jego ramię. – Które stawy pracują? Rusz jeszcze raz! No, rusza się! Kasiu, widzisz? Hubek może ruszyć ręką!

– Chyba... mogę... zginać... i... prosto... wać... w... łokciu... – rzekł, demonstrując zgięcia.

Helena szalała z radości.

– Zginasz i prostujesz! Naprawdę, zginasz i prostujesz! – Uściśkała go. – Wymodliłam to. A dłoń? Dłoń jeszcze nie i palce też jeszcze nie. A pokaż lewą rękę.

Ruszył barkiem, lecz ramię się nie uniosło.

– Nic... z... tego... – powiedział. – Na... razie...

– Pewnie, że na razie. Pewnie, Hubeczku... To jest tylko kwestia czasu. Muszę zadzwonić do ojca i powiedzieć mu o tym. Pokaż jeszcze raz – poprosiła, a kiedy podniósł rękę, powiedziała: – Ruch jest słaby, bo mięśnie ci pozanikały, ale będziemy ćwiczyć dalej, do skutku, sami, a jak znajdziemy jakiegogo dobrego fizjoterapeuty, to z nim. Aż wstaniesz z tego łóżka...

cdn.



Skok, który zmienił życie...

SZCZYGIEL

Zbigniew M. Nowak

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

FILANTROP NASZYCH CZASÓW

Miesięcznik

ZESPÓŁ REDAKCYJNY:

Marcin Bajerowicz – redaktor naczelny,
Karolina Kasprzak – zastępca redaktora
naczelnego, Krystian Cholewa,
Agata Krystosik-Gromadzińska,
Monika Janc, Marek Kalbarczyk,
Daria Krzyszkowiak, Zbigniew Nowak,
Tomasz Przybysz, Andrzej Rossa.

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

DIAGNOZA

Nie lekarz, nie rentgen,
Tylko dyskoteka
Pokaże, co wart jest
Kregosłup człowieka.

ZBOCZENIA

Nawet mądrość mędrca
Jest wątpliwą cnotą,
Jeśli ma kontakty
Ze skrajną głupotą.

ZAGROŻENIE

Za siódmą rzeką
Nie wróg, człowieku.
Szukaj go bliżej
We własnym ścieku.

OCHRONA

Zatrudniono ciecia,
Wszystko pięknie, ładnie.
A cieć jeszcze lepiej
Od złodzieja kradnie.

ATRAPA

Często piękny okaz
Jest tylko na pokaz.

Fraszki

ASPIRACJE

Tresowali osła,
Dumny biegał wkoło.
Myślał, że zostanie
Dyrektorem ZOO.

BEZKARNOŚĆ

Kiedy grzeszne ciele
Jest od świętej krowy,
I oskarżyciele
Często tracą głowy

PRZESYT

I młodość
Nie radość,
Gdy wszystkiego
Ma dość.

ODPOWIEDZIALNOŚĆ

Nim odpowiedzialne
Podejmiesz zadanie,
Spróbuj sobie zadać
Właściwe pytanie.

**NAGROBEK
WESOŁKA**

Przez żarty
Zeżarty.

KONKRET

– Będę Ciebie kochał
Cały czas, po grób.
Nie przesadzaj – rzekła.
– Lepiej dziś to zrób.

ZDECHŁAK

Gdy zdrowie miał,
To tylko chłał.

EMIGRACJA

Z własnego kraju
Do obcego raj.

PANTOFLARZ

Swojej własnej żony
Sługa uniżony.

TCHÓRZ

Jeden krok do przodu
I do tyłu chodu.

OCHRONA

Czasem dziad nie śpiący
Lepszy jest niż nowy
Nawet bardzo dobry
System alarmowy.

KRYSZYNA SYLWESTRZAK
GDAŃSK

Kalambury

Wycieraczka –
lament skorupiaczka

*

Latawiec –
z miasta do miasta
przed wyborami.

*

Bukszpan –
krzew pozujący
na waźniaka.

*

Długowieczność –
spłata w ratach
na stare lata.

*

Katastrofa –
oprawcy zwrotka
niech cię nie spotka.



rys. ANDRZEJ ROSSA

Kupił mundość wew aptyce

Na szarówkach (zebra-
niach podwórkowych)
blubromy o tym i owym. Tom
razem przypomniał sobie
o Ignacu, za którym wiara
woła Łaczek(pantofel). Czy-
mu? Bez to, że istny robił
wew garbuleji w gumiakach,
pocą mu sie fujty jak diaski.
Jak zezuje szkarpyty, jedzie
na odległość.

Wiaruchna godo, że właśnie
dziynki tymu Ignaca szkarpyty
powiesili wew łazince u Bonia
na Orła. Na drugi dzień znikły
mrówki faraona na trzecim
piyntrze, a za dwa dni wew
cołkim wieżowcu. Ignac mo
strita (zeza), bez co tyż zabijał
muchy łaczkiym, a nie klapką,
bo ni mógł wcelować. Jadnako
komple godają, że łaczkiym
tyż nie trafił, a muchy ginyły
od wóni samygó łaczka.

Spytał roz Ignac Rynia:

– Jak zdobyć mundość?

A tyn mu na to:

– Trzebno iść do aptyki i po-
prosić po łacinie o mundość
(łac. sapientia) to mu sie rozja-
śni pod deklm.

Potośł sie winc Ignac do
aptyki. Tam za tómbankiem
(ładą, kasą) stoł aptykorz, che-
ba zez dwa metry, wew brilach
i kitlu.

– Panie magistracie, bonknyt
Ignac – chciółbym dostać ku-
pić sapjencjom.

Farmacojta sie nie ośmioł,
ino wziął tytkę i nasypał suszo-
nych roślinów.

– Tu mosz pon melise plus
dendere, inacyj pindyrynde,
inacyj czorcie ziele. Zez tego
robiom amedynk atropine. To
razem rozświeci rozum!

Zaś skasował ino pińc zło-
tych.

Za dwa tygodnie przytoś-
toł się potym Ignac do ciotki
Adeli. Ślipia mu błyszczwały zez
szczynścia.

– Co się stanyło? – spytała
ciotka.

– Zaciungłem się na okrynt
wew Gdyni i byde zwiedztoł
świat! – odbrynknął Ignac.

– No i co?

– Za jedynunce pińc złotych
nabyłem mundość.

– Gdzie?

– Wew aptyce, wej!

BOLECH ZEZ
CIERPIYNGÓW

Jak mundry powie...

Emenryt zez starego portfela
Chrząszczyk wew latach
sześćdziesiuntych zdoł małom
mature, a gamaje skóńczył
wew Sorbonie (liceum wie-
czorowym). Wew dziennyj si-
pie nauczyl gó łaciny. Styndy
tyż na szarówie (spotkaniu
podwórkowym) opowiedziół
nom, co sie stanyło wew staro-
żytności.

Było to wew piuntym wieku
przed narodzynym Chrystusa.
Zaś wtedy Rzymem rzundzili
patrycjusze, czyli bogate rody
imperium. Ale tyż wspomaga-
li jeich, mówma po naszymu,
różne oligarchy, eliciorze, cele-
bryty i handlery. Inacyj była to
elita. A zaś rzemieślniki i te, co
najmowali sie do roboty, pozy-
womy plebsem. I właśnie tyn
plebs już ni mógł normalnie
żyć i spiłować, bo gó uciska-
li. Wyinc plebejusze nerwer
wyszli zez miasta i pošli
wszystkie na górę za Rzymem,
którą to potem nazwano
Świyntą Górą.

To opisoł pisorz rzymski Li-
wiusz. A czy ktoś nie poszedł?
Nie pošli kafry (nauczyciele)

– czymu? Nauczyciele – inacyj
gymnastikos, żyli z uczynia pisa-
nia i czytania biydnych, ale i bo-
gatyh. Wyinc musieli pilnować
roboty, żeby mieć co włożyć zez
łapy do papy. Od gymnastikos
pochodzi nasze powiedzynie
„ale gó wygimastykowół na ega-
zaminie”.

Tymczasem wew Rzymie
rosły śmioty, nie było nic do
żdżarcia, a akwedukty czyli wo-
docióngi miejskie klapły tyż. Se-
natory normalne i zez oponzycji
uradzili, że negocjatorem zоста-
nie nie arystokrata, ale mundry
człowiek Menenjusz Agrippa.
Potośł sie za Rzym i sztraj-
kującym opowiedziół bajkę o
kołdunku (zołądku) i członkach
ciała.

– Kołdunek – godoł – miewoł
cióngle smake na dobre rzeczy
i nie chciół byle co do żdżarcia.
Inne członki byli zowistne i na-
mówili sie, że kołdunek dosta-
nie sztrafe (karę). Pazury (ręce)
nie podadzm futru (jedzenia).
Jynzor i kielce nie zmiełom jo-
dła, garło nie tyknie wody. Za-
czynił wyinc słabnąć i kołdunek,
i członki tyż. Kołdunek już kikoł

na ksiynżom obore. I wezwół
wszystkich do zgody. Organizm
sie wzmocnił i wszystkie były
zadowolnione. Plebs wrócił do
Rzymu. Skorno poprzednio sie
pohapali (poróznili), to tero sie
zblatowali (skumali).

Wybrano trybuna ludowego,
który broniół praw plebsu i mieł
immunitet. Musioł mieć tyngi łeb
i być mundry! Jak mundry powie
– kapnie pamrowie*. Był to jakby
praprzodek szeryfów związko-
wych.

Jak istny skończył, westchnył
Trodynka:

– Gdzie tero takich móndrych
najdziemy?

Tu wiuknół Feroda i krzyknół:

– A ciotka Adela to co? Jak się
kłóciły Cierpiengi zez Kcyńskom
Łatom, to co powiedziała ciotka?
Że Cierpiengi i Kcyńsko Łata, to
bliżyj niż brat do brata! I luntrusy
się namkli, wej.

A wyinc mundry wiara jest
wśród nos!

BOLECH ZEZ CIERPIENGÓW

* kapnie pamrowie – zrozumie tłum.



Wiersze Aldony Wiśniewskiej

Moje niebo promienne
błękitne jak woda,
a gorące jak rozgrzany kamień...
Niebo bez wytchnienia,
kamienne niebo,
od stóp do głów niesie żar.
Macham wachlarzem,
wiatr umarł w pół gestu.

Betonowa dłoń
w pięść zaciśnięta agresywnie
uderzyła znienacka
w piękno beztroskiego ogrodu.
Pomnik cywilizacji uniósł się z cokołu
i dłoń mocarną wysunął po to, co piękne.
Zmiażdżone kwiaty padły
pod ciosami olbrzyma,
Krzew, gdyby mógł, uciekłby w nieznane.
Nie żyją już malwy, gladiole,
róże długo wiły się w udręce.
Betonowa łacha zalana bezmyślnie
pokryje rany po bluszczu.
Nie odrośnie już barwny szpaler.

Kolor sierpnia przechodzi w znużenie.
Upał przewala się leniwie.
Woda powietrza już nie chłodzi.
Ni chmur, ni deszczu...
Miasta stoją w płomieniach słońca.
Zwiędłe kwiaty budzą lęk, wysychają usta.
Umarłym studniom do gardeł leją wodę.

Nie ma wilgoci wśród traw.
Nie ma koloru w kwiatach.
Lato zdjęło suknię i opala się nagie.
Spaliło się na brąz.

Knowania nocy pokrzyżował brzask.
Pójdiesz lasem, potem zakręć...

Tam złote zboże wygrzewa się w słońcu.
Świergot skowronków, niebotyczne granie,
miękkim zaklęciem południa
przystanęło ponad nami.
Czy zerwiesz kwiat omdlały od upału,
czy położysz się na ogrzanej ziemi,
wszędzie sierpień spływa kaskadami.
I tylko my przeżyjemy lato.
Zginą łany zbóż, i chabry, i maki.

Na hamaku pośród lata rozpiętym,
Czytam książkę o dalekich podróżach.
Zapiął się guzik czasu i już wieczór zaklęty
Przypelzł do mych palców
bezkształtny, bury.

Kim dla mnie jesteś?
Twoje dłonie krążą nade mną.
Dbają, by mi niczego nie zabrakło.
Błade słońce głaszcze mój kark.
Nikt, nawet ty nie wiesz,
ile dobra jest w twoich ramionach.
Przyjdę do ciebie rano, a ty rozbłyśniesz
i znów mnie przytulisz na dobroć,
na złość wczorajszą, która pierzcha
przed promieniami
wszechogarniającego
światła.

Dlaczego ty, dlaczego ja?
Skazani na zaranie,
cierpiący ponad miarę Kosmosu.
Stygmatem na duszy i ciele,
toporną prawdą,
wyśmianą, sprzedajną gardzimy
jak tylko gardzić można.
Śmiech nasz słychać echem.
Cieszy nieszczerłość
co wyziera z okien.
Dobrze nam tak,
przynajmniej wiemy,
że musimy istnieć.

Wakacyjni dawcy krwi

Klub Honorowych Dawców Krwi PCK „Lubonianka” w Luboniu zorganizował 11 sierpnia kolejną, 97 już, akcję poboru krwi. Tym razem w dużej sali gimnastycznej Szkoły Podstawowej nr 1 w tej miejscowości krew oddało 77 osób, w tym 20 kobiet, co dało 34,65 litrów tego bezcennego leku. Choć trwały jeszcze wakacje, frekwencja była znakomita.

Kolejny raz krew oddał Michał Komischke, który jest kontynuatorem krwiodawczej tradycji ojca Romualda Komischke, uczestniczącego w tej akcji. Marcin Spilsgart, mieszkaniec Lubonia zadebiutował jako krwiodawca, gdyż zachęcił go do tego jego ojciec honorowo oddający krew.

W przygotowaniu akcji poboru krwi pomagali: Józef Wyzujak, Piotr Nowak, Zbyszko Wojciechowski, Tadeusz Nawrot, Mariusz Chylicki. Zgodnie z tradycją krwiodawcy otrzymali upominki od sponsorów, którymi byli:

Przedsiębiorstwo Farmaceutyczno-Chemiczne Synteza sp. z o.o., Strauss Cooffee Poland sp. z o.o. Swadzim, Dramers

S.A., Ziolołek” sp. z o.o. Zarząd Klubu „Lubonianka” składa podziękowania Grzegorzowi Aniole, dyrektorowi SP nr 1 w

Luboniu za udostępnienie dużej sali gimnastycznej w szkole.

ROBERT WRZESIŃSKI



FOT. ROBERT WRZESIŃSKI

ZBIGNIEW NOWAK

Znużenie

Ośłabiło mnie już życie w tym klimacie.
Męczące rozmowy bez cienia nadziei,
Licytacje na ból i cierpienie,
Tydzień długi, aż do niedzieli.
Korytarzowe echo skrzypiących osi
I światła korytarzowych lamp.
Tu każdy swój los na wierzchu nosi
Ze wzrokiem patrzącym w dal.
A tam bory tętniące ptaków śpiewaniem
I wiatry świszczą w skalnych szczelinach,
Czasem wzruszony patrzę nad ranem,
Jak pustulką w oknie las się przypomina.
Kiedy noc znów rozleje się na niebie
Fajkowym dymem zasłonię się od świata,
Trochę pomilczę nad listem do Ciebie,
Zamyślę nad Twoją kartką z ląką w kwiatach.

POZNAŃ, 14 CZERWCA 1987 ROKU

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



Jeśli zauważyłeś u siebie lub bliskiej osoby
utrzymujące się od dłuższego czasu

- smutek, przygnębienie
- lęk, niepokój, drażliwość
- wahania nastroju lub zaburzenia koncentracji
- trudności z zasypianiem lub wielokrotne wybudzanie się w nocy
- spadek zainteresowania dotychczasowymi aktywnościami

to może być DEPRESJA

**NIE CZEKAJ – ZGŁOŚ SIĘ DO NAS
NA BADANIA DIAGNOSTYCZNE I 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