

PISMO RUCHU TWÓRCZEGO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

FILANTROP

n a s z y c h c z a s ó w

Nr (306) 5 • Poznań • maj 2020 • Nr indeksu 327948 • ISSN 1231-8876

FINANSUJĄ



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych



POWIAT
POZNAŃSKI

PATRONUJĄ



W NUMERZE:

„Iskra” w koronie str. 3

Jak unikać dotyku,
kiedy się nie widzi?

str. 4

Śmiać się czy płakać?

str. 6 i 7

Niewidomi
dla potrzebujących

str. 10 i 11

Moja kwarantanna

str. 12

Jak ratować życie

str. 16

Największy skarb

str. 30

Las dobry na wszystko

str. 33

Losy niewidomych

str. 36

Dama polskiej polityki

i społeczniczka str. 46

Czuj duch!

ALERT 2020.
Więcej na ten temat (na serio)
na stronach od 2 do 12, od 15 do 22
oraz na stronach 26 i 27.

Wsparcie w czasie epidemii

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych udziela pomocy finansowej osobom z niepełnosprawnościami, które z powodu epidemii nie mogą korzystać z zajęć w placówkach rehabilitacyjnych. Wsparcie udzielane jest w ramach programu „Pomoc osobom niepełnosprawnym poszkodowanym w wyniku żywiołu lub sytuacji kryzysowych wywołanych chorobami zakaźnymi”.

Dofinansowanie kosztów zapewnienia opieki w warunkach domowych wynosi 500 złotych miesięcznie na jedną osobę z niepełnosprawnością. Pomoc przydzielana jest na okres nie dłuższy niż 3 miesiące. Wsparcie kierowane jest do osób, które są uczestnikami warsztatów terapii zajęciowej, środowiskowych domów samopomocy i placówek rehabilitacyjnych lub mieszkańcami domów pomocy społecznej. Ponadto z pomocy finansowej mogą skorzystać również uczestnicy programów zatwierdzonych przez Radę Nadzorczą PFRON, w ramach których objęci są wsparciem świadczonym przez placówki rehabilitacyjne oraz pełnoletni wychowankowie specjalnych ośrodków szkolno-wycho-

wawczych i ośrodków wychowawczych funkcjonujących na podstawie ustawy prawo oświatowe.

Realizatorami programu są samorządy powiatowe. Dany samorząd wyznaczy jednostkę organizacyjną – najczęściej Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, za pośrednictwem którego będzie można ubiegać się o wsparcie. Instytucja ta będzie rozpatrywać wnioski i podejmować decyzje w sprawie udzielenia pomocy.

Pomoc udzielana jest osobom z niepełnosprawnościami, które na skutek wystąpienia zagrożenia epidemicznego oraz stanu epidemii w czasie od 9 marca do 4 września 2020 roku utraciły możliwość korzystania z opieki świadczonej w placówce rehabilitacyjnej przez co najmniej 5 kolejnych następujących po sobie dni roboczych. Wnioski należy składać za pomocą SOW (Systemu Obsługi Wsparcia finansowanego ze środków PFRON). W przypadku braku możliwości skorzystania z systemu SOW wniosek można złożyć elektronicznie, drogą pocztową lub osobiście. Przyjmowanie wniosków rozpoczęło się 10 kwietnia. Potrwa do 4 września. *Oprac. KK.*



FOT. KAROLINA KASPRZAK

PRZECIW PANDEMII

WTZ-ety szyją maseczki

12 marca zapadła decyzja o zawieszeniu działalności warsztatów terapii zajęciowej. Tego dnia również uczestnicy naszego WTZ w Chodzieży pozostali w domach. My, pracownicy, usiedliśmy sami przy wspólnym stole z pytaniem – co dalej? Trzeba to przeczekać. Ale już wkrótce stało się jasne, że to, co nam się przytrafiło, nie skończy się przez dwa tygodnie. Trzeba więc odnaleźć się w nowej rzeczywistości epidemii COVID-19.

26 marca ogłosiliśmy na naszym profilu na Facebooku, że rozpoczynamy akcję szycia maseczek ochronnych. Mamy wyposażenie do pracowni krawieckiej, która niebawem miała zostać uruchomiona, teraz się przyda.

Skontaktowałam się z instytucjami, w których maseczki były potrzebne najbardziej i już tego samego dnia otrzymałam informację z wytycznymi jak mamy szyc. Udało się pozyskać materiał – tu z pomocą przyszedł współpracujący z nami od lat Arkadiusz Zimny, właściciel sklepu „Arka” w Chodzieży. Produkcja ruszyła.

Wsparcie natychmiast zaoferowały organizacje pozarządowe z naszego miasta, osoby prywatne i niezawodni rodzice naszych uczestników. Zapotrzebowanie na maski jest ogromne, dlatego zorganizowaliśmy zbiórkę potrzebnych nowych materiałów naturalnych, gumek, lamówek, nici, które można zostawić w specjalnym, oznaczonym pojemniku znajdującym się na zewnątrz budynku Warsztatu. Pojemnik zapewniają anonimowi darczyńcy, za co bardzo dziękujemy. Otrzymaliśmy już materiały z Urzędu Miasta, od Stowarzyszenia „Widoki”, Fundacji „Ukryte Marzenia”, a od zeszłego tygodnia o wsparciu nas rozmawiam z władzami powiatu.

Odbieram wciąż telefony z

ofertami zaopatrzenia w materiały lub pomocy w szyciu. Szyją już z nami panie z Uniwersytetu Trzeciego Wieku i osoby prywatne. Każda pomoc jest nieoceniona, dzięki niej możemy więcej. W dniu, kiedy piszę ten tekst, jest już za nami prawie 2 tysiące uszytych maseczek, które trafiły do Szpitala Powiatowego im. Romana Drewsa w Chodzieży, Wielkopolskiego Centrum Pulmonologii i Torakochirurgii w Chodzieży, Komendy Powiatowej Policji w Chodzieży i w mniejszych ilościach w wiele innych miejsc, gdzie były potrzebne, oczywiście nieodpłatnie. Przy takim wsparciu społecznym, jakie mamy, materiału nam nie zabraknie, a na pewno nie zabraknie chęci do pracy.

Jedyne, czego brakuje, to obecności naszych uczestników. Mimo trudnych warunków instruktorzy prowadzą rehabilitację, realizują indywidualne programy rehabilitacji zdalnie. Nasi uczestnicy zaskakują pomysłowością, proszę zerknąć na nasz profil facebookowy WTZ Chodzież, tam prezentujemy m.in. ich twórczość. Pozostajemy w kontakcie z rodzinami, którym bardzo dziękujemy za współpracę. Nie jesteśmy wyjątkowi.

Te same działania podjęto wiele warsztatów w Wielkopolsce i w Polsce. W zaprzyjaźnionych WTZ-ach w Trzciance, Wieleniu, Gębicach, Kwilczu, Miejskiej Górze i wielu innych pracuje. Skąd pomysły na taką aktywność? Myślę, że chęć niesienia pomocy, empatia, kreatywność są wpisane w naszą pracę, nasz zawód. Nowy tydzień rozpoczniemy z uśmiechem, optymizmem i życzeniami, które dołączamy do każdej paczki maseczek: bądźcie zdrowi!

MAŁGORZATA STASZEWSKA
KIEROWNIK WTZ W CHODZIEŻY

Nieznany i groźny

Na początku marca nieoczekiwanie dowiedzieliśmy się, że pojawił się „on” – niewidoczny, tajemniczy i bardzo groźny koronawirus. Moje plany rozpadły się niczym domek z kart. Zostałam z mamą w domu i nagle zabrakło spotkań z bliskimi i kadrą, codziennych zajęć i przyjacielskich rozmów.

Opustoszały ulice i nie wiedziałam, czym wypełnić nadmiar wolnego czasu. Zaczęłam od pomagania w domowych zajęciach mamie, słuchania ulubionych książek, czytania prasy, oglądania telewizji oraz codziennej modlitwy, oczekując na to, co przyniesie kolejny dzień. Kontaktując się telefonicznie z niektórymi osobami pragnę usłyszeć choć głos dawno nie widzianej osoby. Cały czas zastanawiam się, jak będzie wyglądało życie po ustąpieniu epidemii i czy uda się zrealizować to, co wcześniej zaplanowałam.

Ten niezwykły czas sprawił, że doceniłam bliskość drugiego człowieka i jego dobro. Cały świat walczy z koronawirusem, pomagając sobie wzajemnie, dzięki czemu stajemy się bliźsi sobie, a wzajemna pomoc i życzliwość łączy ludzi i dodaje siły w walce z tym, co niewidoczne. Tęsknię za wszystkimi i jak najszybciej chciałabym zapomnieć o wirusie i wrócić na zajęcia, których bardzo mi brakuje.

MIROŚŁAWA PENCZYŃSKA



Autorka w Warsztacie Terapii Zajęciowej.

„Iskra” w koronie

Wszyscy pędzili nie wiedzieć po co i na co, pośpiech widać było wszędzie, w sklepie, na przystanku, także w pracy. Kontakty ograniczały się często do rzuconego gdzieś w przelocie „cześć”. U nas, w Stowarzyszeniu „Iskra”, było jednak inaczej. Kontakty między nami, terapeutami, a uczestnikami były zawsze bardzo żywe, nie byliśmy sobie obojętni, uczyliśmy się wzajemnie od siebie.

Aż tu nagle pojawił się tajemniczy, budzący strach „wirus w koronie”. Obecna sytuacja, jaka nas spotkała, życie w pandemii, to bardzo dziwny i trudny czas. W jednej chwili wszystko, co było oczywiste i proste, stało się niepewne i skomplikowane. Cały świat jakby się zatrzymał, a przynajmniej dramatycznie zwolnił. Ludzie pozamykani w domach, wydłubione ulice, zamknięte urzędy, zakłady pracy, szkoły. Obecny bezruch, jeszcze bardziej niż szalony pośpiech sprzed blisko dwóch miesięcy, przypominał stare,

chińskie przekleństwo: „obyś żył w ciekawych czasach”.

Nasza „Iskra” też jest zamknięta. Ale działalność uczestników, rehabilitantów, terapeutów naszego Stowarzyszenia nie ustała. Zmieniliśmy tylko formę naszego działania. Funkcjonowanie „Iskry” przeniosło się w inny, wirtualny wymiar. Cała kadra wraz z prezesem opracowała sposób na kontynuowanie procesu terapeutycznego w Internecie poprzez wykorzystanie portali społecznościowych, takich jak Facebook.

Codziennie terapeuci z „Iskry” tworzą wirtualne tak zwane przez nas „Korona Warsztaty”, umieszczane na Facebooku naszego Stowarzyszenia. Tematyka jest rozmaita, począwszy od zagadek muzycznych, plastycznych i komputerowych, porad psychologa, warsztatów kulinarnych – na ćwiczeniach ruchowych kończąc. Dzięki częstym rozmowom telefonicznym z naszymi podopiecznymi i ich rodzicami wiemy, że Warsztaty są oczekiwane i cieszą

się dużym zainteresowaniem uczestników.

Jak widać, zadania terapeutyczne nie znają barier i granic nawet tak restrykcyjnych jak kwarantanna związana z pandemią, która nas spotkała. Czekać na koniec tego trudnego okresu, my, kadra terapeutyczna Stowarzyszenia „Iskra”, trwamy w wysiłkach, aby kontynuować terapię. Bądź co bądź, do tego zostaliśmy powołani.

Nie pozwolimy, by ten paraliż, jaki niesie ze sobą pojawienie się zabójczego szczepu wirusa SARS-cov-2, całkowicie przekreślił nasze dotychczasowe życie. Przecież nasza aktywność wirtualna może być również kształcąca, atrakcyjna i ciekawa.

„Iskra” w koronie chodzić będzie tak długo, jak długo wymagać będzie tego sytuacja. Tylko w ten sposób możemy walczyć z wirusem, zostać w domu i nie pozwolić mu się rozprzestrzeniać, a pomysłów na „Korona Warsztaty” nam nie zabraknie. Gwarantujemy.

MARCIN KACZYŃSKI

05 Aleksandra Konieczna

Palemka wielkanocna

to symbol niedzieli palmowej i zbliżających się świąt. Narysujcie sami Palemkę albo pokolorujcie obrazek i wprowadźcie do domu już wcześniej świąteczny nastrój.

POZDRAWIAM WAS
ALEKSANDRA KONIECZNA



Oto jedno z licznych „zadań domowych”, które w ramach wirtualnych „Korona Warsztatów” na Facebooku otrzymywali uczestnicy Stowarzyszenia „Iskra” w swoich domach. Jest to terapia i rozrywka, która cieszy osoby niepełnosprawne i ich rodziców. Autorką sympatycznego pomysłu jest terapeutka „Iskry” Aleksandra Konieczna.

Pomoc w walce z Covid-19

W związku z potwierdzonymi przypadkami zakażenia koronawirusem wśród mieszkańców domów pomocy społecznej rząd przygotował wsparcie dla samorządów powiatowych prowadzących domy pomocy społecznej. Łącznie na terenie całego kraju znajdują się 824 takie placówki. Mieszka w nich blisko 80 tysięcy osób. W chwili pisania tej informacji zakażenie potwierdzono w 20 DPS-ach u 247 osób, co stanowi 0,3 proc. wszystkich mieszkańców.

– Monitorujemy sytuację, do domów pomocy społecznej trafiło ponad 20 milionów złotych dodatkowego rządowego wsparcia oraz środki ochrony osobistej – 30 tysięcy litrów płynu do dezynfekcji, 975 tysięcy maseczek ochronnych, 174 tysiące przyłbic i ponad 964 tysiące par rękawiczek – podkreśliła Marlena Małag, minister rodziny, pracy i polityki społecznej (wypowiedź pochodzi ze strony www.gov.pl przyp. red.)

Tego typu pomoc okazuje się nieoceniona w walce z koronawirusem, zwłaszcza że wśród zakażonych są także pracownicy tych placówek. Środki trafiły już do poszczególnych województw.

– Chcę podziękować wojewodom oraz ich służbom za podejmowane działania, a także samorządom, które w tej niełatwej sytuacji stanęły na wysokości zadania. Znaleźliśmy się wszyscy w trudnym położeniu, ale zapewniam, że samorządy nie zostaną bez wsparcia. To między innymi dodatkowe środki – 20 milionów złotych z rezerwy celowej budżetu państwa, a także dodatkowe środki ochrony osobistej dla domów pomocy społecznej. Podejmujemy niezbędne kroki, by opanować rozprzestrzenianie się wirusa – powiedziała minister. **Oprac. KK.**



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Jak unikać dotyku, kiedy się nie widzi?

Pandemia koronawirusa spowodowała, że głośnie przestzegamy zasad związanych z zachowaniem higieny. Regularnie myjemy dłonie przez 30 sekund, podczas wizyty w sklepie lub spaceru nie dotykamy nimi twarzy, oczu i ust. Unikamy także – rzecz jasna w miarę możliwości i w granicach zdrowego rozsądku – dotykania różnych powierzchni. Jeśli musimy ich dotykać, zakładamy lateksowe rękawiczki. Jak unikać dotyku, kiedy się nie widzi?

Kupując jabłko, pomarańczę albo grejpfrut muszę owoc najpierw obejrzeć – znaczy sprawdzić, czy nie jest nadpsuty albo zbyt twardy. Podobnie czynię z innymi produktami. Skanuję kody kreskowe artykułów spożywczych, sprawdzam daty ważności na opakowaniach. Jeśli czcionka na produkcie jest zbyt mała, korzystam z aplikacji mobilnej do powiększania tekstu. Statystycznie 90% informacji płynących ze świata człowiek odbiera wzrokiem. Ociemniał i niewidomi nie mają tej sposobności, więc muszą znaleźć substytut, który pozwoli im funkcjonować w codziennym życiu. Tym substytutem jest dotyk. „Macają” zatem różne powierzchnie, przedmioty i produkty, żeby przekonać się jaki mają kształt, a jeśli to możliwe – także je powąchać. Dla niewidzących zmysł węchu jest równie ważny jak zmysł słuchu i dotyku.

Szczególnie istotne w orientacji dotykowej otaczającego świata są dla nich dłonie – zwłaszcza opuszki palców. To dzięki nim niewidomi mogą posługiwać się brajlem, oglądać makiety budynków użyteczności publicznej, poznawać kształty przeróżnych przedmiotów, spożywać posiłki (niektórym niewidzącym łatwiej jest jeść rękoma niż sztućcami). Tak więc opuszki palców są nieocenionym narzędziem w podróży po świecie w

ciemno. Wyostrzony zmysł dotyku nakłada konieczność stykania się dłoni niemalże ze wszystkim. My – widzący do pewnego stopnia możemy tego unikać. Odebrać niewidzącemu możliwość dotyku to jak zabrać widzącemu wzrok.

W związku z ciągle trwającym rozprzestrzenianiem się koronawirusa rząd nałożył kolejne obostrzenia. Są słuszne, ale... Skąd człowiek całkowicie niewidomy ma wiedzieć, ile osób aktualnie znajduje się przy kasie lub że odległość między nim a drugim człowiekiem wynosi mniej niż dwa metry? Jak poruszać się w przestrzeni publicznej, kiedy nie widzi się nic, a ludzi na ulicach jak na lekarstwo? Takich retorycznych pytań jest o wiele więcej. Osoba niewidoma w obliczu pandemii koronawirusa jest bardziej narażona na zakażenie aniżeli człowiek widzący. Wystarczy, że zapyta o drogę, a już napotkany człowiek (o ile się taki trafi) bierze ją pod rękę, żeby pomóc dotrzeć do celu. Oczywiście sprawą jest, że w tej sytuacji nie ma mowy o zachowaniu nawet półmetrowej odległości między rozmówcami.

Druga strona medalu jest taka, że niewidzący nie jest w stanie samodzielnie funkcjonować w przestrzeni publicznej, zwłaszcza w dużym mieście. Nie ma problemu, jeśli ma kogoś bliskiego, kto gotów jest w każdej sytuacji pośpieszyć mu z pomocą. Taka osoba robi niezbędne zakupy i porządki, pomoże załatwić sprawy urzędowe przez Internet. Gorzej, jeśli mieszka sam i nie ma na kogo liczyć. Nasuwa się pytanie: w jakim stopniu osoby z niepełnosprawnościami narządu wzroku narażone są na zakażenie koronawirusem? Dotąd nie podano danych na temat zakażenia koronawirusem jakiegokolwiek osoby niewidomej, co nie oznacza, że niewidzący nie znajdują się w grupie podwyższonego ryzyka (wśród

tych osób są ludzie starsi i z chorobami współistniejącymi). Stara zasada: „lepiej zapobiegać niż leczyć” sprawdza się również w tym przypadku. Trzeba więc unikać wychodzenia z domu, o ile jest to możliwe.

Niektórzy bagatelizują problem twierdząc, że osoby z niepełnosprawnościami wzrokowymi nie są zagrożone bardziej niż inne. Osobiście uważam, że brak wzroku istotnie wpływa na ryzyko zarażenia, bo osobom niewidzącym trudniej zorientować się, że na przykład ktoś z kim rozmawiają jest przeziębiony. Mogą nieświadomie do takiej osoby się przybliżyć i narażać na zakażenie. Wszelkie powierzchnie, których dotykają, na przykład w sklepach, są siedliskiem bakterii przenoszonych przez ludzi. W tym właśnie celu Ministerstwo Zdrowia oraz inne instytucje publiczne rekomendują stosowanie rękawic ochronnych i maseczek. Tyle, że niewidomy w lateksowych rękawiczkach nie da rady funkcjonować poza domem – straci orientację dotykową, o której wspominał wyżej.

Rolą całego społeczeństwa w tym trudnym czasie jest niesienie pomocy słabszym – chorym, niewidomym i osobom z innymi niepełnosprawnościami. Stańmy się edukatorami osób niewidzących i z niepełnosprawnością intelektualną – pokażmy im jak prawidłowo myć ręce po powrocie ze sklepu, jak je dezynfekować, aby ustrzec się przed zakażeniem. Zaproponujmy zrobienie zakupów, jeśli mamy taką możliwość. Regularnie pytajmy telefonicznie, czy czegoś im nie trzeba. Tylko dzięki nam – ludziom zdrowym – będą mogły bezpiecznie przetrwać społeczną kwarantannę i stawić czoła wirusowi. Nie zostawiajmy nikogo w potrzebie.

KAROLINA KASPRZAK

ROLA PIEŁĘGNIARKI W PROWADZENIU BADAŃ KLINICZNYCH

Otaczać pacjenta opieką i troską

Zawód pielęgniarki to jeden z najbardziej rozpoznawanych zawodów medycznych. Jest to samodzielny zawód z grupy specjalistów do spraw zdrowia. Pielęgniarka sprawuje opiekę medyczną nad pacjentem, asystuje lekarzowi podczas zabiegów i operacji, wykonuje samodzielne działania w zakresie diagnostyki, leczenia i rehabilitacji medycznej, a także zlecenia lekarskie. Zajmuje się też szeroko rozumianą edukacją zdrowotną i promocją zdrowia.

Miejscem zatrudnienia pielęgniarek są szpitale, ośrodki zdrowia, zakłady opiekuńczo-lecznicze i rehabilitacji medycznej, hospicja, domy pomocy społecznej i inne placówki opieki całodobowej, niepubliczne placówki służby zdrowia. Zadaniem pielęgniarki jest nie tylko wykonywanie zastrzyków i podawanie leków, ale również wiele innych działań i czynności wynikających ze specyfiki danego miejsca pracy. Inne zadania będzie miała pielęgniarka pracująca z pacjentami z zaawansowaną chorobą nowotworową, inne – pielęgniarka psychiatryczna niosąca pomoc osobom po kryzysach psychicznych, a jeszcze inne – pielęgniarka zatrudniona przy realizacji badań klinicznych.

Niezależnie w jakiej placówce leczniczej pielęgniarka pracuje, zawsze ma bezpośredni kontakt z pacjentem, który prócz

standardowej opieki medycznej potrzebuje także emocjonalnego wsparcia, empatii, uwagi i zrozumienia. Funkcja pielęgniarsko-opiekuńcza w tym zawodzie jest funkcją priorytetową. W przypadku chorób przewlekłych w zaawansowanym stadium stan ogólny chorego ulega systematycznemu pogorszeniu, nasilają się dolegliwości, występuje utrata kondycji fizycznej i psychicznej, w efekcie czego chory pacjent staje się niesamodzielny. Specyficzne potrzeby chorego wymagają od pielęgniarki nie tylko odpowiednich kwalifikacji, ale także predyspozycji osobowościowych – szczególnie ważną cechą jest wysoki poziom empatii oraz wrażliwości na cierpienie.

Rola pielęgniarki w badaniach klinicznych jest nieoceniona, gdyż poza badaczem ma ona największy kontakt z pacjentem. Obowiązki pielęgniarki badań klinicznych wiążą się z wykonywaniem czynności pielęgniarskich zgodnie z wszelkimi wymogami sponsora badania, czyli firmy, która prowadzi i finansuje badanie. Głównym zadaniem pielęgniarki w procesie realizacji badania klinicznego jest zapewnienie pacjentowi poczucia bezpieczeństwa w trakcie całego badania. Pielęgniarka odpowiedzialna jest za wykonywanie podstawowych badań laboratoryjnych, pomiar parametrów życiowych, podawanie leków (dożylnie,

domięśniowo i podskórnio), pobieranie różnego typu próbek do badań, a także stały nadzór nad pacjentem podczas podawania leków. Uczestnictwo w badaniu klinicznym dla pacjenta oznacza stres, dlatego ważne, aby prócz opieki medycznej, pielęgniarka umiała go otoczyć również troską i emocjonalnym wsparciem.

W Neurologicznym Niepublicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej Centrum Leczenia SM Ośrodek Badań Klinicznych im. dr n. med. Hanksi Hertmanowskiej w Plewiskach koło Poznania prowadzone są badania kliniczne we wskazaniach neurologicznych oraz w chorobie Alzheimer'a. Badania realizowane są na zlecenie firm farmaceutycznych zainteresowanych wprowadzeniem na rynek nowego leku lub dalszymi badaniami nad lekiem już zarejestrowanym. Wszystkie czynności przeprowadzane w związku z udziałem w badaniu klinicznym są dla pacjenta bezpłatne. W Neurologicznym NZOZ w Plewiskach pielęgniarką koordynującą badania kliniczne jest Maria Zugehoer, osoba z wieloletnim doświadczeniem w pracy pielęgniarki, wielką pasją oraz nieustającym zapałem do działania w służbie chorym i potrzebującym.

– Wzorem i autorytetem była i jest dla mnie śp. Doktor Hanka Hertmanowska. Gdy pisałam pracę magisterską, poszerzała

moją wiedzę, interesowała się wynikami badań. Miałam poczucie, że byłam dla niej ważna. Zawsze była pewnym oparciem. Nie zostawiała człowieka samego, mądrze podpowiadała jak rozwiązać bieżące problemy. Szefową była bardzo wymagającą, a przy tym niesłychanie ludzką. Najważniejszy był dla niej człowiek, szczególnie chory. Odczuwała wielką satysfakcję, kiedy udało się komuś pomóc – tak wspomina śp. Doktor Hertmanowską Maria Zugehoer (wypowiedź pochodzi z wywiadu pod tytułem: „Znaliśmy pięknego człowieka”, opublikowanego w magazynie „Sukces po poznaniu”).

To właśnie dzięki Osobie śp. Doktor Hanksi Hertmanowskiej po dziś dzień w Neurologicznym Niepublicznym ZOZ w Plewiskach panuje życzliwa, serdeczna atmosfera, a każdy pacjent traktowany jest z należyтым szacunkiem, otoczony głęboką troską, ludzką empatią i zrozumieniem. O takie godne traktowanie trudno w placówkach publicznej opieki zdrowotnej. Dla pacjentów udział w badaniu klinicznym jest jedyną szansą na znalezienie właściwego leku, który przyniesie ulgę w bólu i cierpieniu spowodowanym długotrwałą chorobą.

– W badaniach klinicznych uczestniczę od samego początku, czyli od momentu, kiedy ich prowadzenie rozpoczęła śp. Doktor Hanka Hertmanowska. Wraz z synem śp. Doktor Hertmanowskiej – Witosławem Cieślakiem, zespołem pracowników i lekarzy wyznających te same wartości, staramy się prowadzić dalej dzieło jej życia, zgodnie z zasadami, których nas nauczyła i z wymaganiami, które stawiała. Realizując jej plany (a miała ich mnóstwo) rozszerzamy zakres badań – podsumowuje M. Zugehoer.

KAROLINA KASPRZAK



Poczekalnia Neurologicznego NZOZ im. dr n. med. Hanksi Hertmanowskiej w Plewiskach.

Trudny czas pandemii

Pprzed epidemią koronawirusa systematycznie dwa razy w tygodniu bywałem na basenie, by poprawić sprawność fizyczną. W niedzielę 8 marca byłem w parku w Mosznej. Pogoda była piękna i nic nie wskazywało, że coś złego wydarzy się w najbliższych dniach.

Na początku marca rozpocząłem również zabiegi rehabilitacyjne w tak zwanej kriokomorze. Krioterapia to inaczej leczenie zimnem. Zabiegi w komorze kriogenicznej pomagają łagodzić ból w różnych schorzeniach. Co ciekawe, pierwsza w Polsce kriokomora chłodzona ciekłym azotem powstała w 1989 roku we Wrocławiu. Niestety, z powodu epidemii koronawirusa musiałem przerwać na jakiś czas zabiegi.

Po 13 marca świat jakby się zatrzymał. Dla dobra wszystkich zostały wprowadzone restrykcje w zakresie przemieszczania się i codziennego życia. Wyjście z domu powinno ograniczać się do załatwiania najpilniejszych spraw. Wspólnie z mamą robimy listę zakupów – nie tylko dla nas, ale także dla naszych starszych, schorowanych sąsiadów.

Niekiedy korzystamy z zakupów online, które w dobie pandemii Covid 19 są znakomitą rozwiązaniem. Produkty spożywcze dostarczane przez kuriera pod drzwi pozwalają ograniczyć nasze kontakty z ludźmi, a tym samym zmniejszają ryzyko zarażenia.

Pomaganie innym sprawia mi przyjemność. Mieszkam na wsi, a na terenach wiejskich ludziom starszym nie jest łatwo. Często są samotni, bo dzieci i dalsza rodzina mieszkają za granicą.

Niekiedy także ja sam potrzebuję pomocy. Ostatnio potrzebowałem jej przy załatwieniu karty parkingowej, gdyż termin ważności tego dokumentu upływał 8 maja. Pomogła mi moja siostra, która złożyła w urzędzie wniosek o nową kartę dla mnie. Trzeba przetrwać ten trudny czas, a przede wszystkim starać się myśleć pozytywnie.

KRYSTIAN CHOLEWA

Zdajemy egzamin



A.M. Krystosik
Gromadzińska
SZCZECIN

26. 03. 2020

Pełna jestem podziwu dla transformacji, która dzieje się na naszych oczach. Chyba nikt nie przypuszczał, że społeczeństwo potrafi w tak krótkim czasie przeskoczyć epokę. Co prawda pojawiają się problemy, trudności, ale wszystko zmieniło się z dnia na dzień. I to nie lokalnie, ale globalnie.

Zmagając się z pandemią, obserwując co dnia, jak dramatycznie rośnie liczba zakażonych i zmarłych, żyjemy w przedziwny sposób swoimi zyciami, nie załamujemy się. Domy dla większości z nas stały się twierdzami. Zgromadziliśmy zapasy i okazało się, że jak wielu rzeczy możemy zrezygnować. Okazało się też, że co naprawdę potrzebne jest nam do funkcjonowania. Mimo tragedii, która dzieje się na naszych oczach, wciąż jesteśmy obecni w życiu zawodowym i społecznym, chociaż pozostajemy w izolacji.

Niemalym wysiłkiem, ale nauczyliśmy się z dnia na dzień wykorzystywać nowoczesne technologie do pracy i zaspokajania potrzeb. Pracujemy, szkoły i uczelnie prowadzą kształcenie na odległość. Szkoły językowe prowadzą również tą metodą kursy, nawet szkoły tańca, kursy szycia, pieczenia chleba... odpłatnie lub za darmo edukują nas. Emitowane są msze kościołów różnych wyznań, rekolekcje. „Nie wypadliśmy z obiegu”, chociaż większość z nas pozostaje w domach. Wideo połączenia pozwalają nam spotykać się z rodziną i znajomymi. Telemedycyna leczy. Po leki przyjmowane z racji chorób przewlekłych przestaliśmy chodzić do lekarza i zajmować mu cenny czas. Mali, młodzi, starsi i nawet ci w podeszłym wieku (z pomocą lub bez!) korzystają z narzędzi, które ow-

szem były dostępne, ale teraz stały się powszechne. Staliśmy się z informatyzowanym społeczeństwem. To, co miało zająć najbliższe lata, wydarzyło się w ciągu kilku dni! Niezwykle! Chciałoby się powiedzieć: „Brawo my”!

„Brawo my”, bo pomimo konieczności przystosowania się do pracy zdalnej, konieczności wspierania naszych dzieci w lekcjach on line, gotowania obiadów, które niektórzy jedli w stołówkach lub „na mieście”, wyczuliśmy się też na potrzeby innych ludzi. Pamiętamy o innych. Są pośród nich nasi sąsiedzi, którzy z racji wieku, czy chorób nie powinni teraz wychodzić do sklepu, personel medyczny, który wspieramy szyjąc maski, dowożąc do szpitali posiłki i wyrażając na różne sposoby nasz dla niego szacunek, podziw i wdzięczność. Wolontariusze, ludzie dobrej woli, dostarczają jedzenie osobom starszym, samotnym, bezdomnym, tym którzy są w kwarantannie, wyprawiają psy. Kupujemy posiłki dla innych, bezimiennych. Wspieramy lokalne inicjatywy, lokalne sklepy, na przykład zamawiając dostawy do domu, wspieramy sadowników.

Modnym stało się hasło „All hands on board”. I coś w tym jest. Wszyscy próbujemy włączyć się w pomoc sobie nawzajem, także służbom – różnymi sposobami i środkami. Zdajemy egzamin. Żyjemy świadomie, rozglądając się wokół.



FOT. KAROLINA KASPRZAK

4 KWIETNIA 2020

Piątkowy wieczór miał być spokojny i relaksujący. Zaplanowaliśmy z Pawłem oglądanie programów kulinarnych, w których nieporadni, początkujący cukiernicy starają się odtworzyć dzieła mistrzów.

Dializa już się rozpoczęła. Jacek siedział jeszcze wpatrując się w ekran komputera, więc poprosiłam, by sprawdzić czy nie pojawiły się jakieś wolne terminy dostaw zakupów realizowanych online. Od jakiegoś czasu polujemy na „okienko”. Nie chodzimy do sklepu. Nie chcemy narażać Pawła i siebie. Jeść jednak trzeba. A jak na złość człowiek jest cały czas głodny.

Usiadłam z Pawłem.

– Jest! – Jacek zawołał z drugiego pokoju.

Zerwałam się jak szalona. Pobiegłam! Rzeczywiście. Był termin odbioru zakupów spod sklepu na następny dzień.

– O matko! Co my mamy kupić? Kompletnie zapomniałam, czego nam brakuje. Czuję się jak zawodnik w blokach startowych. Gotowi do startu, start!

Wirtualne zakupy trzeba było skończyć przed 23.00, by możliwa była realizacja zamówienia. A było już późno. Wskazówki zegara podejrzliwie przyspieszyły. Nieco zamroczeni nagłym szczęściem, wpatrywaliśmy się w ekran monitora. Byliśmy w sklepie! Jako pierwsze w wirtualnym koszyku wyładowały makaron i olej. Dalej mąka.

– Trzeba dzwonić do rodziców! – nagle doznałam olśnienia. Oni też potrzebują jedzenia.

– Co dla Was? – krzyknęłam może nieco za głośno do słuchawki.

Rodzice chyba nie od razu wiedzieli, o co mi chodzi i nieco się przestraszyli.

– Jesteśmy na zakupach! Co wam kupić?!

Na szczęście szybko skojarzyli, o co mi chodzi i jakiego rodzaju zakupy mam na myśli. Gorąca linia zakupowa została uruchomiona. Mama z tatą stworzyli listę. Ja też szybko zapisałam na kartce artykuły dla nas. Jacek wyszukiwał je na wirtualnych półkach. Czasu było coraz mniej! Jeszcze płatność. Ekran na chwilę zniknął. Czy straciliśmy wirtualny koszyk?! Stres! Zrobiło mi się słabo! 22.45! Zdążyliśmy. By-

ZAKUPY W CZASACH PANDEMII

Śmiać się czy płakać?

łam cała mokra i wykończona. Zmęczyłam się chyba bardziej niż w prawdziwym sklepie. Zdobyliśmy jedzenie! Tyłko nie wiadomo było, czy się śmiać, czy płakać. W takich czasach przyszło nam żyć! Odetchnęłam. Ale zaraz serce znów zaczęło mi bić szybciej. Niedostępna była opcja z dowozem do domu, zdecydowaliśmy się więc na odbiór spod sklepu. Uświadomiłam sobie, że muszę wyjść z domu!

Następnego dnia od rana nie mogłam sobie znaleźć miejsca. Ciągle myślałam o tym, że muszę wsiąść do samochodu i pojechać na parking sklepu. W sumie już prawie miesiąc nie wychodziłam z domu. Naszą kwarantannę zaczęliśmy nieco wcześniej niż reszta społeczeństwa.

Maska i przyłbica oraz płaszcz deszczowy – to był mój strój wyjściowy. Przyłbicę zrobiłam ze starej gumy od Pawełka pasów do dializ, a „szybkę” ze zbieranych od jakiegoś czasu opakowań po liniach do dializ. Niestety, opakowanie nie jest krystalicznie przezroczyste, więc trochę słabo przez nie widać. Napisałam na kartce wielkimi pogrubionymi literami numer zamówienia, by nie mieć problemu z jego odczytaniem. Wyglądałam jak kosmita. I znów nie wiedziałam, czym się śmiać czy płakać. Wyjście z domu było dla mnie przeżyciem.

Wyjechaliśmy z naszego cichego osiedla na główną ulicę. Zazwyczaj zatłoczona, była dziś pusta. Nie mijał nas żaden samochód. Aż mi ciarki przeszły po plecach. Po chodnikach nie szli żadeni ludzie. Mijaliśmy sklep Biedronka. Kolejka ludzi na zewnątrz. Między nimi naprawdę duże odstępy. Wszyscy w maskach i rękawiczkach. Tak naprawdę dopiero ten obraz uświadomił mi powagę sytuacji. Do tej pory widziałam pandemię tylko w telewizji. Ludzi stali w milczeniu. Nie rozmawiali ze sobą z wiadomych względów. Kawałek dalej ktoś szybkim krokiem szedł z psem na spacer. W zasadzie ciągnął psiaka, byle szybciej. Mijaliśmy jeszcze sklep Lidl. Też długa, rozciągnięta kolej-

ka, maski, rękawiczki... Zrobiło to na mnie piorunujące wrażenie. I cisza. Wszędzie wokół cisza i pustka. Grało tylko nasze radio. Co chwilę nadawane były jednak komunikaty, że należy myć ręce, dezynfekować telefon, zachować odstęp, zostać w domu! A my jechaliśmy pod sklep. Poczułam się, jakbym zmierzała prosto w paszczę lwa. I po raz kolejny nie wiedziałam, czy mam się z siebie śmiać, czy zacząć płakać. Do płaczu było mi bliżej.

Mijaliśmy jeszcze pizzę, która zawsze wypełniona była po brzegi. Oczywiście zamknięta. Powiewała tylko wywieszona wielka czerwona płachta „Drive thru”. Zamknięta Castorama, McDonald, KFC... wszystko zamknięte! Na parkingu naszego sklepu było niewiele samochodów, chociaż to przecież hipermarket i sobotnie popołudnie. Wjechaliśmy do specjalnej wiaty. Podaliśmy nasz numer zamówienia i nie wychodząc z samochodu czekaliśmy. Było mi na przemian zimno i gorąco. Denerwowałam się. Rękawiczki, maska, przyłbica, czapka naciągnięta na przyłbicę, długa kurtka... Siedzieliśmy z mężem w milczeniu. Tyłko te łowieszki komunikaty w radio. Co jakiś czas ktoś przemyczał. Maska, rękawiczki- niebieskie, białe lub czarne. Zaczęłam myśleć skąd ludzie biorą maski. Przecież tak trudno je dostać, a jeżeli są, to kosztują fortunę. Zaczęło mnie swędzieć oko, ale pomyślałam, że nie mogę go teraz dotykać. Usta miałam coraz bardziej spierzchnięte. Nie mogłam ich zwilżyć. Zaczęło mnie wszystko swędzieć. To z nerwów, myślałam. Nie mogłam pozwolić, by moja wyobraźnia zaczęła działać.

Mąż stwierdził, że dobrze, że mamy klimatyzację samochodu z filtrem... To mi nie pomogło, bo oczami wyobraźni zaczęłam już widzieć wirusa dostającego się do naszego samochodu wszelkimi możliwymi szparami. Rozsądek podpowiadał, że to przecież nie dżuma, powietrze nie jest skażone, dopóki ktoś niedaleko nas nie zacznie kichać, czy kaszleć. Mój syn zawsze twier-

dzi, że mam zbyt wybujałą wyobraźnię. Wszystko pamiętam obrazami, planuję obrazami, „widzę” to, co może się przydarzyć.

Ktoś zapukał w szybę bagażnika. Oboje podskoczyliśmy. Przyjechał pracownik sklepu z koszykiem naszych zakupów. Jacek wyszedł. Ja chwilowo nie byłam w stanie. Do sklepu nawet siłą nikt by mnie nie zaciągnął, nawet za milion złotych bym nie poszła. Doszło do tego, że boję się wyjść z własnego domu, boję się spotkać drugiego człowieka. Koszmarne czas. Zakupy szybko zostały przeładowane do samochodu i ruszyliśmy do domu. Znowu patrzyłam na puste miasto, może jeszcze nie wyglądające jak wymarłe, ale niezwykle puste. Ludzi widziałam tylko w kolejkach przed sklepami spożywczymi. Innych ludzi po drodze nie mijaliśmy!

Zakupy rozładowaliśmy w garażu. Produkty, które musiały znaleźć się w lodówce, zostały zdezynfekowane. Każdy został dokładnie przetarty. Pozostałe trafiły na kwarantanną garażową. Za trzy dni po nie wrócimy. W międzyczasie podjechał tato. Otworzył bagażnik. Odsunął się na bezpieczną odległość. Zapa-

kowałam zakupy rodziców do ich bagażnika. Tato odjechał do domu. Popatrzyłam tęsknym wzrokiem... Nie widujemy się, nie odwiedzamy. Zamknęliśmy drzwi garażowe i poczuliśmy się znacznie bezpieczniej. Byliśmy w naszej twierdzy. Jeszcze tylko trzeba było zdjąć ubrania, umyć i zdezynfekować ręce i twarz... Wróciliśmy do domu. Dobrze tu być.

Pandemia nas przeraża. Tyłko ktoś bez wyobraźni się nie boi jej konsekwencji. Tak właśnie jest. Nikt z nas nie jest zdrowy w stu procentach. Każdy ma jakąś chorobę przewlekłą. Oczywiście najtroskliwiej chronimy Pawełka. O niego boimy się szczególnie. Gdy jesteśmy w domu, jest prawie normalnie. Bywa nawet przyjemniej niż w normalnym świecie. Codziennie jemy razem obiad, czasami nawet razem go przygotowujemy, razem wychodzimy do ogródka. Spędzamy ze sobą całe dni. Jest nam ze sobą dobrze.

Ale wyjście z domu jest trudne. Kosztuje nas dużo nerwów. I tak będzie jeszcze przez jakiś czas. Wszędzie rada: zostań w domu. Wpisujemy się. Zostajemy w domu. Dla dobra naszego i innych.

AGATA

KRYSTOSIK-GROMADZIŃSKA



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Szpitalna izolacja

Osoby z niepełnosprawnościami z powodu barier architektonicznych często doświadczają poczucia izolacji. W sytuacji nieuleczalnej choroby konieczne jest zachowanie wszelkich środków ostrożności. Tak było w 2017 roku, kiedy odwiedzałem mojego ojca w szpitalu. Na salę, w której przebywali chorzy, mogła wejść tylko jedna osoba.

Na oddział wchodziło się dzwoniąc domofonem. Trzeba było przestrzegać regulaminu. Dla pacjentów z chorobą nowotworową nawet najmniejsza infekcja mogła skończyć się tragicznie. Z drugiej strony pacjentom potrzebny jest kontakt z najbliższymi. Niezbędna jest także pomoc w codziennych czynnościach jak mycie, golenie, ubieranie, karmienie.

Kiedy jeździłem z mamą do taty, większość czasu spędzałem na korytarzu. Ojciec bardzo się cieszył, że przyjeżdżaliśmy w odwiedziny. Na początku leczenia wychodził do nas i szliśmy do bufetu na kawę. Później jego stan się pogarszał. Kiedy szpital był zamknięty dla odwiedzających z powodu grypy, ojciec męczył się brakiem naszej obecności. Na szczęście po kilku dniach znów można było go odwiedzać.

W lutym tego roku po ciężkiej operacji ze szpitala została wypisana moja mama. Opiekowałem się nią wraz z siostrą. Trudne doświadczenia umacniają nas. Wszystkim chorym życząc dużo zdrowia, a personelowi medycznemu wielu sił w pełnieniu służby dla chorych.

KRYSTIAN CHOLEWA



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Zamknięci – nieco

9.4.2020

Minął miesiąc kwarantanny. Przywykliśmy do nowego świata. Poznaliśmy nowe reguły gry. Stoczyliśmy wiele bitew. Część z nich wygraliśmy, część przegraliśmy. Zdobyliśmy doświadczenia i umiejętności zupełnie inne niż te już posiadane. Nauczyliśmy się jak żyć. Nauczyliśmy się jak zapewnić bezpieczeństwo naszym chorym dzieciom.

CZAS NA ZMIANY

Nie da się bowiem żyć tak samo jak przed pandemią, tylko że w zamknięciu. Nie można zdalnie pracować od 8 do 16. Dom to nie biuro, nawet jeżeli nasze obowiązki to praca przy komputerze. Po prostu się nie da. Również lekcje w szkole on line nie mogą zaczynać się o 8 i kończyć o 15.30. Nie można przełożyć czasu pracy i nauki w relacji 1:1. Czy znaczy to, że pomimo ograniczeń pracujemy i uczymy się w domu wydajniej? A może po prostu inaczej. Sami bierzemy odpowiedzialność za powierzone nam zadania i planujemy, jak najlepszą strategię, jak najefektywniej pracować i godzić wszystkie role, w które wcielamy się każdego dnia. Pomimo natłoku zajęć i obowiązków „wyhamowujemy”. Nie denerwujemy się stojąc w korkach, nie pędzimy rano do i z pracy, by zdążyć odebrać dzieci ze szkoły i zawieźć je na dodatkowe zajęcia. Nie uganiamy się ciągle i za wszystkim.

Planujemy. Rozsądek nakazuje, aby ze względów bezpieczeństwa nie robić codziennie małych zakupów. Ponadto trzeba pilnować godzin, w których możemy być w sklepie. Zakupy trzeba więc planować tak, aby jak najmniej czasu spędzić w hipermarkecie lub wcale do niego wchodzić i zamówić dostawę do domu. Czy to znaczy, że kupujemy tylko to, co jest nam naprawdę potrzebne? Pewnie tak. Nie skuszą nas promocje,

wyprzedaże. Poza tym wielu otrzymuje niższe wynagrodzenia lub je straciło, więc lepiej zaczynamy liczyć pieniądze.

Nie możemy wychodzić na spacer, kiedy i gdzie chcemy. Zamknięte są parki, lasy, plaże... Nie przestaliśmy jednak dbać o to, by być na świeżym powietrzu. Wręcz o to zabiegamy. Może nawet bardziej świadomie niż dotychczas. Podobno cierpią na tym psy, które leżą wymęczone, bo na spacer z psem można iść, więc wychodzą kilkanaście razy dziennie.

Nie możemy podać ręki na powitanie. Musimy zachowywać dystans na ulicy i w miejscu pracy. Za chwilę będziemy musieli zasłaniać usta i nos w miejscach publicznych. Ale coraz chętniej i odważniej wykorzystujemy wszelkie inne formy kontaktu. Dzwonimy, łączymy się z obrazem wideo. Robimy nawet spotkania rodzinne w sieci internetowej. Jesteśmy blisko, chociaż musimy być w oddaleniu. I robimy to z potrzeby serca. Nikt nas nie zmusza do tych spotkań. Zaczynamy za sobą tęsknić, wracać do chwil spędzonych razem, planować, marzyć...

W wielu wypadkach musimy przemyśleć i inaczej zaplanować opiekę nad naszymi niepełnosprawnymi dziećmi. Nie mamy na wyciągnięcie ręki wszystkiego tego, co naprawdę jest nam potrzebne. Po prostu jest to niedostępne na rynku lub kosztuje 500% więcej niż przed pandemią. Nie na wszystko już nas stać, więc musimy szukać sposobów. Czasami nieco przestraszeni i zagubieni, ale idziemy naprzód. Przecież nie możemy się zatrzymać! Do zabiegów mojego dziecka potrzebuję masek chirurgicznych, środków do dezynfekcji rąk i do dezynfekcji powierzchni. Są to obecnie towary deficytowe, a produkty pojawiające się na rynku są niesprawdzo-

nej, często wątpliwej jakości. Maski nauczyłam się szyć sama. Zamówiłam w hurtowni skrawki materiałów i mogę teraz do woli wybierać wzory. Od folklorystycznych, przez myszkę miki, różowe słoniki, motyw dżungli po latające balony. Można powiedzieć, że mam wolność wyboru. Uspokoiliam się, że ich nie zabraknie. Szyję w każdej wolnej chwili i wychodzi mi to coraz lepiej. Uruchomiłam też wszystkie kontakty, by znaleźć uczciwego sprzedawcę środków higienicznych. Jutro odbieram dostawę z atestami. Odetchnęłam. Mogę znów spać w nocy. Zabiegi dializ toczą się swoim rytmem.

W tym dziwnym czasie, by się nie zatrzymać, by nie stracić go bezpowrotnie, jeszcze wiele musimy zmienić. Przede wszystkim dbać o siebie i innych. Ale też z dużo większą wyrozumiałością spojrzeć na siebie i na innych. Może nawet nieco odpuścić. Nie wymagać od siebie aż tak wiele. Nie musimy być wojownikami w czasach pandemii. Nie musimy wciąż udowadniać, że dajemy radę, że świetnie odnajdujemy się w nowych realiach! Czasem trzeba odpocząć. Pewnie zdobyliśmy już leki, zapasy jedzenia. Czy wszystko inne jest naprawdę potrzebne? Może bardziej potrzebujemy trochę ciszy i spokoju, a nawet „nicnierobienia”. Bo w większości domów życie toczy się inaczej, ale prawie normalnie, jednak w cieniu epidemii. Świat nie jest nam teraz przyjazny. Nie wyzbędziemy się strachu. Boimy się, że my czy nasi bliscy mogą zachorować. Musimy trochę odetchnąć. Walczymy już co najmniej miesiąc.

I musimy pamiętać, że naszym dzieciom też jest trudno. Ich świat też się zmienił. Nauka on line wcale nie jest łatwiejsza. Nie ma dzwonka, nie ma nauczyciela stojącego „nad głową”, ale nie ma też kolegów, nie ma radości bycia razem,

odzyskaliśmy wolności

nie ma współzawodnictwa. Nasze dzieci też zostały pozbawione tego, co było ważną częścią ich życia. Staramy się je dyscyplinować, zachęcamy do nauki, do robienia zadań dodatkowych, wymagamy. A one w wielu domach muszą uczyć się same. Przecież jeszcze nie są na studiach. Dodatkowo, tak jak i my, musiały z dnia na dzień poznać nowe metody pracy, kontaktu z nauczycielem. Mają nawet gorzej niż my. Nauczyciele prowadzą zajęcia w różnych formach, na różnych platformach, o różnych godzinach. Ciężko jest się w tej wirtualnej rzeczywistości odnaleźć nie tylko dzieciom, ale też nam, ich rodzicom, opiekunom. Może trzeba więc pozwolić dzieciom, by więcej czasu spędzały na zabawie, nawet przed telewizorem czy komputerem. Trzeba im dać więcej wolności. Też muszą odpocząć.

Inaczej trzeba spojrzeć również na gotowanie, pieczenie. Nie startujemy w konkursie na idealną gospodynię w czasach pandemii. Przecież obiad nie musi być gotowy na 13.30. Jeżeli zjemy go o 12, bo już będziemy głodni, 13 czy o 14, wszystko będzie dobrze. Niekonieczne do obiadu musi być zielona sałata, świeże warzywa. Można zjeść też kiszzone ogórki. A makaron z białym serem jest równie dobry jak spaghetti z risotto. Okazuje się, że chleb nie musi być codziennie świeży, bo upieczony własnoręcznie wystarcza na dwa, nawet trzy, nawet cztery dni. Przecież można zrobić grzanki.

Odkrywamy, że ubrania nie muszą być idealnie uprasowane i poukładane w szafie kolorami. Zdjęte z suszarki spodnie dresowe, dzinsy wyglądają równie dobrze jak wyprasowane.

Już tak bardzo „nie musimy”. Być może nigdy tak naprawdę nie musieliśmy. Teraz możemy sobie na to pozwolić. Bo nawet jeżeli bierzemy udział

w wideokonferencjach, zazwyczaj siedząc, to wciąż możemy mieć na sobie ulubione wyciągnięte spodnie, a na nogach wygodne kapcie lub być na bosaka. A może wcale nie musimy mieć na sobie marynarki, tylko jeszcze wydaję nam się, że tak jest bardziej profesjonalnie. Ale jesteśmy przecież w domu. Zasady gry się zmieniły. Może „dress code” w związku z tym też powinien.

Trzeba odetchnąć. Wiele już za nami, a zapewne jeszcze więcej przed nami. Trzeba zrobić porządek w głowie, bo większość mieszkań już łśni i nie ma już co sprzątać. Czas przededefiniować pojęcia. Bo na przykład wolność nie znaczy dziś to samo, co kiedyś, przed pandemią. Zostaliśmy zamknięci w domach, nie mamy gdzie pójść, nawet gdybyśmy mieli na to ochotę. Ale okazało się, że nasze domy „rozciągnęły się” w jakiś niewytłumaczalny sposób. Każdy z domowników musiał odnaleźć w nich trochę swojej wolności i przestrzeni. W nawet najmniejszych mieszkaniach zmieściła się szkoła, przedszkole, żłobek, praca mamy i praca taty. Domy stały się jadalniami na pełen etat, miejscem wypoczynku, rozwijania pasji. Zobaczyliśmy, może trochę do tego zmuszeni, że w domu też możemy być wolni, możemy robić co chcemy. Niekoniecznie musimy uciekać w swoje miejsca poza nim. I może dzięki temu zauważamy wzajemnie, co każdy z nas musi robić na co dzień, co lubi oraz ile wysiłku trzeba włożyć, byśmy mogli być razem. To dobra lekcja dla nas wszystkich. Nauczymy się swojego życia, każdy po swojemu, mimo że teraz nasze żywoty zmieszały się bardziej niż kiedykolwiek w jedno. Może docenimy się dzięki temu, może lepiej będziemy się rozumieć.

Kolejne pojęcie to bliskość. Ono również ewoluuje. Pierwsze skojarzenie, to bycie niedaleko od siebie, bardzo blisko

siebie, możliwość kontaktu przez dotyk, przytulenie, możliwość bycia razem, czyli w tym samym miejscu i czasie. Teraz doświadczamy bliskości rozumianej szerzej, głębiej. Nie możemy się spotykać, nie możemy spędzać czasu z bliskimi nam osobami. Nie spotykamy się nawet z najbliższą rodziną gdy zamieszkujemy osobno. Jesteśmy jednak blisko. Rozmawiamy przez telefon, Internet, myślimy o sobie, pamiętamy, martwimy się o siebie, tęsknimy za sobą. Przesyłamy sobie zdjęcia, uśmiechy, troszczymy się wzajemnie o siebie, np. informując się gdzie można kupić ser, jajka czy wędlinę z dowozem.

Zaczynamy nawet wyszukiwać oferty od lokalnych sprzedawców, usługodawców, by ich wesprzeć, bo to często znajomi naszych znajomych, którzy stoją teraz u progu bankructwa. To są nowe wyrazy bliskości. Na odległość, ale pomagamy sobie przetrwać ten czas. Wspieramy się w poczuciu wspólnoty. I wbrew pozorom zyskaliśmy więcej wolności w wyborze towarów i usług. Nie ograniczamy się do jednego miejsca, w którym zwykle robiliśmy zakupy. Teraz musimy poszukać, popytać, poczytać, ale możemy wybierać, a ofert jest coraz więcej.

Dziś Wielki Czwartek. W kościele katolickim rozpoczynają się święta Wielkiej Nocy. Są inne. Spokojniejsze. Nie odwiedzają nas goście, my też się nigdzie nie wybieramy, nie musimy się spieszyć. Nie pójdziemy nawet do kościoła, by święcić pokarmy. Ale to wciąż święta. Może ten jeden jedyny raz w życiu, mamy szansę spojrzeć na nie z innej perspektywy. Może mamy niepowtarzalną szansę, by przeżyć te święta bardziej w sercu niż w babkach, mazurkach i sernikach. Oczywiście niech i one się pojawiają, ale może tym razem nie będą na pierwszym planie.

Ja się cieszę z tej „inności” świąt. Szykując kolację dla męża i syna, oglądałam na Facebooku transmisję z wieczornej mszy. Położyłam telefon obok deski, na której kroilał ziemniaki. W jakiś niezwykle sposób pan Bóg wkroczył do mojej kuchni. Naprawdę stał się na tę chwilę obecny, a ja nie musiałam szarpać się, by zdążyć wszystko zrobić, by być w kilku miejscach. Miałam dziś Pana Boga u siebie. W domu gościmy też niedzielne msze w telewizji. Siadamy do obiadu, a kościół jest z nami i my w domowym kościele. Nastolatki niezbyt chętnie chodzą do kościoła, a teraz nie muszą nikogo do niego zmuszać.

Jest już wieczór. Powinam od kilku godzin robić mazurki, dekorować je, przygotowywać zalewy do świątecznych mięs i wiele innych rzeczy. Nie robię. Jeszcze zdążę. Jutro razem coś wymyślimy. A może w tym roku zrobimy jeden mazurek? Ale zrobimy go razem.

Trzeba zwolnić. Ostatni miesiąc kosztował nas dużo wysiłku. Zbudowaliśmy tak wiele od nowa. Ogromnie dużo zrobiliśmy dobrych i pożytecznych rzeczy. Ale dla nas, którzy nie pracujemy w służbie zdrowia, to nie wysiłek. Na szczęście nie musimy walczyć o życie pacjentów kosztem siebie i swojej rodziny. My nie musimy być pierwsi na mecie. Dobrze, że już święta. Przerwa w pracy i w nauce.

Usiądźmy, poleżmy na kanapie. Kubek gorącej herbaty może być równie dobry lub nawet lepszy, niż dwa rodzaje sernika, trzy rodzaje mazurka oraz babki w różnych smakach i kształtach, które zawsze w pocie czoła piekłam. Popatrzymy, kto jest obok nas, popatrzymy na to, co mamy wokół. Przez chwilę, w ciszy, odpocznijmy. Być może walka wciąż przed nami. Trzeba zebrać siły. Poukladać się. Damy radę, ale trochę inaczej, z trochę większym dystansem i nie za wszelką cenę. Przelicznik 1:1 już nie działa. Damy radę, ale to już nie ten sam świat. My też jesteśmy inni. Zamknijmy odzyskaliśmy trochę wolności. Tylko musimy sobie na nią pozwolić, nie bać się zaakceptować, że mniej i wolniej może znaczyć lepiej.

AGATA
KRYSTOSIK-GROMADZIŃSKA

To był szczęśliwy dzień

W tym roku mija 15 lat od mojego egzaminu dojrzałości. Matura to najważniejszy egzamin w życiu, od którego zależy dalsza nauka i aktywność zawodowa. Systematyczne przygotowywanie się do niego jest więc bardzo ważne. Poza przedmiotami obowiązkowymi, warto wybrać te, w których czujemy się pewni.

Egzamin dojrzałości z języka polskiego pisałem jako jedyny uczeń na sali. Towarzyszyła mi trzysobowa komisja. Z racji posiadania orzeczenia o niepełnosprawności przysługiwał mi wydłużony czas na napisanie wypracowania. W przygotowaniach do egzaminu z tego przedmiotu pomagała mi pewna nauczycielka, za co jestem jej ogromnie wdzięczny. Kolejnym przedmiotem, który zdawałem, był język niemiecki. Z powodu choroby nauczyciela tego przedmiotu musiałem sam przygotowywać się do matury z niemieckiego.

Maturę zdawałem także z wiedzy o społeczeństwie. Tu sprawdzana była znajomość bieżących wydarzeń politycznych w kraju i na świecie oraz umiejętność stosowania pojęć odnoszących się do zagadnień politycznych, ekonomicznych i społecznych. Marzyłem o pisaniu matury z religii, jednak przedmiot ten nie widniał w wykazie przedmiotów obowiązkowych i dodatkowych ustanowionych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Matematyka nie była wówczas obowiązkowa jak ma to miejsce obecnie. Nie zdecydowałem się na zdawanie tego przedmiotu.

Ogłoszenie wyników matur nastąpiło 29 czerwca. To był szczęśliwy dzień. Zdałem maturę!

Zachęcam osoby z niepełnosprawnościami, aby spróbowały przełamać lęk i przystąpiły do egzaminu dojrzałości. Okres przygotowawczy jest trudny – trzeba dużo czytać, wertować literaturę, ćwiczyć wymowę obcych słów, rozwiązywać zadania. W życiu nic nie przychodzi bez wysiłku. Aby coś osiągnąć, trzeba bardzo się starać. Wszystkim tegorocznym maturzystom życzę powodzenia na egzaminie dojrzałości.

KRYSTIAN CHOLEWA



Monika Janc
POŁAJEWO

„Different” – to warszawska restauracja w ciemności – jedyna w Polsce obsługiwana przez niewidomych kelnerów. W tej restauracji nie potrzebujecie wzroku, aby zjeść smaczny posiłek, posłuchać muzyki i

spędzić miło czas. Poznać w niej fantastycznych pracowników – w tym kelnerów, którzy łamią wszelkie stereotypy na temat osób niewidomych. Udowadniają, że nie istnieją bariery i ograniczenia. Przekonują, że mimo poważnej dysfunkcji można pomagać i służyć potrzebującym.

Niestety, z powodu panującej pandemii sytuacja restauracji – a wraz z nią jej 22 pracowników – jest katastro-

falna. Brak klientów i, co za tym idzie, utrata dochodów, może w najbliższym czasie doprowadzić do zamknięcia lokalu. Trzeba będzie zwolnić pracowników – co jest szczególnie trudne do przyjęcia w przypadku osób z niepełnosprawnością albo wykluczonych społecznie z innych przyczyn. Praca w restauracji to szansa dla nich na lepsze życie. To miejsce, w którym czują się potrzebni i doceniani. Dzięki niemu mają po-

DOWÓZ OBIADÓW

Niewidomi –



Obiady za chwilę pojadą do mieszkań warszawiaków.



Kucharka „Different” przy pracy.

DLA NAJUBOŻSZYCH I CHORYCH

dla potrzebujących

czucie bezpieczeństwa finansowego, a także możliwość realizowania swoich pomysłów – a jest ich wiele.

Restauracja powstała w 2018 roku z inicjatywy Fundacji Pomocy Rodzinie „Człowiek w potrzebie”. Celem Fundacji jest świadczenie pomocy rodzinom w trudnej sytuacji materialnej, a także osobom bezdomnym i uzależnionym. „Different” jest przedsiębiorstwem ekonomii społecznej i otrzymuje dofinansowanie z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Zatrudnia 22 osoby – w tym 17 z niepełnosprawnością. Misją tego miejsca jest także „otwieranie oczu” na świat tym, którzy mają całkowicie zdrowy wzrok. Pięknymi słowami wyraził to Antoine de Saint Exupéry w „Małym Księciu”: „Dobrze widzi się tylko sercem. Najważniejsze jest niewidoczne dla oczu”. Dlatego przedsięwzięcia takie jak restauracja w ciemności są bardzo potrzebne w codziennym budzeniu ludzkiej wrażliwości. Dzięki takim miejscom mamy możliwość zatrzymania się, przemyślenia i dostrzeżenia tego, co jest w życiu naprawdę ważne.

Odwiedzając restaurację przygotujcie się na niezapomniane doznania – wszechogarniającą ciemność i klimat spowity tajemnicą.

– Tutaj nie jest potrzebny wzrok, a kelnerzy nie chodzą z noktowizorami i nie obserwują gości – mówi Anna Bocheńska, dyrektor restauracji. – Ciemność, jaka was ogarnie, będzie nie tylko nowym doświadczeniem, ale także sprawdzeniem „na własnej skórze”, jak wygląda codzienne życie osób niewidomych. Z jednej strony poznać ich życie w ciemności, a z drugiej przekonać się, że osoby z dysfunkcją wzroku mogą wbrew pozorom wykonywać precyzyjną i wymagającą pracę.

W tej restauracji goście nie wiedzą, jakie dania są im podawane. W ofercie znajdują się potrawy rybne, wegetariańskie, wegańskie albo



Przy pracy. Anna Bocheńska (z lewej) z pracownicami.

mięsne. Szczegóły pozostają jednak do końca zagadką. W piątki i soboty kolacji towarzyszy muzyka na żywo, która dobierana jest zgodnie z preferencjami klientów. Bywałam w tej restauracji kilkakrotnie i zawsze wychodziłam usatysfakcjonowana miłą i profesjonalną obsługą, a także smacznym jedzeniem.

W czasie rozprzestrzeniania się pandemii Fundacja podjęła wyzwanie: „Different” przygotowuje i dostarcza posiłki osobom chorym, starszym i w trudnych sytuacjach. Pomysł ten był wyrazem szczerej chęci pomocy potrzebującym, ale zarazem był podjęciem dramatycznej walki o przetrwanie firmy i tym samym miejsc pracy dla osób niepełnosprawnych, w tym niewidomych. Restauracja potrzebuje zleceń na swoje usługi oraz wsparcia finansowego i rzeczowego. Utworzono w tym celu zbiórkę na portalu Pomagam.pl/posilnikryzysowe.

W ramach projektu „Posiłki Kryzysowe – Warszawa” przez 7 dni w tygodniu dowożą gorące dwudaniowe posiłki do mieszkań najuboższych warszawiaków. Karmią ponad 120 osób dziennie i równocześnie osoby z „Different”. Posiadają

kuchnię wyposażoną w potrzebny sprzęt – w tym pakowarkę do ekotacek. Pomocą służą pracownicy restauracji, a także wolontariusze.

– Obiady wyceniliśmy na kwotę 23 zł. Ponosimy koszty – 8 zł. za produkty, opakowania i środki czystości. Ponadto 10 zł. czynsz, media i wynagrodzenie pracowników, a także 5 zł. za dowóz obiadu pod drzwi. Kolejne koszty to zakup maseczek, rękawiczek i papierowych toreb oraz zwroty za paliwo i wynagrodzenie kierowcy. Do 10 kwietnia wydaliśmy już ponad 2.300 obiadów. Z obecnej zbiórki pienię-

dzy wystarczy jeszcze na 7 dni działań – mówi Anna.

Pomoc i wsparcie będzie potrzebne przez dłuższy czas – także po zakończeniu epidemii.

Wszyscy, którym leży na sercu dobro potrzebujących i przyszłość pracowników restauracji „Different”, mogą dokonywać wpłat na konto: Fundacja Pomocy Rodzinie „Człowiek w potrzebie”, Al. Jerozolimskie 123A, 02-017 Warszawa, nr konta: 28 1050 1025 1000 0090 8030 1311 z dopiskiem: „Posiłki kryzysowe”.



Dwudaniowe posiłki „Different” dla osób chorych, starszych i w trudnych sytuacjach.

Tęsknię do drzew i śpiewu ptaków

Światem zaczął rządzić Strach i lęk, a ludzi ogarnęła panika spowodowana pandemią. Nie będę ukrywać, że mi się to udzieliło, ale tylko przez chwilę. Jedyłą niedogodnością, która mi przeszkadza, jest obawa o moje zdrowie. Nie mogę wychodzić na zewnątrz i choć ciężko, to wcale nie musi być nudno.

Bardzo tęsknię za odpoczynkiem na moim przydomowym, ulubionym skwerku wśród drzew i śpiewu ptaków i opalaniem się. Korzystając z dłuższej chwili wolnego czasu postanowiłam nadrobić zaległości i oddać się swoim pasjom. Nie zapominam też o ćwiczeniach i wypoczynku. Dla relaksu słucham mojego nowego odkrycia – Leo Rojasa, instrumentalisty pochodzącego z Ekwadoru wykonującego muzykę indiańską na fletni Pana. Gdy jest mi smutno i źle, jego muzyka mnie pociesza.

Zaczęłam również wykonywać pracę haftem krzyżko-

wym. Praca nosi tytuł: „Krajobraz jesienny”. Mimo że ten rodzaj haftu jest żmudny i czasochłonny, zajęcie to uspokaja mnie i przynosi wiele satysfakcji. Bardzo lubię otaczać się pięknymi barwami kolorowych mulenek. Dużo rozmyślam, ponieważ muszę podjąć ważną dla mnie decyzję. Mam też wiele różnorodnych planów, między innymi wiosenne porządki na facebook-u, na dysku internetowym oraz w materiałach prasowych o Edycie Górniak, którą uwielbiam. Robię tabelki pod notatki dla lekarza oraz autorskie projekty na obrazy, które wykonam, gdy wrócę na zajęcia do naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej w Swarzędzu.

Bardzo brakuje mi zajęć plastycznych i specjalnych zadań w pracowni komputerowej, w której mogę zawsze czegoś nowego nauczyć się i rozwijać swoje umiejętności. Brakuje mi również terapeutów, kolegów i koleżanek z Warsztatu.

AGATA RYBICKA



Agata Kiejdrowska z mamą.

FOT. ARCHIWUM SPĐST

Moja kwarantanna

Gdy się dowiedziałam, że Koronawirus zaatakował Chiny, to nie przypuszczałam, że cały świat się zmieni, w tym nasz kraj. Nie chce mi się wierzyć, że jest to wirus, który zabija. Tyle ludzi już umarło przez pandemię. Cały świat przewrócił się do góry nogami.

Moja kwarantanna rozpoczęła się 12 marca i trwa do tej pory. Jest to dla mnie bardzo ciężki okres, bo nie mogę chodzić do Warsztatu Terapii Zajęciowej w Swarzędzu i nie mogę spotykać się z kolegami i koleżankami oraz z terapeutami. Brakuje mi również tego, że nie mogę chodzić do kościoła i uczestniczyć w mszach świętych. Bardzo często wspominam dobre chwile spędzone w warsztacie.

Teraz mam bardzo dużo wolnego czasu. Rzadko, ale staram się z mamą wychodzić na spacer wśród zie-

leni na naszą pobliską aleję. W czasie spacerów uwielbiam słuchać śpiewu ptaków i rozkoszować się zapachem kwiatów. Czasem wybieram się na działkę, gdzie po drodze znajduje się piękna kapliczka Matki Bożej, przy której można odpocząć i pomodlić się.

Przez wirusa dużo przebywam w domu i czytam czasopisma, jeżdżę na rowerze stacjonarnym, pomagam mamie w codziennych czynnościach domowych. Mimo wszystko, brakuje mi kontaktu z ludźmi, szczerego uśmiechu, ciepłego podania dłoni. Mam nadzieję, że ten wirus od nas odejdzie i znowu razem się spotkamy. Jak to długo potrwa, nie wie nikt. Wiem jedno, że ten obecny stan nauczy nas wytrwałości, miłości i pokory. Życzę wam tego, kochani przyjaciele. Całym sercem jestem z wami.

AGATA KIEJDROWSKA



FOT. ARCHIWUM SPĐST

Przemienić się w wymarzoną postać

Dobrze, że istnieją przyjaciele, na których możemy zawsze liczyć. Firma „Blum” sfinansowała po raz kolejny trzeci cykl spotkań naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej w Swarzędzu z teatrem i możliwość rozwijania talentów teatralnych pod okiem pani Katarzyny Węglikiej.

Zajęcia odbywały się co tydzień, zawsze we wtorki. Na początku, pełni pozytywnych emocji, próbowaliśmy utworzyć scenariusz widowiska o cyrku, wymyślaliśmy postacie i sceny. Były pierwsze tańce, ćwiczenia w parach, zabawy w tak zwane odbicie lustrzane, gdzie powtarzaliśmy gesty partnera siedzącego lub stojącego naprzeciwko nas. Uczyliśmy się też, w jaki sposób konferansjer może w swojej zapowiedzi umiejętnie zainteresować widza tym, co będzie się działo na scenie. W jednej

z sal utworzyliśmy mini studio nagrań, w którym pracowaliśmy nad słowem mówionym, ćwicząc dykcję.

W ostatni wtorek lutego analizowaliśmy to wszystko, czego nauczyliśmy się od naszego pierwszego spotkania na warsztatach teatralnych. Obejrzelśmy próbne sceny do widowiska z cyrku. Wraz z panią Kasią postanowiliśmy, że zmienimy repertuar na scenkę mimiczną, inspirowaną znany filmem „Gorączka Żłota”. Wpadliśmy na pomysł nakręcenia teledysku utrzymanego w klimacie lat 60-tych. Tworząc nowe sceny teatralne i teledyskowe nauczyliśmy się porozumiewać za pomocą gestów, mimiki twarzy, emocji, które są w nas. Przed nami dopracowanie scen i praca z rekwizytami. To niezwykle, gdy można przemienić się w wymarzoną postać.

Niestety, naszą przygodę z



FOT. (5X) ARCHIWUM SPÓST

teatrem przerwał nagle koronawirus. Mamy nadzieję, że po ustaniu epidemii będziemy kontynuować warsztaty teatral-

ne i wniesiemy nowe pomysły do tworzonej przez nas sztuki.

MICHAŁ OGONIAK
AGATA RYBICKA

Piękno moich miejsc

Fotografią interesuję się od 2008 roku. Moje zainteresowania tą dziedziną sztuki zapoczątkowały warsztaty fotograficzne, w których brałem udział. Nauczyłem się wtedy ciekawych technik wykonywania zdjęć. Po warsztatach zakupiłem pierwszy aparat fotograficzny. Z biegiem czasu fotografia wciągała mnie coraz bardziej.

Wychodząc z domu na spacer czy dalsze wyprawy zawsze zabieram ze sobą aparat. Wykonuję zdjęcia krajobrazów, lasów, ciekawych obiektów – jak na przykład Zamek w Mosznej, słynący z 99 wież i 365 pomieszczeń, z urokliwym parkiem i bajkową architekturą. Moszna – to wieś w województwie opolskim, w powiecie krapkowickim, w gminie Strzeleczyki.

Z powodu znacznej niepełnosprawności i związanej z nią dysfunkcji narządu ruchu nigdy nie miałem możliwości realizować się artystycznie. Przedmioty w szkole podstawowej jak plastyka i prace techniczne były dla mnie trudne – męczyłem się wycinaniem, rysowaniem, klejeniem. Po latach fotografia pozwoliła mi wyrazić to, co czuję i co chcę przekazać ludziom. Jestem zdania, że zdjęcie robi

człowiek, a nie aparat, dlatego wysokiej jakości sprzęt fotograficzny nie oznacza dobrze wykonanego zdjęcia.

Kiedy fotografuję, nie myślę o swojej niepełnosprawności, o wynikających z niej ograniczeniach i codziennych trudnościach. Widzę piękno świata, przyrody, ludzi. Rolę fotografa pełnię podczas różnych wydarzeń. Znajomi mówią, że robię fajne i ciekawe zdjęcia.

W 2018 roku zdobyłem trzecie miejsce w konkursie fotograficznym pod tytułem: „Gmina Strzeleczyki w obiektywie”, w kategorii przyroda. Było to dla mnie wielkie i pełne radości wyróżnienie. Co roku biorę udział w konkursie fotograficznym organizowanym przez Muzeum Wsi Opolskiej na temat architektury wiejskiej oraz pomników wojennych.

Nie zniechęcam się porażkami. Jeśli nie udaje mi się wygrać, próbuję dalej. Fotografia daje możliwość odkrywania piękna, uwrażliwia i uczy cierpliwości. Każda pora roku jest interesująca. Wystarczy wziąć w dłonie aparat i spróbować. Zachęcam osoby z niepełnosprawnościami do poznawania tajników fotografii.

KRYSTIAN CHOLEWA



FOT. KRYSTIAN CHOLEWA

DAWID KARPIŃSKI
POBIEDZISKA

Pragnienie

*Zawsze będziesz w moim sercu –
nie zapomnę o tobie
nie należysz do mnie ale nic nie zrobię
będę czekać i wierzyć, że dam radę
daj mi szansę a wszystko naprawię.
Zawsze będziesz w moim sercu –
nie zapomnę o tobie
nie należysz do mnie ale nic nie zrobię
będę czekać i wierzyć, że dam radę
daj mi szansę a wszystko naprawię.
Tworzyliśmy plany, mieliśmy nadzieję
bo chcieliśmy być na zawsze...
los się ze mnie śmieje
wrzesień i październik miesiące zwątpienia
jesień smutne resztki nadziei zabiera
przywoła wspomnienia, wrócę do tych dni
gdy wszystko, co miałem to byliśmy my
pamiętam ten zapach - powraca czasami
kiedy mijam kogoś z twoimi perfumami.*

W twoje ręce

*Jesteś latem mym i wiosną,
Roześmianą wciąż radością,
To ty zimą i jesienią
Jesteś kwiatem i zielenią,
Tyś mym źródłem i strumieniem,
W tobie gaszę me pragnienie,
Z tobą wszystkie chwile dzielę:
Świątek, piątek i niedzielę.
Skladam dzisiaj w twoje ręce
Życie moje i me serce.*

Samotność

*Czymże jest samotność,
wśród znajomych ludzi?
Czym, że jest samotność,
jeżeli ktoś codziennie rano cię budzi?
Czymże jest samotność?
Czy to takie puste słowo
jak człowiek w niej zatopiony?
Czy czuję się bardzo zraniony?
Czymże jest samotność dla mnie?
To coś, co wygląda bardzo marnie...*

Tęsknimy za wami

W DOMU GOTUJĘ I SPRZĄTAM

Od 11 marca nie chodzimy do Warsztatu Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach, bo na świecie panuje koronawirus. Nie możemy wychodzić domu, ponieważ możemy się zarazić. Trzeba bardzo uważać i stosować się do wytycznych ministra zdrowia oraz trzeba bardzo dbać o higienę, a przede wszystkim myć ręce. W domu staram się wypoczywać, no i coś robić: gotuję, sprzątam i wychodzę do ogrodu pograć czy pozamiatać chodniki. Mam kontakt telefoniczny z naszymi terapeutami. Przekazujemy sobie różne zdjęcia i opisy przez Internet. Możemy też ćwiczyć rano, zdrowo się odżywiać, czasu mamy dużo.

KUBA KRYGIER
UCZESTNIK WTZ



CHCIAŁABYM JUŻ WRÓCIĆ NA WARSZTAT

Dzień dobry. Jestem Paulina. Jestem w domu, bo jest wirus. W domu jest fajnie, a najbardziej cieszy się z tego mój piesek. Pies nazywa się Gacek, jest rudy i dużo szczeka, ale go uwielbiam. Bardzo się cieszę, że go mam. Chociaż w domu jest fajnie, to chciałabym już wrócić na warsztat. Bardzo tęsknię za wami wszystkimi.

PAULINA OSIŃSKA
UCZESTNICZKA WTZ



MOIM ZWIERZĄTKIEM JEST PIES

W moim domu mam żółwia miniaturkę. Ma na imię Stiuard. Jest bardzo mały. Jest ko-

loru ciemnozielonego. Żyje w akwarium w wodzie. Karmiony jest karmą specjalną, taką tylko dla żółwi. Z tym zwierzątkiem nic się nie robi. One same sobie żyją w wodzie. Mój żółw mieszka w akwarium. To jest żółw czerwonołody i jest aktywny w dzień. Wyleguje się na kamieniu pod lampką. Żółwie, które żyją na wolności, większość czasu spędzają w wodzie. Żeruje rano i późnym popołudniem. Zimą, gdy temperatura spada poniżej 10°C, zapadają w sen zimowy, który trwa 5-6 miesięcy. Moim drugim zwierzątkiem jest pies. Ma na imię Dusia. Jej rasa to chow chow (czyta się czał czał). Ma 10 lat. Jest koloru rudego. Chodzi sobie po całym podwórku, jest bardzo spokojna. Jest psem bardzo leniwym. Wyleguje się na słońcu jak kot. Lubi jeść wszystko to, co ludzie. Ale dostaje też karmę dla psów pedigree.

AMANDA KRZYSZCZAK
UCZESTNICZKA WTZ



Moje rady na stres



Wszyscy czekamy na koniec domowej kwarantanny i wciąż nie wiemy, jak długo jeszcze będziemy spędzać czas tylko w domu. Nie możemy się spotykać z nikim poza naszymi domownikami, nie możemy wyjść do kina, teatru, biblioteki, na zajęcia, do pracy.

Minęły już trzy tygodnie i wszyscy pewnie odczuwamy zmęczenie tą sytuacją. Narastają frustracje, pojawiają się konflikty. Jak sobie radzić w tym wyjątkowym i trudnym czasie? Każdy z nas potrzebuje chwili wytchnienia, własnej przestrzeni, ale kiedy jesteśmy zamknięci w czterech ścianach przez tak długo, kiedy telewizja i radio bombardują nas ciągle informacjami o pandemii i sporach politycznych, co zrobić, żeby było nam łatwiej, przyjemniej?

Przede wszystkim bądźmy wyrozumiali dla siebie i dla najbliższych. Wszystkim nam jest ciężko, każdy na swój sposób radzi sobie ze stresem – jedni nakładają na siebie mnóstwo obowiązków, inni zatapiają się w filmach, czy lekturze, jeszcze inni nie potrafią sobie znaleźć miejsca ani zajęcia. Każdy przeżywa to trochę inaczej.

Możemy też zrobić dla siebie coś miłego, coś, na co zwykle nie mieliśmy czasu. Pozwólmy sobie na małe przyjemności i delektujmy się nimi, może to być kąpiel z pianą, zabawa z psem, kubek gorącego kakao, albo dobrej kawy, rozmowa z dawno niewidzianym przyjacielem, malowanie, czytanie, pisanie wierszy lub pamiętnika, wysłuchanie swojej ulubionej płyty od początku do końca albo cokolwiek innego, co sprawi, że pocujemy się lepiej.

MARIA CWOJDZIŃSKA
WTZ POBIEDZISKA

Święta bez mamy

Święta Wielkanocne pozostaną w mojej pamięci na bardzo długo z dwóch powodów.

Pierwszy to ten, że spędziłem je w domu z tatą i bratem, bo jest ten wirus i nie mogłem odwiedzić rodziny. A drugi powód to taki, że nie było ze mną mamy. Siedziałem w domu i

oglądałem telewizję, robiłem wykresłanki i grałem z bratem w gry. Takich świąt nie pamiętam. Była ładna pogoda, ale na spacer rodzinny też nie można było wyjść, a sam nie lubię chodzić. To były smutne święta.

KAROL OSTAJEWSKI
UCZESTNIK WTZ W POBIEDZISKACH



FOT. ARCHIWUM WTZ

FOT. (3X) ARCHIWUM WTZ

Czas miłości i troski

20 kwietnia, gdy redakcja „Filantropa” oddawała ten tekst do druku, nie mogliśmy określić, kiedy nasz Warsztat Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzowie i Otuszu powróci do normalnego życia, takiego, jak przed zawieszeniem naszej działalności.

Pracowaliśmy zdalnie, zachowując stały kontakt z Wami, naszymi uczestnikami, przebywającymi w rodzinnych domach. Natomiast my – rehabilitanci, terapeuci i inni pracownicy – spotykaliśmy się w Warsztacie, uzbrojeni w maseczki i rękawiczki, zachowując odpowiednią odległość od siebie. Każdego dnia staraliśmy się być z Wami poprzez naszą stronę internetową i portale społecznościowe. Dostarczaliśmy Wam informacji o naszej pracy i pomysłach na przykład na prace plastyczne, które mogły powstawać w domowych zaciszkach. Przesyłailiśmy ulubione piosenki, które przedtem wspólnie śpiewaliśmy w pracowniach. Każdego dnia mogliście porozmawiać z naszą psycholog. Dbamy też o sałatę, pomidory i paprykę, którą przed czasem kwarantanny wspólnie z Wami sadziliśmy podczas zajęć w pracowni ogrodniczo-buickarskiej.

W czasie sprzed pandemii prowadziliśmy w Warsztacie wiele wspólnych rozmów o swoich zainteresowaniach i pasjach, tworząc przy tym piękne i wyjątkowe prace. Dziś nie jest to możliwe, pomimo że wszyscy bardzo tego pragniemy i tęsknimy za wspólnie spędzaniem czasem. Tamten czas niech przypomną opublikowane w tym wydaniu „Filantropa” artykuły i zdjęcia o naszych wspólnych działaniach, które teraz można oglądać ze wzruszeniem. I niech tamten czas wróci do naszego Warsztatu jak najprędzej.

W tym trudnym dla Was i dla nas okresie życząc Wam, nasi kochani podopieczni, zdrowia, wytrwałości i uśmiechu, a przede wszystkim zrozumienia, miłości i wszystkiego dobrego, co ze sobą ona niesie, bo to właśnie wzajemna miłość i troska daje nam siłę, pozwala zwyciężyć lęki, przywraca radość i szczęście.

BOGDAN MAĆKOWIAK
KIEROWNIK WTZ
Z PRACOWNIKAMI

Jak ratować życie

3 marca w naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej w Otuszu odbyły się zajęcia z zakresu pierwszej pomocy przedmedycznej. Zostały one przeprowadzone przez naszego warsztatowego kierownika Jacka Kwiatkowskiego, strażaka miejscowej OSP, odważnego człowieka, którego pasją jest niesienie pomocy ludziom.

Podczas naszego spotkania pan Jacek w praktyczny sposób przybliżył nam podstawowe zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia życia i zdrowia. Opowiedział nam jak bardzo istotne jest udzielenie pierwszej pomocy do czasu przyjazdu zespołu ratownictwa medycznego, a także zademonstrował, jak prawidłowo ułożyć osobę, która straci przytomność, w tak zwaną pozycję boczną, ustaloną.

Pan Jacek przy pomocy fantoma szkoleniowego pokazał nam krok po kroku, jak prawidłowo przeprowadzić resuscytację krążeniowo-oddechową, w przypadku zagrożenia życia u osoby dorosłej, a także przypomnieliśmy o zasadach bezpieczeństwa podczas ratowania życia. Przysłuchiwaaliśmy się z uwagą. Zadawaliśmy pytania i słuchaliśmy różnych historii, jakie przydarzyły się panu Jackowi podczas akcji strażackich.

Po części teoretycznej zdobytą wiedzę mogliśmy zastosować w praktyce, ćwicząc samodzielnie na fantomie, dostarczonym przez pana Jacka. Intensywność ćwiczeń pozwoliła nam na zapamiętanie i zapoznanie się z podstawowymi zasadami udzielania pierwszej pomocy, poczuć odpowiedzialności za siebie i drugiego człowieka.

Spotkanie pokazało nam, jak ważne jest kilka minut naszej pomocy. I zaszczepiło w nas ideę niesienia bezinteresownej pomocy drugiemu człowiekowi. Dziękujemy panu Jackowi za podzielenie się z nami swoją wiedzą i przekazanie nam wielu cennych wskazówek.

GOSIA TUROWSKA
UCZESTNICZKA WTZ W OTUSZU



FOT. (3X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK”

Nasza wielka moc

Jednym z głównych celów **Naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk”** w Konarzewie i Otuszu jest rehabilitacja zawodowa i społeczna naszych uczestników, osób z niepełnosprawnością. Wszystkie plany pracy i rehabilitacji są dostosowane do indywidualnych potrzeb i predyspozycji podopiecznych.

Nie było tu miejsca na nudę. W pracowniach naszego warsztatu rozwijaliśmy uzdolnienia, pasję i umiejętności uczestników oraz przygotowaliśmy ich do wykonywania przyszłego zawodu.

W pracowni muzyczno-teatralnej uwrażliwialiśmy słuch muzyczny, tworzyliśmy scenariusze, ćwiczyliśmy dykcję. Uczestniczyliśmy w zajęciach wokalnych i inscenizacjach teatralnych, podczas wielogodzinnych prób ćwiczyliśmy swoje role, przygotowaliśmy wspólnie rekwizyty niezbędne do przedstawień. Usprawnialiśmy dłonie i palce, tworząc koszyczki ze sznurka, ozdobne skrzyńeczki, stroiki. Dzięki muzyce nasze życie było piękniejsze; muzyka pomaga odprężyć się, rozładować negatywne emocje, skłonić do refleksji. Śpiewaliśmy piosenki w oparciu o wcześniej poznany repertuar muzyczny, przy akompaniamencie gitary, organków, ukulele, bongosów. Uczyliśmy się ruchu scenicznego, mowy ciała, odpowiedniej mimiki i gestykulacji. Występowaliśmy na w konkursach muzycznych, festiwalach, m.in. w przeglądzie piosenki „Złoty Słownik”.

W pracowni technik różnych, plastycznej i ogrodniczo-bukieciarskiej w ramach zajęć tworzyliśmy piękne stroiki z szyszek i gałązek, ozdoby świąteczne, kartki okolicznościowe, dziergaliśmy na płótnie, malowaliśmy obrazy. Prace wykonane w pracowni zdobyły pomieszczenia naszego warsztatu. Były wystawiane na kiermaszach, aukcjach, a także wysyłane na liczne konkursy plastyczne organizowane przez inne placówki. W pracowni ogrodniczo-bukieciarskiej zdobywaliśmy wiedzę z zakresu ogrodnictwa i opieki nad roślinami. Uprawiamy i pielęgnujemy paprykę, sałatę, pomidory.

W pracowni komputerowej dbaliśmy o szatę graficzną na-

szej strony warsztatowej, dodając napisane przez nas artykuły z wydarzeń, wyjazdów i spotkań. Podczas zajęć w pracowni uczyliśmy się poruszania po Internecie, szukania informacji, posługiwania się prostymi programami. Doskonaliśmy umiejętność posługiwania się myszką, klawiaturą oraz korzystania z programów multimedialnych. Tworzyliśmy także piękne zaproszenia i kartki okolicznościowe.

Pani Beata, nasza rehabilitantka, dbała o nasze ciało i kondycję fizyczną, poprzez prowadzenie indywidualnej rehabilitacji z uwzględnieniem odpowiednich zaleceń i orzeczeń lekarskich. Ćwiczenia obejmowały zajęcia ogólnousprawniające, ćwiczenia oddechowe. W sali rehabilitacyjnej czeka na nas m.in. kabina do ćwiczeń, drabinka, rower treningowy, fotel masujący, bieżnia. Pracownia gospodarstwa domowego natomiast każdego dnia zapewniała nam zdrowe i smaczne posiłki. Panie terapeutki uczyły nas przygotowywać proste potrawy m.in. zupy, sałatki, makarony, ciasta. Samodzielnie przygotowaliśmy potrawy na Wigilię, Wielkanoc, uczyliśmy się obsługi sprzętu AGD. Wspólnie przygotowane posiłki wpływają na wiele pozytywnych procesów w naszym organizmie, tworzą nasze dobre samopoczucie, uczą współpracy w zespole.

W naszej ulubionej pracowni ceramicznej tworzyliśmy w glinie niepowtarzalne i wyjątkowe ozdobne talerze, kubki, patery, ozdoby świąteczne. Pani Monika uczyła nas nowych metod zdobnictwa i technik pracy z gliną, a także obsługi pieca i wypalania prac. Praca z gliną uczy skupienia, samodzielności, cierpliwości, pozwala nam na stworzenie czegoś osobistego i wyjątkowego.

Tak u nas zawsze było i znowu będzie po przerwie spowodowanej pandemią.

W naszym Warsztacie nie ma dla nas rzeczy niemożliwych, a nasza wielka moc tkwi w tym, że darzymy siebie wzajemnym szacunkiem i pełną wzajemną akceptacją.

KAROLINA JURGA
TERAPEUTA

MONIKA ANDRZEJEWSKA
UCZESTNICZKA W TZ „PROMYK”



FOT. (HX) ARCHIWUM W TZ „PROMYK”

Pracownia ceramiczna w Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konańsku to miejsce inne od pozostałych. Uczestnicy tworzyli wyjątkowe prace z mokrej gliny w dwóch kolorach do wyboru. Ważne były tylko chęci, ponieważ terapeutka dostosowuje rodzaj pracy do możliwości motorycznych uczestnika. Można było lepić fantazyjne stwory z bajek, psy, ufoludki albo po prostu stworzyć serię misek z uszami królika. Panowała całkowita dowolność i dostęp do własnej kreatywności.

Uczestnicy nie mający pomysłu, ale zainteresowani "zabawą" nowym dla nich materiałem, mogli naklejać gliniane kulki na gipsową formę i stworzyć w ten prosty sposób na przykład niepowtarzalny talerz lub inny przedmiot.

Po wyschnięciu i wypaleniu prac następował kolejny etap

Fantazyjne stwory z bajek

twórczy, mianowicie nakładanie surowego szkliwa lub oddanie przedmiotu do malowania do innych pracowni naszego WTZ. Szkliwienie jest tajemniczą i trudną czynnością, wymagającą precyzji i w pewnym stopniu "odwagi", by

nie bać się zepsuć. Proces jest odwracalny, szkliwo można zmyć, a nauka była bezcenna.

Gotowe, wypalone w temperaturze tysiąca dwustu stopni Celsjusza prace cieszyły oczy na wystawach, w domach i na kiermaszach, a bywało, że

uczestnicy przywiązywali się do nich emocjonalnie.

Kochamy naszą pracownię. Chcemy jak najszybciej do niej wrócić.

MONIKA ŚMIGLEWSKA
TERAPEUTA ZAJĘCIOWY



Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk” w Otuszu w każdą środę odbywały się spotkania społeczności. Uczestnicy omawiali ważne tematy, interesujące ich sprawy, śmiali się i relaksowali.

Spotkania prowadziła psycholog pani Sylwia, która zapytała mnie o moje sportowe pasje. Od dawna biegam, a kilka lat temu zaczęła rozwijać się moja miłość do kolarstwa górskiego, która przybiera coraz bardziej zaawansowane formy. Sylwia zaproponowała spotkanie na społeczności i podzielenie się swoją pasją z uczestnikami jeszcze przed zawieszeniem naszego Warsztatu.

Sport jest ważną częścią mojego życia, mogę o nim mówić niemal bez przerwy. Tym razem jednak nie obyło się bez tremy. Czy temat zainteresuje uczestników? Jak przygotować spotkanie, by skupić uwagę słuchaczy przez niemal dwie godziny?

Postanowiłam zaangażować grupę uczestników mojej pracowni. Komputery okazały się idealnym narzędziem. Przez kilka dni razem oglądaliśmy zdjęcia z moich zawodów i treningów, zarówno w plenerze jak i na siłowni. Widziałam rosnące zainteresowanie i coraz bardziej zaczynała mnie cieszyć wizja spotkania z całą społecznością. Wspólnie przygotowaliśmy prezentację wybranych fotografii. W domu spędziłam kilka godzin wybierając medale, puchary i inne rekwizyty, aby w obrazowy sposób przybliżyć grupie temat kolarstwa górskiego.

Nadeszła środa, na krótko przed zawieszeniem działalności WTZ. Zaczęłam mówić i... z każdą chwilą byłam coraz

O pasji mówi się sercem

bardziej zachwycona moimi słuchaczami. Na twarzach było widać żywe skupienie. Aktywnie włączali się we wszystko, zadawali pytania, przymierzali rekwizyty, oglądaliśmy zdjęcia, medale, puchary... Wspominałam najciekawsze momenty z zawodów. Wyjaśniałam, czym różni się rower górski od szosowego, przymierzaliśmy kaski rowerowe, ciekawiły buty rowerowe i strój kolarski, także bezpieczeństwo podczas jazdy rowerem.

To było piękne i ważne spotkanie. Nie tylko dlatego, że mogłam podzielić się z innymi swoją pasją. Przede wszystkim poczułam, że jesteśmy razem, że jest to nasz wspólny czas ubogacania się sobą nawzajem. Czas radości i czas bez barier. O pasji mówi się emocjami, sercem. Taki kontakt uczestnicy doskonale odbierają, rozumieją i czują. Są otwarci, radośni i ciekawi świata. I przecież każdy z nich ma swoją pasję, swój talent, którym dzieli się z innymi. I właśnie dlatego, mimo różnic, potrafimy być razem. Piszę te słowa i wciąż czuję wzruszenie oraz wdzięczność.

Na pewno wrócimy do spotkań, gdy pandemia odpuści.

MARTA MROWIŃSKA

TERAPEUTA
W PRACOWNI KOMPUTEROWEJ
WTZ „PROMYK” W OTUSZU



Różne techniki

Wpracowni technik różnych Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie za pomocą różnych technik artystycznych: malarstwa, decupage, scrapbookingu i innych uczestnicy tworzyli dziełka użytkowe i dekoracyjne, takie jak świece zapachowe, także przedmioty stolarskie, dekoracyjne i krańce.

Dzięki różnorodności zajęć uczestnicy mieli możliwość rozwoju swoich umiejętności. Nabywali takich cech jak wytrwałość i dokładność, przy-

datnych w życiu codziennym i podczas pracy zawodowej. Uczyli się pracy w grupie, a także stosowania odpowiednich narzędzi i materiałów. Ważnym celem pracowni technik różnych było także usprawnienie koordynacji wzrokowo-ruchowej uczestników oraz ich umiejętności manualnych.

Teraz, gdy WTZ jest zawieszony, próbujcie technik różnych w swoich domach.

ANNA LISEK-MERMER
TERAPEUTA ZAJĘCIOWY



FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK”



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Sprawny w kuchni

Celem pracowni gospodarstwa domowego w Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie i Otuszu jest wyposażenie naszych uczestników w różnego rodzaju umiejętności, głównie w kuchni, które w znacznym stopniu ułatwią im samodzielną egzystencję w życiu codziennym.

Zajmujemy się głównie pieczeniem, gotowaniem, krojeniem i przygotowywaniem produktów do użytku, takich jak mycie owoców, warzyw, szatkowanie, krojenie. Uczymy robić i dekorować kanapki oraz sporządzać proste dania. Zapoznajemy się ze sprzętem agd (mikser, kuchenka, robot kuchenny, mikrofalą). Ustalamy

wspólnie jadłospisy. Zwracamy uwagę na higienę osobistą, utrwalamy w uczestnikach nawyk mycia rąk oraz ubierania fartuszków i czepków podczas pracy w kuchni.

Posiadamy własny ogródek warzywny. Uczestnicy pomagają w dbaniu o warzywa, które z przyjemnością przerabiamy w naszej pracowni gospodarstwa domowego na pyszne dania, rozkoszując się świeżym i soczystym smakiem warzyw. Przygotowujemy też dania na uroczystości związane z Wielkanocą i Wigilią oraz poczęstunek z okazji dnia matki i urodzin naszych uczestników.

IZABELA IGNYŚ
KATARZYNA MICHALAK
TERAPEUTKI



FOT. (4X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK”

W naszym ogrodzie

W naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej w Konarzewie na dobre zagościła wiosna. Można ją było oglądać z okna Warsztatu w postaci pięknych, żółtych narcyzów, a w naszej szklarni w Otuszu pojawiły się rzodkiewki i koperek.

Wiosna to dla nas czas intensywnych prac. Uczestnicy pracowni ogrodniczo-bukieciarskiej wysiewali nasiona sałaty i pomidorów, z których wyrosły sadzonki. Podczas zajęć ogrodniczych terapeutki opowiedziały nam o kilku odmianach sałaty, od popularnej sałaty masłowej po lodową i rzymską. Poznaliśmy także kilka odmian pomidorów. Dowiedzieliśmy się też, w jaki sposób pielęgnować nasze sadzonki i jak często je podlewać. Tak przygotowane skrzynki z sałatą i pomidorami umieściliśmy w ciepłym i odpowiednio oświetlonym miejscu.

W następnym etapie nasze sadzonki trafiły do Otusza, gdzie zostały przesadzone do gruntu, pod folię. Na zbiory będziemy musieli jeszcze trochę poczekać, ale na pewno niebawem sałata i soczyste pomidory trafią na nasze talerze pod postacią zdrowej i pysznej sałatki, będą również dodatkiem do wielu dań przygotowywanych w pracowni gospodarstwa domowego. Smak i zapach dojrzałych pomidorów, samodzielnie posadzonych, jest niepowtarzalny i wyjątkowy. Już nie możemy się doczekać, kiedy będziemy mogli ich skosztować. Na razie pozostaje nam cierpliwie czekać i dbać o nasze warzywa. Gdy w pełni dojrzeją, chyba już wrócimy z domowej kwarantanny.

MONIKA ANDRZEJEWSKA
UCZESTNICZKA W TZ W KONARZEWIE



Teatr, śpiew, taniec

Wpracownicy muzyczno-teatralnej Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie nasi uczestnicy brali udział w ćwiczeniach śpiewu, uczyli się gry na instrumentach i tańców, odgrywali role i scenki w próbach teatralnych.

Sami byliśmy autorami naszych scenariuszy i scenografii, na podstawie których nasi podopieczni przygotowują przedstawienia teatralne. Uczestniczyliśmy w festiwalach i przeglądach muzyczno-teatralnych. Byliśmy zapraszani przez inne organizacje, gminy czy fundacje z naszymi programami teatralno-muzycznymi na różne uroczystości.

Pracownia jest wyposażona

w telewizor, laptop, mieliśmy dostęp do Internetu. Były zajęcia karaoke i z filmoterapii. Usprawnialiśmy dykcję, ruch sceniczny, mieliśmy do dyspozycji instrumenty muzyczne – gitarę, pianino, perkusję i inne instrumenty. Uczyliśmy się wykonywać dekoracje i przystosowywać je do zmiennych form teatralnych.

Ważna była współpraca w grupie, możliwość twórczej ekspresji, odreagowania stresów, uwalniania się od nieśmiałości i kompleksów.

Nasi uczestnicy, po domowej kwarantannie, z radością wrócą do naszej ulubionej pracowni.

MARZENA
GOLEŃ-NIEDZIELA
TERAPEUTA ZAJĘCIOWY



FOT. (3X) ARCHIWUM WITZ „PROMYK”



FOT. (3X) ARCHIWUM WITZ „PROMYK”

Pytaniom nie było końca

Pracownia plastyczna rozwijała zainteresowania i wyobraźnię uczestników. Staraliśmy się pobudzać ich do tworzenia samodzielnych prac. Może właśnie dzięki temu powstają przepiękne, oryginalne obrazy.

Podczas zajęć wspólnie rozmawialiśmy na temat przyrody, biologii, geografii, architektury, a zwłaszcza sztuki. Dzięki temu powstawały twórcze dyskusje, a pytaniom nie było końca. Rozwijały się zainte-

resowania i ciekawość świata. Pracując z uczestnikami warsztatów starałam się pokazać, że nauka jest częścią naszego życia i warto ją odkrywać również przez zabawę. Przed Wielkanocą stworzyliśmy wiele przepięknych obrazów, a także różnego rodzaju ozdoby i dekoracje wielkanocne. Tęsknimy wszyscy, chcemy jak najszybciej wrócić do naszej pracowni.

AGNIESZKA KUŹLAK
TERAPEUTA ZAJĘCIOWY



Dyskryminacja – słyszał o niej prawie każdy z nas. Coraz więcej osób doświadcza jej na własnej skórze. Co właściwie oznacza słowo „dyskryminacja” i dlaczego ma tak znaczący wpływ na zdrowie psychiczne człowieka? Dyskryminacja – według Wikipedii – oznacza formę nieuzasadnionej marginalizacji (czyli wykluczenia społecznego) przejawiającą się traktowaniem danej osoby mniej przychylnie ze względu na płeć, wiek, rasę, cechę osobowości albo stan zdrowia.

Już od pewnego czasu środowisko przedstawicieli nauk społecznych jest zdania, że jedną z najbardziej narażonych na dyskryminację grup są osoby z niepełnosprawnościami. Dyskryminację konkretnej osoby bądź grupy wywołują stereotypy i uprzedzenia. A jest ich mnóstwo. Ktoś, kto kiedykolwiek miał lub ma kontakt ze środowiskiem osób z niepełnosprawnościami, wie, że są to ludzie pracowici, utalentowani, odpowiedzialni i zaangażowani w powierzone obowiązki. Ale ktoś, kto nigdy nie miał okazji się o tym przekonać, może ulec presji stereotypowego postrzegania ich przez społeczeństwo. „Niepełnosprawnego zatrudniasz? Więcej stracisz niż zyskasz” – usłyszał pewien pracodawca od swojego znajomego.

Zjawisko dyskryminacji dotyczy niemal wszystkich sfer życia i może przybierać rozmaite formy. Wyróżnia się między innymi dyskryminację bezpośrednią oraz pośrednią. Bezpośrednia ma miejsce wówczas, kiedy celowo daną osobę traktuje się gorzej niż innych – na przykład z powodu jej niepełnosprawności, wieku, płci lub orientacji seksualnej. Pośrednia występuje, gdy pewne przepisy prawne bądź zasady funkcjonowania określonej instytucji, uczelni, sklepu czy restauracji utrudniają bądź uniemożliwiają korzystanie z nich (na przykład zakaz wstępu do restauracji z psem przewodnikiem).

Przejawem dyskryminacji jest formułowanie ogłoszenia o pracę w sposób jednoznacznie wskazujący, że z oferty nie mogą skorzystać kobiety, osoby starsze, mniejszości narodowe, osoby z problemami zdrowia psychicznego itp. Publiczne porównywanie danej osoby z innymi ludźmi również nosi znamiona dyskryminacji. Dyskryminacja jest zabroniona przez prawo – za-

Stawić czoło krzywdzie

równy polskie jak i prawo Unii Europejskiej.

Zmieniająca się rzeczywistość nakłada obowiązek dokładnego przyjrzenia się temu zagadnieniu, a w szczególności postawienia odpowiedzi na pytania: co jako pojedyn czy człowiek mogę zrobić, aby przeciwdziałać zjawisku dyskryminacji? W jakich instytucjach mogę szukać pomocy, jeśli czuję się dyskryminowany? Odpowiedzi – z pozoru oczywiste – wcale takimi nie są. Przeciwdziałanie się w pojedynkę praktykom dyskryminacyjnym nie daje żadnych szans na stawienie im czoła. Tylko zjednoczony, silny głos większej grupy ludzi może przynieść w tej kwestii spodziewany rezultat.

Ze zjawiskiem dyskryminacji spotykamy się najczęściej w miejscach pracy. Ofiary – w obawie przed utratą jedyne go źródła dochodu – przez wiele lat milczą, a ich oprawcy czują się bezkarni. Z konieczności zgadzają się na przykład na niższe wynagrodzenie, choć mają takie same kwalifikacje i jednakowy staż pracy jak inni współpracownicy. W odniesieniu do osób z niepełnosprawnościami dyskryminacja dotyczy może odmowy zatrudnienia (choćby kandydat na dane stanowisko posiada odpowiednie kwalifikacje i spełnia wszystkie pozostałe wymagania). Formą dyskryminacji osób z niepełnosprawnościami będzie również brak wdrożenia odpowiednich udogodnień na stanowisku pracy, mimo wiedzy że ich brak utrudnia bądź uniemożliwia pracownikowi wykonywanie obowiązków. Kolejną formą dyskryminacji w miejscu pracy jest typowanie na szkolenia umożliwiają ce podnoszenie kwalifikacji zawodowych i awans zawodowy wyłącznie osób pełnosprawnych, a pomijanie osób z niepełnosprawnościami. Następną – odmowa zarejestrowania działalności gospodarczej osoby z niepełnosprawnością

i argumentowanie tego faktem ograniczenia sprawności. Znamiona dyskryminacji nosi także dokuczanie osobie z niepełnosprawnością z powodu jej trudności w codziennym funkcjonowaniu.

Mimo, że wzrasta społeczna świadomość na temat osób z różnymi niepełnosprawnościami, nadal mamy do czynienia z niesprawiedliwym, wręcz krzywdzącym ich traktowaniem. Takie postawy przyczyniają się do ich marginalizacji. Z tego też powodu osoby z niepełnosprawnościami często ukrywają przed pracodawcami fakt posiadania orzeczenia o niepełnosprawności oraz nie ujawniają informacji o swoim stanie zdrowia, nawet gdy mają świadomość, że praca na danym stanowisku jest dla nich niebezpieczna.

Na dyskryminację najbardziej narażone są osoby z problemami zdrowia psychicznego. W odniesieniu do osób z tego typu niepełnosprawnością nagnimnie używa się pejoratywnych określeń – „świr”, „psychol”, „schizol” i innych. Określenia „chory psychicznie” lub „schizofrenik” także mają wydzwięk pejoratywny, choć wciąż nie zdajemy sobie z tego sprawy. Stygmatyzowane i piętnowane przez społeczeństwo są osoby z uzależnieniami od alkoholu, narkotyków, leków i hazardu. Występujące w wyniku tych uzależnień problemy zdrowia psychicznego spychają tych ludzi na marginesie społeczeństwa.

Wprowadzone w ubiegłym roku zmiany w kodeksie pracy wskazują, iż „każde nieuzasadnione obiektywnymi przyczynami nierówne traktowanie pracowników powinno być uznane za dyskryminację”. Nowelizacja artykułu 18 kodeksu pracy zakłada, że pracownicy powinni być równo traktowani w kwestiach związanych z rekrutacją, awansami i możliwościami podnoszenia kwalifikacji zawodowych. Poprawiło to sytuację pracowników,

którzy coraz częściej wiedzą jak bronić się przed nadużyciami ze strony pracodawców. Nie wszyscy mają jednak siłę, aby pokonać dyskryminację. W szczególnie trudnym położeniu znajdują się osoby z problemami zdrowia psychicznego właśnie, a także ludzie z niepełnosprawnością intelektualną i innymi dysfunkcjami organizmu mającymi wpływ na racjonalne i samodzielne podejmowanie decyzji. Z myślą o ich potrzebach – ale nie tylko – ustanowieni i powołani zostali pełnomocnicy do spraw równego traktowania i przeciwdziałania dyskryminacji, działający w urzędach miejskich i wojewódzkich. U takiego właśnie pełnomocnika wsparcie może znaleźć osoba z niepełnosprawnością doświadczająca dyskryminacji.

5 maja każdego roku obchodzony jest Europejski Dzień Walki z Dyskryminacją Osób Niepełnosprawnych. Jest to również Dzień Godności Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną. W tym roku – z wiadomego powodu – pozostaniemy w domach, jednak niech to nie zwalnia nas od obowiązku edukowania młodszego pokolenia i wszystkich ludzi o prawie do równego uczestnictwa osób z niepełnosprawnościami w szeroko pojętym życiu społecznym. Każdego roku czynimy kolejny krok w przód w tym kierunku – pojawia się coraz więcej obiektów przystosowanych do potrzeb osób z ograniczeniami sprawności, niekiedy także (choć wciąż w niewielkim zakresie) nowe miejsca pracy dla nich. W wielu jednak aspektach życia nadal nie udaje się nam doścignąć innych krajów, które bardzo dobrze poradziły sobie z kwestią przeciwdziałania dyskryminacji. Reagujmy i interweniujmy natychmiast, kiedy wiemy, że osoba z niepełnosprawnością jest traktowana niesprawiedliwie – czy to przez pracodawcę, współpracownika, partnera lub znajomego.

KAROLINA KASPRZAK

Miłość i przyjaźń



w „Iskrze”



Jak świat światem, a człowiek człowiekiem, relacje międzyludzkie – różne i skrajnie różne – były, są i będą. Czy nam się to podoba czy nie, obcowanie z innymi wpływa na nas tak po prostu, mimochodem, czasem po cichu, w milczeniu nawet, a czasem z pełną ekspresji radością czy wybuchem złości.

Zatem i u nas codzienne przebywanie ze sobą w społeczności, jaką tworzymy w „Iskrze”, nieśmiało może, aczkolwiek wyraźnie wpływa na nasze wspólne relacje i kształtuje nasze uczucia względem siebie nawzajem. Tak naprawdę nie ma znaczenia, czy jesteś podopiecznym, kierownikiem czy terapeutą, codzienne kontakty, rozmowy, sytuacje, które nas spotykają, budzą emocje, pragnienia, a czasem obawy, troski lub złości nawet. Wszystkie te uczucia pozytywne i te trochę mniej pozytywne, mniej lub bardziej poruszają nasze serca i zbliżają nas do siebie.

Niewątpliwie jako kadra terapeutyczna, bardzo dużo dajemy uczestnikom naszego stowarzyszenia, jednakowoż i my zyskujemy bardzo wiele. Uczymy się od podopiecznych, patrząc i obserwując ich relacje, które są wieloletnie i trwałe, takie jak przyjaźń, ale i miłość. A co za tym idzie, również pragnienie tworzenia rodziny, marzenia o przepięknym ślubie czy też o posiadaniu dzieci.

Uczucia i relacje naszych podopiecznych są dla nas często przykładem na to, że przyjaźń i miłość nie zna granic społecznych, i nie zna barier niepełnosprawności.

Z drugiej strony my terapeuci pracujący w „Iskrze” mamy świadomość tego, jak nasza postawa i codzienne podejście do drugiego człowieka wpływa na funkcjonowanie naszych podopiecznych. Nie ma tu ludzi z przypadku, empatia, ale i sympatia, cierpliwość i zrozumienie, to cechy, które poza kreatywnością oczywiście są podstawą w naszej pracy, w pracy z ludźmi.

Codziennie, przekraczając próg „Iskry”, wchodzimy do miejsca pełnego bliskich nam ludzi i codziennie wzmacniamy wszelkie pozytywne przejawy sympatii. Taka jest nasza misja.

MARCIN KACZYŃSKI



Marek
Kalbarczyk
WARSZAWA

Zauważcie Drodzy Czytelnicy, że tytuł jest zarówno prowokacyjny, jak i dwuznaczny. Kojarzy się zarówno z koroną na głowie, jak i aktualną pandemią. Właśnie dlatego wpadłem na pomysł napisania artykułu o obu tych kwestiach. W końcu artykuły mają za zadanie nie tylko informowanie i stwarzanie okazji do dyskusji i wyciągania wniosków, ale także uprzyjemniania czytelnikom czasu. No to przedstawiam Państwu w swoich tekstach refleksje na różne tematy, a tym razem na dwa wspomniane powyżej.

Głównym tematem musi być naturalnie pandemia. Zanim jednak się nią zajmę, a więc treścią najbardziej związaną z prowokacyjnym tytułem, pierwszą część artykułu poświęcę ludziom wyróżnionym, w jakiś sposób koronowanym, czy to dosłownie, czy pośrednio – poprzez samo docenianie i uwielbianie przez miliony. Drugą część tekstu poświęcę niewidomym – jak my żyjemy w dobie rozprzestrzeniającego się wirusa.

Gdy mówimy o koronowaniu, mamy na myśli przede wszystkim królów, prezydentów, innych władców, szefów rządów, a nawet wybitnych ludzi, którym co prawda nikt nie wkłada na głowę korony, symbolizującej władzę, a jedynie ocenia jako geniuszy, za którymi chętnie idą tłumy zwolenników czy sympatyków. Dlaczego chcę pisać o władztwie i geniuszach, gdy mam na myśli głównie koronawirusa? Może dlatego, że tekst wyłącznie o zarazie jakoś nie mógł „wydostać” się spod moich palców. To zbyt smutne, by nie ozdobić go czymś bardziej optymistycznym o ludziach niepełnosprawnych, którzy dostąpili zaszczytu politycznego władztwa lub bycia wybitnym twórcą.

Alę byłby to szok, gdyby jakiś niewidomy, czy to teraz, a tym bardziej kiedyś, został ukoronowany lub wybrany na przywódcę kraju! Nawet nie sprawdzam, czy jakiś władca faktycznie stracił wzrok i rządził nie widząc. Natomiast

pewnie wszyscy znają inne niesamowite przykłady niepełnosprawnych, którzy dostąpili takiego zaszczytu.

Pierwszym, który przychodzi mi na myśl, był Franklin Delano Roosevelt. Może warto przekazać garść informacji o tym fenomenie. W 1921 roku, przebywając na wakacjach na wyspie Campobello, Roosevelt wpadł do wody. Następnego dnia brał udział w gaszeniu pożaru, a później wykapał się w pobliskim jeziorze. Po powrocie do domu poczuł się źle. Kolejnego dnia obudził się z silną gorączką, bólami i paraliżem dolnej połowy ciała. Lekarze nie za bardzo potrafili postawić diagnozę, co się właściwie stało. Nie jest jasne, czy wydarzenia poprzednich dni miały znaczenie w jego chorobie, czy nie. Z czasem lekarze ustalili, że Roosevelt zapadł na chorobę Heinego-Medina, co także nie jest pewne, pojawiły się bowiem inne hipotezy w tej sprawie. Tak czy inaczej, w tamtych dniach Roosevelt cierpiał na silne dolegliwości bólowe, a jego nogi trzeba było umieścić w żelaznych protezach. Dopiero we wrześniu lekarze zgodzili się przewozić go do szpitala w Nowym Jorku. Dzięki rehabilitacji i intensywnym ćwiczeniom udało mu się odzyskać część sprawności, jednakże do końca życia poruszał się na inwalidzkim wózku. Niewątpliwie był w takiej sytuacji w trakcie elekcji, w wyniku której został wybrany na prezydenta USA. Czy jednak taka decyzja wyborców była chociaż częściowo związana z poparciem tego kandydata jako osoby niepełnosprawnej, czy z zupełnie innych przesłanek oraz z faktu ukrywania przed ludźmi prawdy o stanie jego zdrowia, nie wiadomo. Zarówno prezydent, jak i jego otoczenie stwarzało pozory, by nie przedstawiali go jako niepełnosprawnego. Fotografowanie unikali robienia mu zdjęć na wózku, a wystąpienia publiczne były wcale nie odpowiednio aranżowane.

Czy ktoś jeszcze dostąpił takiego zaszczytu? Uf, nie bardzo. Najwyraźniej czy to elity narodów, czy demokra-

tyczne społeczeństwa nie są skore wybierać na przywódców osoby z niepełnosprawnościami. Naście lat temu poświęciłem temu tematowi jedną z moich książek, wydaną pod kolejnym prowokacyjnym tytułem: „Czy niewidomy może zostać prezydentem?”. Ta prowokacja dotyczyła tylko tytułu, podczas gdy sama fabuła wcale nie mówi o wyborach prezydenckich. W przypadku tej książki chodzi o działalność w studenckiej organizacji na uniwersytecie, gdzie dochodzi do wyborów jej przewodniczącego. Konkuruje dwóch kandydatów, spośród których jeden jest niewidomy. I jak sądzicie, kto wygrał? Kiedy doszło do ostatnich wystąpień kandydatów i podsumowującej dyskusji, zabrał głos ktoś z sali i w trosce o dobro organizacji, w czasach, gdy trzeba pracować z dokumentami, składać wnioski o dofinansowanie, a to w ramach funduszy samej uczelni, a to do władz samorządowych czy państwowych w kraju, albo tworzyć i składać wnioski o środki zagraniczne, kiedy w razie uzyskania wsparcia trzeba precyzyjnie i bezbłędnie rozliczać prowadzone projekty, sporządzać sprawozdania merytoryczne i finansowe, zbierać i porządkować dokumenty finansowe, zatroskany student wyborca radził, by wybrać kontrkandydata niewidomego. Stwierdził, że brak wzroku jest znaczącym utrudnieniem w tego rodzaju pracy i wskazał na ryzyko w razie porażki tej organizacji. Niewidomy kandydat nie został więc wybrany na przewodniczącego! Na tym przykładzie sugerowałem czytelnikom, że mimo, iż nie ma prawnych zapisów blokujących możliwość wyboru osoby niewidomej na prezydenta kraju, w ostatecznym rozrachunku elektorat pewnie by się nie odważył na taki wybór. Nie jest na to gotowy. I faktycznie, niewidomego wśród władców kiedyś i teraz znaleźć nie mogę. Nadal jest to tak nieprawdopodobne, że nawet niespecjalnie kogoś takiego szukam.

Korzystając z okazji warto przypomnieć wyjątkowych

niepełnosprawnych ludzi nie tylko wśród władców, ale także pomiędzy wybitnymi intelektualistami, artystami, twórcami. Niepełnosprawnym został między innymi Ludwik van Beethoven. Przyczyną jego głuchoty i innych dolegliwości, a także śmierci, było najprawdopodobniej zatrucie ołowiem. Głównym sprawcą zgonu mógł być jego osobisty lekarz, który kurował go m.in. okładami zawierającymi ołów. We włosach kompozytora stwierdzono ogromne stężenie ołowiu, które gwałtownie rosło po kolejnych jego wizytach. Nie zmienia to faktu, że Beethoven już wcześniej był zatruty ołowiem, którego stężenie przekraczało normę blisko stukrotnie. Przyczyną ołowicy mogły być na przykład ołowiane naczynia lub wody lecznicze zawierające ten pierwiastek. Kiedy miał 32 lata wcale nie słyszał wysokich tonów i zamiast normalnych dźwięków słyszał nieustannie szumy. Przez następne 25 lat nadal komponował. Późniejszy dorobek stanowią 32 sonaty, 9 symfonii, 16 kwartetów skrzypcowych, opera „Fidelio”, w tym genialna IX Symfonia, która dokonała rewolucyjnych zmian w muzyce. By usłyszeć dźwięk fortepianu, mocno uderzał w klawisze i zrywał fortepianowe struny. Głuchota postępowała w zatrważającym tempie i o ile z początku Beethoven posługiwał się trąbką słuchową, niedługo potem przestała być użyteczna. Proszę sobie wyobrazić niesamowitą sytuację: gdy w roku 1814 dyrygował orkiestrą grającą skomponowaną przez niego VII Symfonię, nie słyszał jej cichych fragmentów. Skończył utwór o wiele za wcześniej. Orkiestra grała z nut, a on sądził, że już dotarła do ostatniego taktu. Wyobraźcie sobie Państwo wrażenia widowni w tej niezwyklej sytuacji!

Z kolei Leonhard Euler, szwajcarski matematyk, fizyk i astronom, żyjący w XVIII wieku, miał poważne problemy ze wzrokiem, który ostatecznie stracił. Nie mogąc samodzielnie pisać, dyktował swoje rozwiązania współ-

niewidomi

pracownikom. Jego prace dotyczyły niemal wszystkich znanych wówczas dziedzin matematyki, szczególnie analizy matematycznej. Co ciekawe, jego ojciec chciał, by syn został księdzem, jednakże po namowach znanego matematyka pozwolił mu porzucić studia teologiczne. Leonhard studiował także język hebrajski, grekę i medycynę. Na zaproszenie Katarzyny I wyjechał do Petersburga, gdzie był profesorem fizyki, a następnie wykładał matematykę. Później został profesorem Akademii Nauk w Berlinie, skąd już na zawsze wrócił do Petersburga. Mimo utraty wzroku radził sobie w życiu, odnosił wielkie sukcesy i jeszcze w wieku 60 lat nie zwalniał tempa pracy. Miał fotograficzną pamięć i łatwość wykonywania skomplikowanych rachunków bez ich zapisywania.

Wybitnym niewidomym należy poświęcić cały artykuł. Tutaj chciałem jedynie lekko wspomnieć o kilku niepełnosprawnych, których zna bodaj cały świat. Każdy z nich, czy to Franklin Delano Roosevelt, Ludwik van Beethoven czy Leonhard Euler wykazali, że sama niepełnosprawność nie wystarczy, by stłamsić talenty drzemiące w człowieku. To jednak one mają decydujące znaczenie, a brak zdrowia stanowi jedynie utrudnienie, a nie dyskwalifikującą wadę. Dla mnie te i inne wybitne, niepełnosprawne osoby są jakby ukoronowane uznaniem milionów ludzi na całym świecie.

Czas na zajęcie się głównym tematem artykułu. Zbliżyliśmy się bowiem do jego drugiej, zasadniczej części nie o koronach na głowie władców oraz nie ukoronowanych geniuszach, których cenimy wszyscy. Teraz o wirusie, który dopadł niemal wszystkie kraje świata i zmienia nasze życie nie do poznania. Być może zmieni całą naszą cywilizację, bo jak kontynuować dotychczasowe zwyczaje, gdy nawet takie zwykłe gesty jak podanie ręki stają się zagrożeniem. Jak w tym wszystkim mają się ludzie niewidomi? Na jaki sposób i oni stają się

ofiarami pandemii? Czy radzą sobie i zachowują się tak samo jak inni? Otóż nie. Stawiam tezę, że są ukoronowani jakby w dwójnasób. I nie mówię o samym zarażeniu się, lecz o podleganiu restrykcjom w kwarantannie, dyscyplinie, a nawet panice. Dlaczego w dwójnasób?

Opowiedziałem Państwu o tyłu rzeczach związanych z brakiem wzroku, że pewnie już mogę zakładać, że osoby nawet najbardziej zdystansowane do naszej społeczności, które nie znają bliżej żadnego niewidomego, wiedzą jak to jest nie widzieć. Troszkę znacznie już świat dotyku i dźwięku. Niedawno pisałem o dotyku, a więc o macaniu dłońmi – jakie to ważne. Korzystając więc z tego, co już wyjaśniłem, muszę stwierdzić, że sytuacja niewidomych, a w dużej części podobnie bardzo słabowidzących, jest bardzo trudna.

Mamy zostawać w domu. Nie możemy swobodnie robić zakupów, chodzić na spacer, korzystać z usług i bawić się na kulturalnych wydarzeniach. O ile zawsze samodzielne poruszanie się po mieście jest trudne i dosyć albo bardzo niebezpieczne, zależnie od miejsca zamieszkania, teraz wcale nie wiadomo, jak to robić. Jak niewidomy ma sobie zagwarantować bezpieczną odległość od innych? Skąd ma wiedzieć, czy są oni 2 metry od niego, czy może pół? Jasne, gdy się odzywają albo generują inne dźwięki, słyszymy i wiemy,

ale kiedy byłem przed świętami na bazarze, w kolejce po owoce, nie wiedziałem, że kolejny klient jest tylko metr ode mnie! Byłem tam z żoną i doszło do takiej sytuacji. Trudno ciągle zwracać komuś uwagę, gdy sam nie rozumie zasad. Gdybym jednak był sam, to w ogóle bym się o tym nie dowiedział. Jak ma rozpoznawać te odległości niewidomy, który sam idzie po chodniku, czeka na swoją kolejkę przed sklepem, albo jest już wewnątrz i załatwia zakupy? A co z dłońmi? Czy wiecie, że w żadnych rękawiczkach dotyk nie działa jak należy? Ja nie znoszę rękawiczek, bo nie mogę korzystać z dobrodziejstw dotyku. Jak mam wybrać produkty, które chcę kupić? Ani dotknąć, ocenić, ani korzystać z lektora przewodnika, bo może nie będzie 2 metry dalej! Uf, nie jest lekko.

Moja sytuacja nie jest zła, bo jestem otoczony widzącymi członkami rodziny i współpracownikami, ale jak sobie radzą niewidomi żyjący samotnie albo w parach, gdzie oboje małżonkowie nie widzą? Jak dbać o czystość w domu, wyrzucanie śmieci, przyjmowanie listonosza, który przynosi korespondencję – być może z wirusami! Jak dbać o odkażanie ubrań, szczególnie zewnętrznych okryć? Jak wyjść z domu, gdy to konieczne, dojść do przystanku, czekać na autobus? Obok czeka kto inny – bezpiecznie, czy nie bardzo? Jak korzystać z maseczki, gdy nie porozumiewamy się wzrokiem, lecz innymi zmysła-

mi? My niewidomi polegamy przecież na „gadaniu”. Ciągłe o coś pytamy i musimy wysłuchać odpowiedzi. A tu maska „za” maską i maską „pogania”. Uf, ciężko!

Przyjeżdża autobus, wsiadamy i co wtedy? Znowu nie jest łatwo. Ktoś pomaga niewidomym, może zaproponuje miejsce do siedzenia, doprowadzi. Znowu więc mamy zbyt bliski kontakt – na szczęście może z osobą niezarażoną, ale skąd mamy to wiedzieć! Na szczęście ci, którzy muszą chodzić do pracy w jej obrębie, mogą być spokojniejsi o swoje zdrowie. Ich sytuacja w zakładzie jest mniej więcej taka sama, jak osób widzących. Jeśli są niezbędni i przychodzą do pracy, pewnie zdejmują maski i rękawiczki, myją ręce i twarz, i biorą się do roboty. Przynajmniej nie nudzą się w domu.

A co, gdy idąc ulicą wpadamy na słup i ulegamy zranieniu? Nie daj Boże! Szczerze mówiąc nawet nie mam pojęcia, jak bym miał się wtedy zachować, gdybym żył samotnie albo nawet mając rodzinę znalazł się w takiej sytuacji sam. Jak się zabezpieczyć przed wirusem? A jak skorzystać z służby zdrowia? Przecież wielu niepełnosprawnych musi być leczonych, zgłosić się na badania i wizytę u lekarza. Nie mam pojęcia, jak to teraz wykonać. Ja poproszę żonę o pomoc, a inni?

I proszę sobie wyobrazić, że mimo tych trudności niewidomi jakoś sobie radzą. Nie zarażają się i nie chorują na konsekwencję koronawirusa. Nie są więc ukoronowani w tym drugim, złowieszczym sensie. Należy się im za to to pierwsze ukoronowanie. Są niebywale dzielni i sprawni. Bez odwagi nie mogliby istnieć. Są zrehabilitowani, w razie potrzeby wychodzą z domu, są aktywni, niektórzy chodzą do pracy i dbają o bezpieczeństwo. Coś niesamowitego. Mam nadzieję, że i Państwo przychylają się do mojej propozycji, by bohaterami czasu pandemii zostali niepełnosprawni, a pomiędzy nimi, w pierwszym szeregu niewidomi! Sądzę, że do tego apelu przyłączyłoby się także tacy bohaterowie naszej cywilizacji jak Franklin Delano Roosevelt, Ludwik van Beethoven i Leonhard Euler!



FOT. ARCHIWUM

Kilkadziesiąt lat temu w małych, a także większych miejscowościach, zbierali się ludzie, którzy postanowili robić coś przydatnego dla innych – ubogich, chorych, słabszych, często w skrajnie trudnej sytuacji materialno-bytowej. Tworzyły się więc kilkusobowe grupy samopomocowe, ukierunkowane na osiągnięcie założonego celu. Ich przedstawiciele konsekwentnie organizowali zbiórki żywności, odzieży i podstawowego wyposażenia domowego dla potrzebujących. Bardziej wykwalifikowani zajmowali się z kolei pomocą medyczną bądź wspierali nieodpłatnie wybitnie uzdolnionych w rozwoju ich talentów.

Owe nieformalne grupy samopomocowe po pewnym czasie zdecydowały się w przekształcić w stowarzyszenia lub fundacje nazywane organizacjami pozarządowymi. Czym są i jak działają organizacje pozarządowe? Określenie stowarzyszeń i fundacji mianem organizacji pozarządowych (w języku angielskim: non governmental organization, w skrócie NGO) oznacza że są to wszystkie podmioty nie będące jednostkami albo organami administracji publicznej, nie nastawione na osiąganie zysku, czyli tak zwane organizacje non-profit. Zamiast na osiąganiu przychodów ze sprzedaży konkretnych produktów i usług, koncentrują się na niesieniu kompleksowego wsparcia wybranym jednostkom lub grupom społecznym. Organizacje pozarządowe są nazywane również „trzecim sektorem” (występują obok sektora publicznego i rynkowego). Działalność organizacji pozarządowych określa ustawa z dnia 24 kwietnia 2003 roku o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, w myśl której „organizacjami pozarządowymi są, nie będące jednostkami sektora finansów publicznych, w rozumieniu ustawy o finansach publicznych i nie działające dla osiągnięcia zysku, osoby prawne lub jednostki nie posiadające osobowości prawnej utworzone na podstawie przepisów ustaw”.

SZCZYTNE IDEE ZAMIAST ZYSKU

Czy niesienie bezinteresownej pomocy innym w dzisiejszych czasach jest jeszcze „w

modzie”? Obserwując zmieniającą się rzeczywistość, coraz bardziej nastawioną na popyt i konsumpcję, zdaje się wydawać, że nie. Wiemy już, czym są i jak działają organizacje pozarządowe. Pozostaje zatem wyjaśnienie, dlaczego są potrzebne i co takiego ważnego robią w kwestii wyrównywania szans życiowych oraz przeciwdziałania społecznemu wykluczeniu grup defaworyzowanych – między innymi osób z niepełnosprawnościami narządu wzroku.

Aby ukazać czytelnikom miesięcznika „Filantrop Naszych Czasów” rolę i znaczenie organizacji pozarządowych, pozwolę sobie odwrócić postawione wyżej pytanie i zamienić je na następujące: jak wyglądałoby życie ludzi z niepełnosprawnościami, osób starszych, chorych oraz pokrzywdzonych przez los, gdyby nie było organizacji pozarządowych? Stowarzyszenia i fundacje, zwłaszcza te, które szczytą się dwudziesto, trzydziesto albo nawet czterdziestoltnim stażem działalności, w znaczący sposób przyczyniły się do poprawy jakości życia adresatów oferowanych przez nie różnorodnych form pomocy. W całej Polsce, według danych z grudnia 2018 roku, zarejestrowanych było około 117 tysięcy stowarzyszeń i około 26 tysięcy fundacji – w sumie 143 tysiące organizacji pozarządowych. NGO działają w przeróżnych obszarach – począwszy od edukacji, polityki senioralnej, promocji i ochrony zdrowia, ratownictwa ludności, przez ochronę środowiska, kulturę, sport aż po pomoc społeczną, czyli inicjatywy ukierunkowane na walkę z ubóstwem, bezdomnością, bezrobociem, wykluczeniem społecznym, między innymi osób z różnego typu niepełnosprawnościami.

W zakresie działania orga-

nizacji pozarządowych, które w swoich celach statutowych mają właśnie niesienie pomocy osobom z niepełnosprawnościami, mieści się między innymi prowadzenie specjalistycznych ośrodków rehabilitacji i terapii oraz realizacja przedsięwzięć zmierzających do pokonywania barier, poprawy codziennego funkcjonowania i wzrostu aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym. NGO realizują także rozmaite programy aktywizacyjne oraz projekty, dzięki którym ich uczestnicy mogą podnosić swoje kompetencje zawodowe i społeczne, doskonalić zdolności twórcze, a przede wszystkim korzystać nieodpłatnie z rehabilitacji, co jest niezwykle istotne szczególnie dla osób z niepełnosprawnościami narządu ruchu lub niepełnosprawnościami sprzężonymi.

JAK ZAŁOŻYĆ ORGANIZACJĘ POZARZĄDOWĄ?

Osoby zainteresowane realizacją działań społecznie użytecznych we własnej organizacji pozarządowej mają do wyboru założenie stowarzyszenia lub fundacji. Inne zasady obowiązują w przypadku zakładania stowarzyszenia, inne – w przypadku fundacji. Stowarzyszenia są zrzeszeniami grup osób (według przepisów prawnych grupa założycieli stowarzyszenia musi liczyć minimum 7 osób), które zakładają je w związku z zamierzeniem realizacji określonego wcześniej celu. Stowarzyszenia działają na podstawie ustawy z dnia 7 kwietnia 1989 roku Prawo o stowarzyszeniach, która definiuje stowarzyszenie jako dobrowolne, samorządne, trwałe zrzeszenie o celach niezarobkowych. Stowarzyszenia dzielą się na rejestrowe i zwykłe. Stowarzyszenie rejestrowe, jak sama

nazwa wskazuje, wymaga złożenia do sądu rejestrowego (KRS) wniosku o rejestrację wraz ze statutem, listą założycieli zawierającą imiona i nazwiska, daty i miejsca urodzenia, miejsca zamieszkania oraz własnoręczne podpisy założycieli. Mniej formalności czeka w przypadku zakładania stowarzyszenia zwykłego. Do założenia stowarzyszenia zwykłego wystarczą 3 osoby. Konieczne jest ustanowienie regulaminu działalności. Aby stowarzyszenie zwykłe zostało wpisane do ewidencji starosty, należy złożyć u niego stosowne dokumenty. Stowarzyszenie zwykłe – w przeciwieństwie do rejestrowego – nie może powoływać terenowych jednostek organizacyjnych ani łączyć się w związku stowarzyszeń.

Z kolei do założenia fundacji potrzebny jest fundator, czyli osoba, która powoła – a w razie konieczności – odwoła fundację. Fundatorem może być osoba fizyczna (czyli każdy człowiek) lub prawna (np. jednostka uczelniana, przedsiębiorstwo). Zadaniem fundatora jest opracowanie aktu fundacyjnego oraz statutu fundacji (dokumentu określającego nazwę, siedzibę, majątek, organizację i sposób działania fundacji). W celu utworzenia fundacji należy też złożyć wniosek rejestrowy o wpis fundacji do Krajowego Rejestru Sądowego. Ponadto organizacja pozarządowa (niezależnie, czy jest to stowarzyszenie rejestrowe lub zwykłe czy fundacja), musi złożyć wniosek o wpis do krajowego rejestru urzędowego podmiotów gospodarki narodowej, aby uzyskać numer REGON oraz wniosek o nadanie w urzędzie skarbowym numeru NIP. Następnym krokiem przedstawiciele stowarzyszenia lub fundacji powinno być założenie konta bankowego.

i cienie pozarządowych

DYLEMATY I WYZWANIA

Kiedy przedstawiciele organizacji pozarządowej dopełnią już wszelkich formalności związanych z powołaniem jej do istnienia, przychodzi czas na najważniejsze, czyli na rozpoczęcie działań. W grupach NGO toczą się wówczas dyskusje – niekiedy burzliwe – jaką inicjatywą powziąć działalność i która najskuteczniej pozwoli zauważyć wstępne rezultaty. Niejedna organizacja mogłaby zacząć start naprawdę z wysokiego pułapu, gdyby nie pieniądze, a raczej ich brak. Każdy, kto działa lub działał choć trochę w NGO'sach z pewnością zgodzi się ze mną, że olbrzymią bolączką organizacji pozarządowych jest pozyskiwanie funduszy na cele statutowe. Utrudnia je wymóg minimum dwuletniej działalności w staraniach o dotację z instytucji publicznych. Stowarzyszenie lub fundacja – nim otrzyma środki na realizację zadania publicznego z PFRON lub samorządu powiatowego – musi wykazać się dwuletnią działalnością, czyli przez dwa lata realizować inicjatywy zgodne z celami statutowymi. Nie można więc od razu po dopełnieniu wszelkich formalności wystąpić w otwartym

konkursie ofert z wnioskiem o dofinansowanie na projekt. Pozostają zatem działania stricte wolontarystyczne. Ów dwuletni czas oczekiwania jest tym bardziej bolesny, kiedy mamy na względzie realizację inicjatywy służącej rozwiązaniu konkretnego problemu danej osoby bądź grupy osób, który po upływie dwóch lat najprawdopodobniej będzie nieaktualny. Nowopowstała organizacja pozarządowa nie powinna mieć problemu ze znalezieniem jednego czy dwóch wolontariuszy akcyjnych, oddelegowanych do pracy społecznej przy konkretnej akcji, np. zbiorce zabawek dla dzieci z domów dziecka, ale spory problem pojawi się, gdy będzie potrzebowała rąk do pracy w zakresie organizacji zajęć rehabilitacyjnych, bo mało który specjalista (rehabilitant lub fizjoterapeuta) zgodzi się pracować bez wynagrodzenia. Pozostaje więc czekać, aż będzie można złożyć wniosek o dofinansowanie. Tylko, czy uda się je pozyskać?

Tu przechodzimy do kolejnego dylematu. Jak napisać i uzasadnić wniosek, aby spotkał się z życzliwą oceną komisji konkursowej? Na co zwrócić uwagę, a czego

unikać? Nową organizację pozarządową już na samym początku starań o pozyskanie dofinansowania na projekt „odstraszyć” mogą liczne wymogi formalne określone w ogłoszeniach konkursowych. Jeśli nie uda się jej pozyskać dofinansowania, nie będzie mogła realizować projektu. Niestety, rzeczywistość jest brutalna i mało kogo to obchodzi. Wiele ważnych i społecznie potrzebnych przedsięwzięć przegrywa w starciu z biurokracją. Składając wniosek o dofinansowanie na realizację zadań zleczanych w ramach art. 36 ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych ze środków PFRON – w przypadku niepowodzenia na etapie oceny formalnej i/lub merytorycznej – organizacja pozarządowa może złożyć odwołanie od negatywnej oceny. Jest to swego rodzaju „koło ratunkowe” dla wnioskodawców, którym nie udało się sporządzić poprawnie wniosku. Niestety, takiego „koła ratunkowego” nie przewidują konkursy na wspieranie realizacji zadań zleczanych ze środków samorządów miejscowych, powiatowych i wojewódzkich. Niekiedy istnieje możliwość złożenia odwołania od negatywnej oceny formalnej, ale od merytorycznej już nie. Uzyskanie pozytywnej oceny merytorycznej również nie gwarantuje otrzymania dofinansowania. Zbyt mała liczba punktów (w stosunku do wymaganej i określonej w ogłoszeniu konkursowym) dyskwalifikuje wniosek. Tymczasem wystarczyłaby dobra wola instytucji publicznych – pomoc w usunięciu braków lub nieprawidłowości, które obniżają punktację. Innym z kolei problemem jest konieczność wniesienia wkładu własnego finansowego w całkowite koszty projektu. Organizacje pozarządowe – jak

już wspomniałam – są organizacjami non profit, a więc nie zarabiają na siebie i nie wypracowują miesięcznego zysku. Skąd zatem brać środki na ów wkład własny? Wkładem własnym mogą być m.in. środki pochodzące z innych źródeł publicznych (innych niż podmiot dotujący), ze źródeł niepublicznych (czyli np. z darowizn lub z wpłat 1% podatku) albo z pracy wolontariuszy (wówczas określa się we wniosku stawkę kwotową za godzinę pracy wolontariusza). Jeśli organizacja realizuje dajmy na to projekt wydawniczy, którego koszt całkowity jest dość znaczący, trudno pracą wolontariuszy rozpiścić wkład własny. Wtedy cała nadzieja w darczyńcach, którzy zechcą finansowo pomóc organizacji. Co w sytuacji, gdy stowarzyszeniu albo fundacji nie uda się zgromadzić określonej kwoty wkładu własnego? Zabraknie pieniędzy na realizację projektu, a jeśli nie będą go realizować zgodnie z harmonogramem, lub co gorsze – w ogóle zaprzestaną realizacji z powodu niewydolności finansowej – czeka je zwrot całości uzyskanego dofinansowania.

Organizacje pozarządowe w Polsce, jak widać, muszą zmierzać się z licznymi trudnościami formalnymi i finansowymi. Ich rola i znaczenie dla poprawy funkcjonowania oraz jakości życia osób z niepełnosprawnościami wciąż są niewystarczająco doceniane przez władze publiczne. A przecież to NGO'sy – a nie państwo – wzięły na siebie jakże ważne obowiązki troski o terapię, rehabilitację, edukację, uczestnictwo w kulturze, a nade wszystko – o godne warunki życia osób z niepełnosprawnościami. Bez ich działań wiele osób z dysfunkcjami byłoby pozbawionych pełnoprawnego uczestnictwa w życiu społecznym.

KAROLINA KASPRZAK



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Największy skarb

Jestem uczestnikiem Warsztatu Terapii Zajęciowej w Śremie. Opowiem wam, jak w podczas pandemii spędzam wolny czas.

11 marca po wystąpieniu premiera dowiedzieliśmy się, że od 16 marca zajęcia w Warsztacie będą odwołane, a my zostajemy w domach. Z jednej strony czułem smu-

tek, bo będzie mi brakować uczestników i terapeutów, ale też cieszyłem się, że będę mógł spędzić trochę więcej czasu z moją dwu- i półletnią bratanicą Bianką. Ważne było też to, że pomogę mamie w prowadzeniu domu. Moja bratanica jest pod moją opieką, kiedy rodzice są w pracy. Niestety, w tym ciężkim czasie muszą pracować.

Mój dzień zaczyna się od słów Bianki do mnie: wujka wstawaj!

Kiedy już się ogarnę, jemy śniadanie, bo dopóki ja nie usiądę do stołu, to Bianka raczej nic nie zje. Wpatruje się we mnie i kiedy ja wkładam jedzenie do buzi, ona robi to samo. Zabawnie to wygląda. Później spędzamy razem czas, w zależności od tego, jaka jest pogoda. Gdy jest ładnie, wychodzimy na ogród, a także na pobliską łąkę spacerować, obserwować ptaki, na przykład żurawie, jak i również otaczającą nas przyrodę. Niedaleko płynie strumyk, a w nim pływają cierniki. Bianka bardzo lubi te spacery i myślę, że zaszczepią one w niej miłość do przyrody i do zwierząt.

Natomiast w dni, w których pogoda nie sprzyja wychodzeniu na zewnątrz, bawimy się w bieganie po całym domu. Ja uciekam, a Bianka biegnie za mną z okrzykiem: złapię cię! – warcząc do tego. Jak już się zmęczymy Bianka robi dwugodzinną drzemkę, a ja mam chwilę dla siebie. Po skończonej drzemce pomagamy babci w przygotowaniu obiadu. Po obiedzie układamy puzzle, rysujemy, tańczymy, śpiewamy piosenki, na przykład „Baby Shark”. To jej ulubiona piosenka. Również uwielbia, jak jej czytam książki i tak mi mija dzień za dniem. Uwielbiam z nią spędzać czas. Kocham ją z całego serca. Po całym dniu jestem zmęczony, ale i szczęśliwy i już nie mogę się doczekać kolejnego dnia.

Na zakończenie powiem, że w tym trudnym czasie dla nas wszystkich jeszcze bardziej doceniłem, jak ważna w naszym życiu jest rodzina i że największym skarbem, jaki człowiek może otrzymać od życia, jest dziecko, na które można przelać miłość.

DAMIAN ROMANOWSKI

Uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Śremie opisują, jak spędzili święta i dlaczego były one wyjątkowe.

Moje święta były smutne, bo trzeba było siedzieć w domu. Nie można chodzić do kościoła, a to ważne, bo Pan Jezus zmarł i powstał, a ja jestem ministrantem. Było mi smutno, bo w tym czasie zmarł mój dziadek Andrzej. Dużo myślałem, wspominałem. W drugie święto nie było „kominiarzy”, to tradycja obchodzona od stu lat w naszej wsi. Moja rodzina jest super. W pierwsze święto dużo rozmów, wspomnień, siedzieliśmy w naszym ogrodzie. Wierzę, że za rok będę „kominiarzem”, śmigus-dyngus, goście i najważniejsze – msza święta w kościele. Niech wróci dawna Wielkanoc.

RAFAŁ

Święta wielkanocne w tym roku były dla mnie wyjątkowe i zapewne dla was też. Zawsze w dni świąteczne było u nas wielu gości, przy śniadaniu zasiadało 16 osób, a teraz tylko domownicy. Panowała świąteczna atmosfera. W pierwsze święto dopisała pogoda, więc spędziłem ten dzień w ogrodzie, a w drugie był mały śmigus-dyngus. Zając też mnie odwiedził.

MAREK

Wielkanoc pierwszy raz w życiu spędziłem w domu tylko z mamą i psem. Nie miałam na stroju na święta, tak jak kiedyś. W tym roku nawet ani razu w kościele nie byłam. Przez ten wirus siedzę w domu, tak jak większość ludzi. Brakowało mi kościoła, bo był wielki tydzień. Na szczęście mam Internet i mogłam chociaż część kościoła poczuć. Święta upłynęły na spacerach z moim kochanym psem, to dobrze na mnie działało. Wreszcie doceniam to, że mieszkam w lesie, a nie w mieście. Mogę wyjść na taras, oddychać świeżym powietrzem i wsłuchać się w śpiew ptaków. W lany poniedziałek udało mi się (jak zwykle) połączyć wodą moją kochaną mamę, ale tylko trochę. Trzeba się cieszyć z tego co się ma. Bardzo tęsknię za WTZ-tem, za uczestnikami i opiekunami. Brakuje mi śmiechu, zabaw i tego, że jest ktoś obok, z kim można wymienić się poglądami na różne tematy. Az strach pomyśleć, co się dzieje w naszym ogrodzie, nie ma kto o niego dbać. Teraz mogli-
byśmy znów rozpalić grilla, za-



Mała Bianka maluje.



Damian i Bianka.



Z Bianką na spacerze.

Niech wróci dawna tradycja



grać w boule, pośpiewać... Lecz rzeczywistość jest inna.

SŁAWKA

Święta spędziłem w domu. Jak zwykle tęskniłem za warsztatami, przyjaciółmi i rodziną. Oglądałem telewizję, bawiłem się ulubioną układanką mozaikową. Objadałem się smakołykami. Rodzice zorganizowali mi samochodową wycieczkę po mojej najbliższej okolicy! To było fajne. Ogólnie czułem radość i tęsknotę.

MICHAŁ

Pozostań w domu. To dla moich domowników nie znaczyło: nudne święta. Po śniadaniu wielkanocnym udaliśmy się na podwórko, tam siostra wymyśliła konkurs, kto szybciej napelni powietrzem fotele.



FOT. (7X) ARCHIWUM WITZ W ŚREBIE

dmuchany. Zwyciężył siostrzeniec. Potem odbył się turniej w boule. Podzieliliśmy się na trzy drużyny i graliśmy prawie do wieczora. Wróciliśmy na kolację do domu. W drugi dzień świąt graliśmy w gry planszowe. Mile będę wspominał te święta.

JÓZEF



Tegoroczne święta były zupełnie inne jak zawsze, nawet najstarsi nie pamiętają takich świąt, a wszystko przez koronawirusa i obowiązujące przepisy, do których trzeba się było stosować. Ja spędziłem je w domu z rodzicami, były one dużo skromniejsze niż te z poprzednich lat. Nie było żadnych odwiedzin, ani wyjazdów do rodziny. Brakowało mi rozmowy, wspólnego spędzania czasu z najbliższymi oraz tradycyjnej świątecznej atmosfery.

PRZEMYSŁAW



Nie czuło się atmosfery świątecznej, brakowało tradycyjnego poświęcenia potraw przez księdza. Potrawy poświęciliśmy w domu. Mama podjęła się tego zadania. Wielkanocne śniadanie zjedliśmy w ścisłym gronie: mama, tata i ja. Uczestniczyliśmy we mszy świętej za pośrednictwem TV. Brakowało nam bliskich spotkań. Dużo rozmawialiśmy przez telefon z krewnymi i znajomymi. Całe święta były podobne do wszystkich dni, które musimy spędzać w domu. Teraz możemy docenić, ile dla nas znaczy bliskość innych, drugiego człowieka. Brakuje nam swobody.

JOANNA



Święta wielkanocne były w tym roku wyjątkowe i bardzo rodzinne: mama, tata, ja i brat. Niestety, nie mogliśmy pojechać do babci i dziadka, bo nastał czas epidemii koronawirusa i musieliśmy zostać w domu. Na szczęście mogliśmy wszyscy codziennie kontaktować się wirtualnie przy komputerze i poczuć, że jesteśmy wspólnie razem życząc sobie smacznego jajka.

KRZYSZ

Dążenie do mocy

Mały Piotruś zapytał swojego tatę: „co to jest tur?”. „Wiesz synku, tur to takie wielkie i silne zwierzę, z potężnymi rogami. Ale tury już wymarły, żyły wiele lat temu”. „Nieprawda”, powiedział Piotruś, „bo Arek ma tura”. „Na obrazku?” – zapytał tata. „Chyba nie na obrazku”, zawahał się chłopczyk, „bo ciocia Krysia powiedziała, że Arek jest teraz bardzo zajęty, bo ma tura”.

Tata roześmiał się i starał się wyjaśnić synkowi, czym jest matura. Opowiedział też o swoim egzaminie maturalnym, wspominając, jak bardzo czuł się wtedy ważny, jakie miał poczucie mocy, jak cały świat wydawał się przyspójny, a wszystkie trudności do pokonania. Piotruś słuchał z zachwytem, po czym powiedział: „No to ty byłeś turem”. I odtąd często pręży swoje jeszcze chudziutkie bicepsy i spoglądając w lustro mówi: „będę jak tur!”.

Piotruś należy do dzieci, które mają silne dążenie do mocy. Według wybitnego psychologa Alfreda Adlera, okresowi dzieciństwa właściwe jest poczucie niższości, wynikające z fizycznej i psychicznej słabości, z często przeżywanej bezradności. W porównaniu ze starszymi dziećmi, a szczególnie z dorosłymi, małe dziecko czuje się słabe i zależne, wszyscy nim kierują, pouczają, doradzają. O swoją dziecięcą wolność trzeba niejednokrotnie staczać walkę, trzeba użyć sprytu, a nieraz i podstęp, bo sił fizycznych brak.

Poczucie małej wartości bywa potęgowane przez zachowanie otoczenia: gdy dorośli nadmiernie krytykują, wyśmiewają, stawiają zbyt duże wymagania. Dziecko czuje się także gorsze, gdy spotyka się z dezaprobatą, z brakiem serdeczności, gdy często miewa niepowodzenia. Wszystko to sygnalizuje mu, że jest „mniej warte” i wówczas rozwija się w dziecku przekonanie, że sprostanie życiu jest czymś niezmiernie trudnym.

Dziecko radzi sobie z poczuciem niższości w różny sposób, a ten, który się utrwal, stanie się zazwyczaj sposobem postępowania w całym dalszym życiu. Ogólnie sposoby radzenia sobie można podzielić na dwa przeciwstawne: jednym jest ucieczka od trudności, drugim walka o przewagę nad innymi.

Każdy z dwu wymienionych sposobów może być realizowany jako zwykły sposób życia, bez szczególnego napięcia emocjonalnego i bez dramatu. Jeżeli jednak poczucie niższości jest głębokie, a dążenie do mocy nasilone, wówczas sposoby radzenia sobie mogą nabierać patologicznego charakteru. Ucieczka od trudności może na przykład przybrać formę ucieczki w chorobę, bowiem poprzez słabość można uzyskać współczucie i aprobatę. Z kolei walka o przewagę może skłonić do przystąpienia do grupy „silnych i bezwzględnych”, działających przeciwko społecznym normom i zwyczajom.

Jednakże dążenie do mocy może też przyjąć postać dążenia do rozwijania tego, co w człowieku dobre i mądre. Z dziecięcych okruszków

dobroci może wyrosnąć wielka ludzka dobroć, że – zdawałoby się – zwykłych uzdolnień może rozwinąć się wielki talent. Bowiem dążenie do mocy może wyzwolić motywację do wysiłku, do doskonalenia się. Będzie wówczas jak polano dżurzone do ognia, który się tli. Wszystkie duże osiągnięcia wymagają pracy i uporu, a dążenie do mocy może stać się motorem popychającym do przodu, nie dopuszczającym do rezygnacji.

Aby jednak dążenie do mocy przybrało taki pozytywny, zarówno dla konkretnego człowieka jak i dla społeczeństwa kierunek, potrzebni są ludzie, którzy dziecko kochają i wspierają, którzy uczą je pokonywać trudności. Najczęściej ludźmi tymi bywają rodzice, jednak jeżeli oni zawiodą – także inne osoby mogą wywrzeć niezwykle dobroczynny wpływ na kierunek dążeń. Zdarza się, że wśród fatalnych okoliczności losu znajduje się taka jedyna osoba. I niekiedy ona sama nawet nie wie, jak znacząco wpłynęła na życie drugiego człowieka.

Takie pojedyncze osoby częściej niż w innych środo-

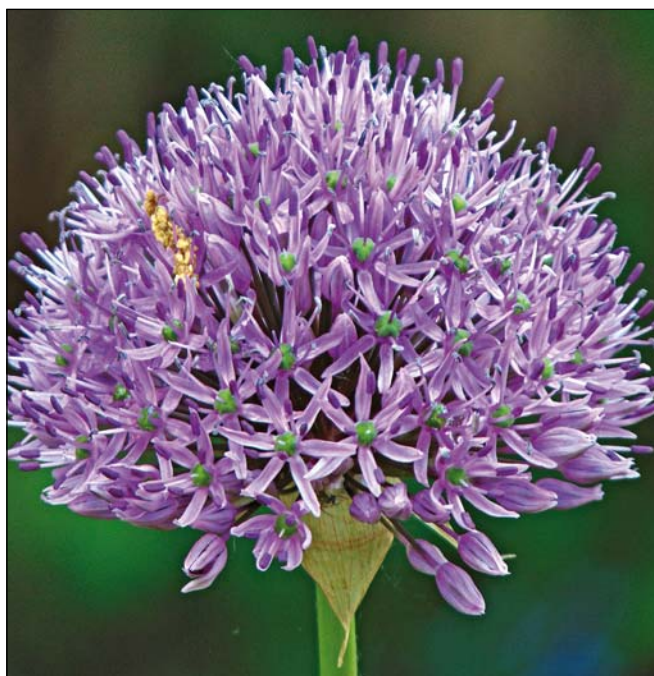
wiskach zdarzają się wśród wychowawców w domach dziecka. Dzieci pozbawione opieki rodziców mają zazwyczaj bardzo silne poczucie niższości. Czują się mniej warte chociażby tylko ze względu na fakt, że nie są razem z rodzicami, a inne dzieci są. Jeden jedyny sposób wśród wychowawców może wówczas stać się słonecznym drogowskazem na całe życie.

Również dzieci niepełnosprawne są w znacznym stopniu narażone na rozwinięcie się w nich poczucia mniejszej wartości. Dzieci te są wprawdzie zazwyczaj otoczone czułą troską swoich rodziców, ale porównując się z dziećmi sprawnymi, czują się gorsze. I także u tych dzieci rozwinięty jeden z dwóch sposobów radzenia sobie ze swoją sytuacją. Część niepełnosprawnych dzieci będzie uciekała od świata, będzie jak ślimak chowała się w swojej skorupce. Inna część przyjmie swoją mniejszą sprawność jak wyzwanie. Będzie walczyła o swoje miejsce w życiu, będzie kompensowała swoje braki na różne sposoby, będzie podejmowała te wszystkie kierunki działań, jakie podejmują osoby sprawne. Takim niepełnosprawnym dzieciom, a właściwie dopiero młodzieży, zazwyczaj towarzyszy słuszne przekonanie, że to one są bardziej wartościowe, bo swoje sukcesy okupiły większym wysiłkiem.

Znam takie osoby. I nie mają one poczucia mniejszej wartości. Nie odczuwają słabości, ale moc. Wszystkie te znane mi osoby miały wspaniałych wychowawców (nieraz byli to także rehabilitanci, nieraz lekarze). Uogólniając – byli to wychowawcy, którzy stawiali wymagania, zarazem nagradzając wysiłek. I którzy wierzyli, że dziecko da sobie radę. A rodzice po prostu kochali. I to połączenie miłości i mądrości dało wspaniałe rezultaty.

IRENA OBUCHOWSKA

Z KSIĄŻKI „KOCHAĆ I ROZUMIEĆ” CZ. II



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Las dobry na wszystko

Od dziecka zawsze chodziłem na spacer z rodzicami do pobliskiego lasu. Drzewa to lekarstwa duszy i ciała, można się do nich przytulić, to poprawia samopoczucie. Brzoza jest dobra na ból głowy, bliskość z tym drzewem powoduje że dolegliwość znika jak ręką odjąć. Pamiętam, zawsze w czerwcu chodziłem z mamą na jagody. W roku 2016 był ich prawdziwy wysyp.

Osoby niepełnosprawne posiadające kartę parkingową mogą sobie wjeżdżać samochodem w głąb lasu, gdzie zwykli użytkownicy drogi mają zakaz poruszania się pojazdami mechanicznymi. Stwarza to niepełnosprawnym duże możliwości przemieszczania się w trudnym terenie, a przez to mogą podziwiać piękno natury, czyste powietrze, spokój, śpiew ptaków. Mogą naprawdę wypocząć blisko domu.

Zimą chodziłem na wycinkę do lasu, by pomóc rodzicom. Ze względu na moją niepełnosprawność nie byłem w stanie wykonywać ciężkich prac leśnych, ale w lekkie zajęcia zawsze się angażowałem. Przemieszczanie się w głąb w lasu jest bardzo uciążliwe dla osoby, która ma problemy z poruszaniem się, więc wybierałem główne szlaki leśne lub wyciągałem drzewo z lasu za pomocą ciągnika; w tym akurat moja niedyspozycyjność nóg mi nie przeszkadzała, ponieważ tylko kierowałem, a dodatkowo bardzo to nam pomogło i ulżyło w pracy.

Mój śp. ojciec bardzo lubił spędzać czas w lesie, zarówno w pracy jak i podczas odpoczynku. To było jego całe życie. W lesie jest pięknie niezależnie od pory roku. Zimą jest w nim cieplej, wiosną czuć zapach budzącej się przyrody do życia,

latem daje schronienie przed upałem i dusznością. Jesienią natomiast są przepiękne krajobrazy, które uwieczniałem moim aparatem fotograficznym.

Jednak las niesie także ze sobą zagrożenie. Nie mam na myśli lęku przed ludźmi czy zwierzętami. Bardzo groźne są jednak kleszcze, niebezpieczne dla zdrowia i życia człowieka. Po powrocie do domu z krainy drzew trzeba koniecznie dokładnie obejrzeć swoje ciało, czy przypadkiem kleszcz nie wpił się w nas. Jeżeli tak, to natychmiast trzeba zgłosić się do ośrodka zdrowia i wykonać badania na obecność jego truteczny w organizmie.

Drugim zagrożeniem jest zagubienie się w lesie. Przeważnie zdarza się to w czasie zbierania grzybów. Byłem dwa razy świadkiem takiej sytuacji. Byłem jeszcze dzieckiem, gdy w październiku późną porą nagle przyszli do naszego domu ludzie z prośbą, pomoc ponieważ w lesie został członek ich rodziny i nie wiedzą, co mają dalej robić. Moi rodzice pojechali go szukać, szczęście, że się szybko odnalazł. W lesie wszystko wygląda tak samo, nie ma żadnych znaków, a gdy jeszcze pogoda jest pochmurna, to nieszczęście gotowe.

KRYSTIAN CHOLEWA



Chórzyści – seniorom

Czy można podróżować nie wychodząc z domu? Co to właściwie znaczy „podróżować”? Czy chodzi tylko o przemieszczanie się, czy także, w naszym przypadku, o zdobywanie doświadczenia, dojrzewanie? Na te trudne pytania starali się odpowiedzieć śpiewacy Poznańskiego Chóru Chłopięcego, przygotowując warsztaty dla podopiecznych poznańskich domów pomocy społecznej, które odbyły się w okresie od października 2019 roku do marca roku 2020.

Skąd pomysł warsztatów i jaki związek ma śpiewanie z podróżowaniem? Odpowiedź jest prosta – jako zespół artystyczny występujemy na całym świecie, odbywając nawet kilkutygodniowe trasy koncertowe. Nie zamykamy się jednak na lokalną publiczność, która może nas posłuchać w wielu miejscach w Poznaniu czy Wielkopolsce. Podróżując, zabieramy naszą muzykę w odległe zakątki świata. W swojej działalności śpiewaczej przemieszczamy się także po epokach muzycznych i stylach. Publiczność, która spotyka się z nami na koncertach, jest bardzo różnorodna. To, dla kogo zaśpiewamy ma związek z wykonywanym repertuarem oraz miejscem koncertu.

Jednak nie wszyscy, którzy chcieliby nas posłuchać mają taką możliwość. Czasem bardzo trudne jest dotarcie do kościoła lub sali koncertowej. Wobec tego postanowiliśmy pojawić się wśród publiczności, która, być może, jeszcze nas nie zna, a której muzyka może sprawić przyjemność.

Organizując warsztaty dla mieszkańców domów pomocy społecznej, stworzyliśmy krótką prezentację o naszych najdalszych podróżach, by odpowiedzieć uczestnikom o tym, co przeżyliśmy, co nas zaskoczyło, a co bardzo się spodobało. Chórzyści bardzo chętnie odpowiadali na pytania, komentowali zdjęcia z Tajwanu czy Boliwii. Była to okazja do usłyszenia ciekawostek nie tylko o podróżach, ale także o naszym zespole. Stwierdziliśmy wspólnie, że podróżować można słuchając utworów pochodzących z tradycji innych

kultur oraz że nasze życie jest podróżą. Utwory muzyczne mogą nam przypominać dobre zdarzenia, przywoływać ludzi, których pamiętamy oraz miejsca, w których byliśmy. Prezentacja była przeplatana utworami przygotowanymi przez nas w ramach tego projektu.

Część uczestników już w tym momencie włączała się do wspólnego śpiewu. Założeniem warsztatów było nie tylko wysłuchanie nas jako zespołu artystycznego, ale przede wszystkim zrobienie czegoś razem, spędzenie ze sobą czasu. Wybraliśmy za-

tem utwór „Dozwolone od lat osiemnastu”, nad którym pracowaliśmy wszyscy – łącznie z opiekunami i terapeutami. Warsztaty miały formę otwartą, co oznacza, że każdy był mile widziany. Doświadczenie, które zdobyliśmy, sprawiło, że staliśmy się bardziej elastyczni i dopasowaliśmy formę warsztatów do potrzeb naszych uczestników.

Jak oni nas odebrali? Podczas rozmów w trakcie i po warsztatach usłyszeliśmy mnóstwo dobrych słów – mieszkańcy domów pomocy społecznej chętnie wzięli

udział w zaproponowanych przez nas wydarzeniach. Stały się one czymś odmiennym od codziennych zajęć. Kontakt z chórzystami sprawił, że poczuł energię i życzliwość, która towarzyszyła warsztatom. Dla nas, jako zespołu, to międzypokoleniowe spotkanie było okazją do rozwinięcia w sobie empatii i wrażliwości. Poza tym odwiedziliśmy osoby, które na co dzień nie mogą wziąć udziału w wydarzeniach artystycznych. Okazało się, że jednak muzyka dociera wszędzie i niesie ze sobą młodość.

IGA JAGODZIŃSKA



FOT. (2X) NATALIA IDZI

Codziennie pod górę⁽⁹⁾

Co będzie za miesiąc? Nie wiem. Jak zmieni się obecna sytuacja zagrożenia zdrowia i życia ludzi? Dziś chcę podzielić się tym, co przeżywałam, co przeżywam i co, mam nadzieję, będzie mi dane przeżyć w przyszłości. Zawsze starałam się być optymistką, więc pierwsze informacje o pojawieniu się koronawirusa na świecie przyjąłam bez lęku, jedynie ze współczuciem. Tyle osób umiera w Afryce z głodu, a tu jeszcze wirus rozprzestrzeniający się po dużych obszarach i niosący śmierć.

Więść o dotarciu epidemii do Polski, zachwiała moim optymizmem, a gdy wirus pojawił się w moim województwie, w miejscowości koło której mieszka mama Marka, zaczęłam odczuwać lęk. Zrozumiałam, że to jest moment, gdy muszę całą moją wiedzę wykorzystać do tego, by pomóc sobie i bliskim radzić sobie w tej sytuacji. Bałam się, gdy córka mojej bliskiej koleżanki, z którą chodzimy na spacerzy z psami, dostała gorączki powyżej 38 stopni. Teraz czuje się już dobrze, ale jej cała rodzina kicha i kaszle, łącznie z moją znajomą.

Są chwile, gdy czuję się bezradna i nie wiem, co robić. Gdy na spacerze koleżanka powiedziała mi o tej sytuacji, poczułam złość, że spotkała się ze mną nie wiedząc jaka jest przyczyna gorączki córki. Do tej pory nie wiem przecież, czy to faktycznie nie koronawirus i czy ja nie jestem zarażona bezobjawowo. Obecnie wychodzę z domu tylko na chwilę z psami, unikam ludzi, zakupy robimy raz w tygodniu, a poza tym nie opuszczamy mieszkania. Marek jest po zatorze płucnym, to potęguje mój lęk. Kilka lat temu na OIM-ie walczył o życie. Chcę wierzyć, że jego nie dotknie choroba.

Staram się dbać o zdrowy styl życia. Jeszcze przed epidemią zmieniłam dietę – jem więcej warzyw i owoców, mniej mięsa, produkty podnoszące odporność, jak miód, cebula, kiełki zbóż. Mama Marka obdarowała nas czosnkiem. W dzisiejszych czasach izolacja nie jest dokuczliwa, przynajmniej dla mnie. Oboje z Markiem pracujemy w domu zdalnie, mamy nasze własne dwa kundelki, Internet, ponad 200 kanałów telewizji oraz mnóstwo sposobów na kontakt z rodziną i znajomymi. Mamy co



FOT. KAROLINA KASPRZAK

robić, to ułatwia radzenie sobie z lękiem. Ostrożnie korzystamy z dobrodziejstw informacji na temat sytuacji na świecie. Każdego dnia sprawdzamy, co nowego, ale nie katujemy się od rana do wieczora poszukiwaniem informacji na ten temat.

Pomimo tego racjonalnego podejścia, są sytuacje, gdy lęk popęła powoli i chwyta za gardło. W niedługim czasie, właśnie po spacerze z ową koleżanką, której córka miała gorączkę, Marek poczuł duszności. Zdarza mu się to od czasu zatoru i niekiedy występuje u niego wrażenie gorączki, choć termometr nic nie wykazuje. Tak było i tym razem. Ale obecna sytuacja zmieniła mój sposób reagowania. Gdy Marek powiedział, że źle się czuje, duszno mu i chyba ma gorączkę, 10 minut mierzenia temperatury ciągnęło się w nieskończoność. Starałam się zachować spokój, nic nie mówiłam. Czułam jak ciśnienie powoduje ucisk głowy i szum w uszach, czułam dławiący ucisk w sercu... 36,7 stopni. Powietrze zeszło ze mnie, jak z przekłutego balonu. Nie wstydę się napisać wam, co robiłam w ciągu tych 10 minut, choć nie wszyscy wierzą w takie metody, a niektórzy uważają je wręcz za wiarę w magię.

Zastosowałam medytację i wizualizację. Wyobraziłam sobie termometr wskazujący normalną temperaturę ciała i trwałam przy tym wyobrażeniu, ignorując to, co pod wpływem strachu działało się z moim organizmem. Żeby odwrócić swoją i waszą uwagę od lęków, wynikających z obecnej sytuacji, na-

piszę co nieco o metodzie wizualizacji. Może ktoś inny również z niej skorzysta, gdy będzie miał trudny dzień.

W technice wizualizacji szczegółowo wyobrażamy sobie coś: zazwyczaj przedmiot lub całą sytuację. Ważne, aby być przy tym zrelaksowanym, a nasz obraz był jak najbardziej szczegółowy. Wizualizację często stosuje się w celach relaksacyjnych lub motywacyjnych: wyobrażanie sobie swoich marzeń – pożądanego przedmiotu, na przykład samochodu, czy rezultatu działań, na przykład zdania egzaminu sprawia, że osiągamy cel.

Brzmi to faktycznie jak magia, ale kiedy w Internecie tyśiące osób zaczęło dzielić się doświadczeniami pozytywnych rezultatów tej metody, postanowiłam i ja, spróbować. Zaczęłam o niej czytać i doszukałam się naukowych podstaw owej magii. Okazało się, że wizualizację zaczęto stosować nie tylko w sporcie, co było dosyć znane, lecz również pomocniczo w procesie leczenia. Sportowcy, ćwicząc codziennie kilkakrotnie wyobrażają sobie cel, jaki chcą w swojej dyscyplinie osiągnąć: narciarz w swoich wizualizacjach tworzy obraz siebie osiągniętego na skoczni rekord.

Ciekawie wygląda możliwość zastosowania wizualizacji w procesie leczenia. Dr Joe Dispenza – badacz, autor i nauczyciel opowiadał swoją historię w trzydziestu dwóch krajach na pięciu kontynentach. Pomógł tysiącom ludzi przeprogramować mózg i wprowadzić trwałe, dobre życiowe zmiany. Jako naukowiec bada zjawisko spontanicznych

uzdrowień z chorób powszechnie uznawanych za nieuleczalne i rolę, jaką w tym procesie odgrywa medytacja i wizualizacja.

Po wypadku, gdy Joe otrzymał informację, że nie będzie mógł się poruszać, tygodniami codziennie stosował wizualizację. Kręgi po kręgach wyobrażał sobie swój zdrowy kręgosłup. Początkowo miał problemy ze skupieniem i utworzeniem obrazu. Posługiwał się informacjami medycznymi, by odtworzyć odcinek po odcinku. Po kilku tygodniach uszkodzone kręgi zaczęły się regenerować, aż po roku doprowadziło go to do pełnego zdrowia. Posiada potwierdzającą te rezultaty dokumentację medyczną.

Poruszył mnie ten przypadek, ale jako niedowiarek, zaczęłam poszukiwać naukowych wyjaśnień tego zjawiska. Napisałam o tym artykuł, który ukaże się w majowym numerze magazynu „Zdrowie prosto z natury”. Tak radzę sobie w tym trudnym czasie. Staram się też rozmawiać z rodziną i znajomymi: słuchać o ich lękach i obawach, ale nieść też nadzieję, że przestrzeganie zaleceń i dbanie o odporność pomoże nam przetrwać ten czas.

Często myślę, że jest to czas na rozmyślanie nad moją ulubioną filozoficzną maksymą: „wszystko jest po coś”. Casy pandemii i innych kryzysów zawsze wiążą się ze zmianą świadomości, zrozumieniem tego, co tak naprawdę w życiu jest ważne. Ten dziwny czas poprzez atak koronawirusa pokazuje, że to co wydawało się niemożliwe, staje się możliwe: dużo osób przestało spieszyć się do pracy i poświęcać jej całe dnie, rodziny spędzają czas razem, rozmawiają, wspierają się. Jest to trudny czas dla tych, którzy chorują, gdzie rodziny i bliscy ulegli zakażeniu, dla tych, co stracili pracę oraz zyski.

Wierzę, że ten czas nauki i zrozumienia przyniesie owoce. Chcę ufać, że po tak ciężkich ofiarach jak tysiące zmarłych, świat nie wróci do starych mechanizmów, utartych schematów działań, popełniania w kółko tych samych błędów. Życzę wam zdrowia i pogody ducha. Spotkajmy się za miesiąc. S.A.

Losy niewidomych

520 stron – tyle dokładnie liczy książka pod tytułem: „Ich trzecie oko” autorstwa Marka Kalbarczyka, człowieka niewidomego, którego artykuły publikowane są niemal w każdym numerze naszego miesięcznika. Czy żyjąc w świecie internetowych pokus lajkowania, retweetowania i screenowania uda nam się znaleźć motywację, by sięgnąć po tak obszerną pozycję wydawniczą i zagłębić się w jej treść?

Lekturę ułatwiają krótkie rozdziały. „Ich trzecie oko” to powieść, a może raczej opowieść, o świecie dotyku i dźwięku. O losach czterech rodzin, zróżnicowanych w systemach wartości, stylach życia i poglądach religijnych, przed którymi los postawił konieczność podejmowania trudnych decyzji. O ludziach, którzy urodzili się z niepełnosprawnością narządu wzroku bądź tracili wzrok stopniowo. Czy jest owe „trzecie oko” i dlaczego zostało przez autora książki tak właśnie zdefiniowane?

„Jako że nie widzę, obrazy mam chyba przed czymś w rodzaju trzeciego oka. Co to jest i czy w ogóle istnieje? Otóż istnieje, skoro mam z niego wielki pożytek. Czy to jednak tylko wyobraźnia, czy także intuicja, a może jasnowidzenie – każdy musi sam się przekonać. Gdy zapytać o to niewidomych, każdy odpowie co innego. Dla jednych to tylko umiejtność przekształcania bodźców docierających do innych zmysłów na wyobraźniowy obraz. Dla innych – intuicja, czyli zgadywanie co gdzie jest i jak wygląda to, czego nie widzimy. (...) Są też tacy, którzy nie mają przed oczami nic, żadnego obrazu. Chyba nigdy nie wierzą, że patrzymy trzecim okiem, dzięki czemu widzimy nawet więcej od patrzących zwyczajnie, chociaż niekoniecznie to rozumiemy” – czytamy we wstępie książki.

Trzecie oko jest zatem swego rodzaju zagadką – intryguje, zaciekawia, skłania do myślenia. Jak odbierają świat osoby całkowicie po-

zbawione wzroku, zwłaszcza te, które nie widzą od urodzenia? Skąd wiedzą, że stół jest okrągły, a szafa kwadratowa bądź prostokątna? W jaki sposób niewidome dzieci uczą się matematyki i ortografii? Jak wyglądał ich świat kiedyś, a jak wygląda dzisiaj? Czy rodzicom udało się osiągnąć najważniejszy cel i wychować je na porządných ludzi?

Skorzystajmy więc z zaproszenia Marka Kalbarczyka i wejdźmy do świata osób z dysfunkcjami wzroku. Akcja książki toczy się w latach pięćdziesiątych i późniejszych ubiegłego wieku, a więc w czasach zniechęconej przez wielu Polaków komuny, czasach socjalistycznych, w których brakowało pieniędzy, towarów na sklepowych półkach, a mimo tego ludzie realizowali swoje marzenia, osiągalni sukcesy, doświadczali również porażek i klęsk. Jacy byli niewidomi dwudziestego wieku i ich bliscy? Czy różnili się czymkolwiek od współczesnych niewidomych? Aby się tego dowiedzieć, należy przeczytać „Ich trzecie oko”. To książka dla każdego i mam wrażenie, że w mniejszym albo większym stopniu również o każdym z nas.

Karty książki wypełniają też dramatyczne wydarzenia – wspomnienia losów bohaterów z czasów drugiej wojny światowej. Ucieczki z domu przed Niemcami, potem dramatyczne powroty do leżących pod gruzami najcenniejszych pamiątek rodzinnych. Powieść – jak zapewnia Kalbarczyk – nie jest niczyją biografią. Przybliża zróżnicowaną codzienność kilku niewidzących mężczyzn – Adama, Eryka, Janusza i Andrzeja. Choć utracili wzrok, udało się im osiągnąć znaczące sukcesy życiowe. „Wzrok to tylko jedna z wielu przyczyn, które powodują, że życie staje się trudniejsze niż by się chciało” – podsumowuje autor w tekście zatytułowanym: „O ludziach, którzy odkryli swoje trzecie oko”, opublikowanym w numerze kwietniowym naszego miesięcznika.

Książka Kalbarczyka otwiera widzącym oczy na świat, którego dotąd nie znali, nie mieli okazji poznać albo świadomie unikali go. Pozwala uświadomić i zrozumieć, że dzięki „trzeciemu oku” osoby z niepełnosprawnościami narządu wzroku widzą więcej – obrazów, ale też nadziei oraz wiary w przyszłość jutra. Adam jest wybitnym matematykiem i fizykiem, fascynuje go metafizyka i parapsychologia. Zadziwiające, z jak wielkim zaangażowaniem, uporem i konsekwencją osoby niewidome potrafią pasjonować się konkretną dziedziną. Niejeden pełnosprawny człowiek nie ma takiej siły woli i motywacji. Skąd te cechy się w nich biorą? Być może odpowiada za nie właśnie „trzecie oko”, czyli coś w rodzaju dodatkowego zmysłu rekompensującego brak wzroku.

Odkąd interesuję się problematyką rehabilitacji zawodowej i społecznej osób z niepełnosprawnościami narządu wzroku na swojej drodze spotkałam wiele osób całkowicie niewidomych albo słabowidzących, niewidzących od urodzenia lub takich, którzy utracili wzrok w wyniku wypadku, wykształconych i mniej wykształconych, aktywnych zawodowo i biernych – bynajmniej nie z wyboru lecz z konieczności. W dawnych czasach wady wzroku, a nawet noszenie okularów, były powodem wstydu. Wówczas o niewidomych nie pisało się (a przynajmniej nie w takim zakresie, w jakim ma to miejsce obecnie), nie opowiadano o ich dokonaniach na sympozjach i konferencjach naukowych, a przede wszystkim mieli oni w znacznym stopniu ograniczone prawo do publicznego wypowiadania się na temat swoich potrzeb, oczekiwań i możliwości. Obecnie jest inaczej, co rzecz jasna wcale nie oznacza, że niewidomym oraz słabowidzącym żyje się bez przeszkód. Żeby przekonać się, że jest im trudno, wystarczy sięgnąć do aktualnych danych na temat liczby osób niewidzących posiadających stałe zatrudnienie. Tak



naprawdę niewielu z nich ma szanse na godne, niezależne i satysfakcjonujące życie. Zalecą tamtych, komunistycznych czasów, były miejsca pracy dla osób z niepełnosprawnościami tworzone przez spółdzielnie inwalidów i zakłady pracy chronionej. Dziś tego praktycznie nie ma. Jest za to pogłębiające się bezrobocie, które spycha utalentowane osoby z niepełnosprawnościami w nurt społecznego nieistnienia. Tymczasem postaci opisane w książce M. Kalbarczyka są znakomitym przykładem, że niewidomi mogą osiągać sukcesy, prowadzić szczęśliwe życie i nieść pomoc słabszym.

„Ich trzecie oko” nie jest jednak utyskiwaniem na minione lata i smutny los osób z dysfunkcjami wzroku. Wprost przeciwnie – tchnie optymizmem pokazując prosty, zwyczajny świat zwykłych ludzi. To właśnie najbardziej ujęło mnie w tej książce. Publikacja uświadamia, co w życiu jest najważniejsze. Bez patosu, bez ogólników i bektolliwego języka. Gdybym nie zaryzykowała, nie otwarta jej, nie przewróciła pierwszej kartki, a potem kolejnych – straciłabym wiele. Tyle o książce, której fabuła mieści się w 520 stronicach.

KAROLINA KASPRZAK



Tomasz
Przybysz
ŻABNO

Hiobowa opowieść⁽³⁾

Pan Edward obiecał, że załatwi mi przyjęcie do liceum bez egzaminów. W połowie sierpnia dowiedziałem się od niego, że zostałem przyjęty. Wolałem się jednak upewnić i zadzwoniłem do sekretariatu z zapytaniem, czy moje nazwisko figuruje na liście osób przyjętych. W odpowiedzi usłyszałem, że... nie zostałem przyjęty, gdyż mojego nazwiska nie ma na liście. Zdenerwowany powiadomiłem natychmiast prezesa, jak się sprawy mają. On na to, że wszystko wyjaśni.

Tymczasem mijały dni i tygodnie. Pod koniec września otrzymałem przesyłkę zawierającą moje dokumenty z adnotacją: „Z powodu nie podjęcia nauki w liceum odsyłamy Pańskie dokumenty...”. Na szczęście Pan Edward uspokoił mnie, że tym razem wszystko jest już załatwione. Trochę to trwało, ale wreszcie na początku grudnia pojechałem do Konstancina pod eskortą rodziców. Byłem lekko podekscytowany i drobnie zdenerwowany, bowiem pierwszy raz miałem zamieszkać w internacie.

Na Dworcu Centralnym w Warszawie zobaczyłem urządzenie, które trochę mnie zaskoczyło – ruchome schody. Dotychczas widywałem je tylko w telewizji. Wchodząc na nie, popełniłem drobny błąd: stanąłem między stopniami, a kiedy schody podjeżdżając w górę, zaczęły się rozjeżdżać, straciłem równowagę i przewróciłem się na plecy. Na szczęście mama jechała za mną, pomogła mi wstać i podtrzymując mnie, dotarła ze mną na górę. Najbardziej zabolą mnie wtedy obojętność ludzi. Zamiast mi pomóc, gapili się tylko na mnie jak na jakiegoś dziwaka. Tylko pewien młody człowiek okazał trochę serca i pomógł mamie mnie podnieść.

Budynek szkoły w Konstancinie był rozległy i w kształcie litery E, do której doczepiono jeszcze dodatkową „nóżkę”. Wszystko oczywiście mieściło się na parterze i zostało doskonale dostosowane do potrzeb osób niepełnosprawnych, także tych, które poruszały się na wózkach inwalidzkich. Drzwi wejściowe otwierały się samoczynnie, w toaletach zainstalowano uchwyty, pokoje również mogły być zamieszkałe przez chorych na wózkach.

Zaraz przy drzwiach wejściowych znajdowała się recepcja, a dalej pomieszczenia biurowe i pracownice komputerowe. Potem stołówka oraz mały kiosk spożywczo-przemysłowy. To była pierwsza „nóżka” litery E. W drugiej „nóżce” mieścił się pokój wychowawców, pokój pielęgniarek, pokoje mieszkalne oraz biblioteka. W trzeciej zaś pokoje mieszkalne, sale lekcyjne i pracownia komputerowa. W czwartej – również pokoje mieszkalne oraz sale lekcyjne. Wszystkie „nóżki” łączył długi korytarz, na początku którego znajdował się sekretariat oraz gabinet dyrektora.

Właśnie do tego gabinetu trafiłem na początku. Musiałem przecież przedstawić mu się i wyjaśnić opóźnienie z przyjazdem do szkoły. Dyrektor okazał się fajnym gościem. Rozmawiając z nim czułem, że się polubimy. Ale przyjemny nastrój prysł jak bańka mydlana po wejściu kierownika internatu. Nie wiem dlaczego, ale odniosłem wrażenie, że uważał mnie za kogoś gorszego od siebie, za muchę, która swoim bzykaniem będzie

mu przeszkadzać. A gdy jeszcze głośno zaczął się zastanawiać, czy dam radę nadrobić zaległy materiał, całkiem już „stracił u mnie punkty”.

Zostałem zakwaterowany w dwuosobowym pokoju, który mieścił się w trzeciej „nóżce” budynku. Zacząłem się rozpakowywać, gdy wszedł jakiś chłopak. W progu popatrzył ze zdziwieniem na mnie i na moje bagaże. Za nim stała dziewczyna, która powiedziała:

– Krzysiek, masz nowego lokatora.

On podszedł do mnie, wyciągnął rękę i przedstawił się:

– Krzysztof jestem.

– Tomek – odpowiedziałem.

Wróciłem do rozpakowywania bagażu, a on wyszedł z pokoju. Rodzice zaczęli zbierać się na autobus do Warszawy i zostałem sam. Ale nie na długo. Po godzinie Krzysiek wrócił do pokoju z dwoma chłopakami.

– Poznaj swoich nowych kumpli. To jest Piotrek, a to Grzesiek. Będziesz z nimi chodził do jednej klasy.

Chwilę rozmawialiśmy, a

później oni poszli do swoich pokoi. A ja wyciągnąłem się na łóżku, aby odpocząć po męczącej podróży.

Pierwsze dni w nowej szkole były nijakie. Trochę nieśmiała mnie nowa sytuacja i fakt, że znajduję się tak daleko od domu, ale ta niepewność szybko znikła. Chyba każdy uczeń czuł się podobnie w nowej szkole. Kiedy zjawiłem się w Konstancinie, było już po lekcjach, więc moje pierwsze spotkanie z klasą nastąpiło dopiero następnego dnia. Rano o siódmej piętnaście mieliśmy śniadanie, a od ósmej zaczynały się lekcje. Przed salą lekcyjną byłem pierwszy. Troszkę podekscytowany, ale nie dawałem tego poznać po sobie. Powoli zaczęli się schodzić pozostali uczniowie. Najpierw przyszły dwie dziewczyny (jedna na wózku), potem jakiś chłopak, znów dziewczyna, dwóch chłopaków... i klasa robiła się coraz bardziej gwarowa.

dalszy ciąg na str. 38 i 39



Dom rodzinny Tomka Przybysza w Żabnie.

ciąg dalszy ze str. 37

Z początku wszyscy mnie obserwowali, lecz z każdą upływającą lekcją moja osoba traciła na zainteresowaniu. Na dużej przerwie podeszli do mnie Piotrek i Grzesiek (których poznałem poprzedniego dnia), zaczęliśmy rozmawiać i nie czułem się już taki wyobcowany. Przedstawili mi każdego ucznia i przynajmniej wiedziałem już, kto jak ma na imię.

Nasza wychowawczyni, pani Anita, poruszała się na wózku inwalidzkim, ale robiła to z takim wdziękiem, że niejedna zdrowa kobieta mogłaby pozazdrościć jej gracji. Z miejsca ją polubiłem. Ona również okazywała mi wiele życzliwości i zrozumienia. Pozostali nauczyciele również byli ok., z jednym tylko wyjątkiem. Tym wyjątkiem okazała się polonistka. Nie wiem, dlaczego, ale zawsze traktowała mnie nieprzyjaźnie. Nie potrafiła zapamiętać poprawnie mojego nazwiska, więc zmieniała je (bez mojej zgody) na „Przybytko”. Podobno taka odmiana była łatwiejsza dla niej do zapamiętania. Chociaż zaskoczyłem ją doskonałym napisaniem pierwszego dyktanda (brakowało w nim tylko dwóch przecinków), jednak z każdym następnym dniem coraz bardziej mnie nie lubiła. Owszem, zdarzało się, że byłem nieprzygotowany do lekcji (gdyż miałem mnóstwo materiału do nadrobienia i czasami nie miałem już siły wciąć się uczyć), ale to nie był powód do takiej niechęci. Doszło do tego, że po kilku tygodniach wręcz otwarcie okazywaliśmy sobie wrogość. No, ale jak być życzliwym dla kogoś, kto pewnego dnia powiedział mi głośno przy całej klasie:

– Wracaj tam, skąd przybyłeś, bo nie chcemy tu kogoś takiego jak ty!

Na szczęście miałem też życzliwe sobie osoby. Poznałem Agnieszkę, która była „internatową opiekunką” naszej klasy (to ta dziewczyna, która była razem z Krzyskiem podczas pierwszego dnia mojego pobytu w szkole, pani psycholog (z którą nieraz odbywałem długie rozmowy), pana Bogdana – właściciela małego kiosku mieszczącego się przy stołówce (jego córka chodziła do naszej klasy), a przede wszystkim całe mnóstwo osób mieszkających w internacie. Niektórzy nie wywarli na mnie najlepszego wrażenia, z niektórymi się zaprzyjaźniłem, ale tak ogólnie to dobrze się tam czułem.

Z Krzyskiem mieszkało mi się znakomicie. Wielokrotnie leżąc w łózkach, gadaliśmy sobie

do północy, opowiadałem mu o Wielkopolsce, a on o morzu (mieszkał a Stargardzie Gdańskim). Kiedyś byliśmy razem w łazience. On się kąpał, a ja go liłem swój młodzieńczy zarost. Zauważyłem, że Krzysiek w gruncie rzeczy wygląda zupełnie normalnie, tylko chodzi tak trochę sztywno i dość wolno. Zapytałem go wtedy:

– Krzysiek, a na co ty właściwie chorujesz? Wiesz, zastanawiałem się nad tym dość często, ale jakoś, ale jakoś nie mogę zgadnąć. Właściwie to nie widać po tobie żadnej choroby.

– Słyszałeś o stwardnieniu rozsianym? To choroba, która powoduje powolny zanik mięśni, nieuleczalna zresztą. Teraz jeszcze jestem w dobrym stanie, ale za pół roku czy za rok mogę trafić na wózek.

– No to możemy sobie podać ręce – odpowiedział mi. – Moja choroba też jest nieuleczalna, też powoli pogarsza moje ruchy, tyle tylko, że mogę jeszcze prędzej trafić na wózek. Mogę jutro się obudzić i będę mógł wstać z łóżka o własnych siłach.

Nie zdawałem sobie wtedy sprawy z tego, że te słowa za kilka miesięcy okażą się prorocze.

I tak upływał dzień za dniem, aż powoli nadeszła Wigilia. Święta spędziłem oczywiście w domu w milej, rodzinnej atmosferze. Na początku 1993 roku wróciłem do Konstancina. Internat przez święta nie był ogrzewany, więc zastałem tam „Syberię”. Przez pierwsze dni wszyscy bez wyjątku oblegali kaloryfery, ale budynek z czasem się ogrzał i znów było ciepło.

Któregoś dnia wybraliśmy się na koncert kabaretu „Otto” w Warszawie. Zajechaliśmy autokarem pod jeden z teatrów. Trochę było problemów z wnoszeniem osób na wózkach do sali, do której prowadziło kilkanaście schodów – na szczęście niskich, ale wreszcie usiedliśmy. Kabaret „Otto” jak zawsze wypadł wspaniale. Później za kulisami mogliśmy poznać wykonawców osobiście, poprosić o autograf, chwilę porozmawiać. Do Konstancina wszyscy wrócili w doskonałych nastrojach.

Mijały dni i tygodnie, a ja miałem coraz większe trudności z nauką. Oprócz materiału bieżącego musiałem nadrobić zaległości, a im więcej się uczyłem, tym mniej wiedziałem. Pod koniec marca doszedłem do wniosku, że nie ma sensu dalej się męczyć ponad siły i stwierdziłem, że czas wracać do domu. Na tę decyzję wpływ miało również pogorszenie się stanu moje-

Hiobowa

go zdrowia (miałem coraz większe trudności z chodzeniem). Z wielkim żalem pożegnałem się z mieszkańcami internatu, ze znajomymi, przyjaciółmi, nauczycielami (choć w oczach mojej polonistki wyczytałem wielką ulgę). Tym razem czekałem cierpliwie na rodziców i po czterech miesiącach pobytu w Konstancinie wróciłem do domu.

Zdrowie pogarszało mi się w bardzo szybkim tempie. Choroba gwałtownie zaatakowała moje nogi, czyniąc je coraz słabszymi i sztywniejszymi. Czasami nie mogąc utrzymać równowagi, przewracałem się, a każdy z tych upadków przyspieszał rozwój choroby i sprawiał, że coraz bardziej traciłem władzę w nogach. O dziwo, ręce miałem przez te wszystkie lata sprawne na tym samym poziomie, co po wyjściu ze szpitala, choroba skoncentrowała się głównie w biodrach i nogach.

W październiku 1993 roku trafiłem z mamą do gminnej biblioteki po nową porcję książek. Było tam strasznie gorąco, a ja okryty grubą, ortalionową kurtką, idąc między regałami, poczułem nagle, że robi mi się ciemno przed oczami i... straciłem przytomność w momencie upadku na podłogę. Mama z panią bibliotekarką natychmiast zaczęły mnie cucić, ale nie odzyskiwałem przytomności. Dopiero masaż serca doprowadził do tego, że otwarłem oczy i spytałem „Co się stało?”.

Przyjechała karetka pogotowia, a gdy lekarz zobaczył, w jakim jestem stanie, natychmiast kazał mnie położyć na noszach i pojechaliśmy do szpitala w Śremie. Tam zostałem przez tydzień na obserwacji z podejrzeniem lekkiego wstrząsu mózgu. Ten tygodniowy pobyt przypomni mi początki mojej choroby i dwa lata spędzone w poznańskich szpitalach. Dwa razy dziennie miałem podawaną kroplówkę, brałem również sporo tabletek, na dodatek byłem na diecie (choć mój żołądek wciąż domagał się porządnego posiłku). Ale rodzina odwiedzała mnie dość często, przywieźli mi też książki, więc nie czułem się tam tak źle.

Po tygodniu mogłem wrócić do domu. Tamten upadek nie był jednak obojętny dla mojego zdrowia. Miewałem bóle głowy, a nogi słabły coraz bardziej. Dwa miesiące po tym wypadku

(w sylwestra 1993 roku) miałem już zablokowane stawy, że nie byłem w stanie zejść o własnych siłach ze schodów. Ostateczny kres samodzielnego chodzenia nastąpił trzy dni później – 3 stycznia 1994 roku. Nie miałem już siły, aby samemu wstać z łóżka, dopiero przy pomocy ojca udało mi się podnieść, jednak moje nogi były już za słabe, aby mnie dźwigać.

I tak oto zostałem skazany na długie tygodnie samotności. Nikt z moich rówieśników nie przyszedł mnie odwiedzić, zapomnieli o mnie wszyscy, a ponieważ chodzenie bardzo mnie męczyło (nie mogłem w stanie zrobić więcej niż kilka kroków), więc pozostało mi tylko siedzenie w pokoju, oglądanie telewizji (która bardzo szybko mi się znudziła), czytanie książek (co kilkanaście dni miałem przywózoną z biblioteki nową porcję lektury) oraz zabawa „namiastką komputera” – moim ukochanym Commodore 64. Dopiero po około czterech miesiącach samotności przyszedł do mnie pierwszy gość z wizytą. Były to koleżanki z sąsiedztwa, lecz nie czując się zbyt dobrze w moim towarzystwie (nie wiedziały, o czym ze mną rozmawiać), wkrótce poszły.

Mama oczywiście starała się o wózek inwalidzki, lecz trwało to bardzo długo. Ta wszechobecna biurokracja, która bardziej utrudniała życie osobom niepełnosprawnym, niż im pomagała, oczekiwanie na sprowadzenie wózka z Warszawy, niepewność, czy będzie dla mnie odpowiedni – to wszystko sprawiało, że każdy dzień zdawał się wiecznością. Po pięciu miesiącach oczekiwania otrzymałem wreszcie swój wymarzony pojazd. Kiedy po raz pierwszy wyjechałem na dwór, słońce niemal mnie oślepiło, a zapach świeżego powietrza zaparł mi dech w piersiach. Z początku wręcz bałem się jeździć na spacer, gdyż ludzie, których mijałem, nieznosnie się na mnie gapili. W Żabnie nie było poza mną osób niepełnosprawnych na wózkach, więc dla mieszkańców stanowiłem „nowość”. To mnie tak bardzo onieśmielało, że na spacer z reguły wyjeżdżałem wieczorami. Ale wkrótce ludzie oswoiли się z moim widokiem i nie budziłem już takiej sensacji.

opowieść⁽³⁾

V.

Na początku 1995 roku poznałem pana Franciszka, prezesa poznańskiej Fundacji Pomocy Dzieciom Niepełnosprawnym. Słyszając o moim zamiłowaniu do komputerów, zaczął mnie namawiać do kupna owego „cudu techniki”, dzięki któremu mógłbym znaleźć sobie jakąś pracę. Niestety, stan finansowy mojego portfela był opłakany i tymczasowo nie było mnie stać na kupno wymarzonego urządzenia.

Pan Franciszek zaproponował mi również wyjazd w lipcu na kolonię. Miał to być dwutygodniowy pobyt w Skokach – miejscowości niedaleko Wągrowca, gdzie byłem trzy lata wcześniej pod opieką „Startu”. A ponieważ od tamtej pierwszej kolonii nie wyjeżdżałem nigdzie (gdyż pobytu w Konstancinie nie mogę żadną miarą zaliczać do wyjazdu wypoczynkowego), zgodziłem się bez wahania, tym bardziej, że Ośrodek Pomocy Społecznej zrefundował mi część kosztów pobytu.

Miały to być moje pierwsze kolonie ma wózku. Trochę się obawiałem, jak to będzie, jednak jechałem pełen dobrej myśli i w doskonałym humorze. Ale ponieważ choroba usztyniała mnie w pozycji półleżącej, więc nie mogłem podróżować autokarem wraz z innymi. Na miejsce zawieźli mnie rodzice. Nie spieszyliśmy się wcale, po drodze zatrzymaliśmy się na przydrożnym parkingu na obiad, przyjechalismy do Skoków z małym opóźnieniem. Wszyscy byli akurat na obiedzie, więc miałem czas, aby rozejrzeć się po swoim nowym „domu”.

Ośrodek był przestronny, położony w pięknej okolicy nad jeziorem, a co najważniejsze – przystosowany – choć w niezbyt dużym stopniu – do osób poruszających się na wózkach inwalidzkich. Zrobił na mnie pozytywne wrażenie i uznałem, że będę się tu dobrze czuł. Pokój dzieliłem z trzema innymi chłopakami. Na początku panowało w nim milczenie, lecz wkrótce lody zostały przełamane. Na apel do stołówki zawiózł mnie jeden ze współlokatorów – mój

imiennik Tomek, którego otąd traktowałem jak młodszego brata. Kiedy już zebrała się cała kolonia, pomyślałem sobie: towarzystwo urozmaicone wiekowo, okolica ładna, jezioro pod nosem, zatem na nudę nie będzie powodu narzekać.

Chwilę później mój wzrok padł na wychowawczynię. Jedną z nich zrobiła na mnie wielkie wrażenie. Dosłownie dech mi zaparło. Jeszcze nigdy nie spotkałem tak cudownej istoty (piszę „istoty”, bo wydawała mi się taka nierealna jak anioł – i ja anioł nieziemsko piękna). Była drobną, niską dziewczyną o włosach spadających na ramiona, koloru świeżo wyłuskanych kasztanów. Miała niesamowicie zgrabną figurę, miękkie rysy twarzy, bardzo delikatne dłonie oraz intensywnie zielone oczy. Przez chwilę przemknęła mi przez głowę myśl, że oto anioł zstąpił z nieba, aby zaopiekować się zdeformowanymi śmiertelnikami.

Zaczął się podział kolonistów na grupy, a ja wciąż nie mogłem oderwać wzroku od „mojego” anioła. Chciałem bardzo, aby zaopiekowała się naszą grupą, zacisnąłem więc kciuki i intensywnie prosiłem Boga o spełnienie mojego marzenia. I oto stał się cud! Widocznie tego dnia w niebie był „Dzień Dobroci dla Niepełnosprawnych” i moja prośba zastała spełniona. Jako jeden z ostatnich kolonistów zostałem przydzielony pod opiekunkę skrzydła „mojego” anioła.

Wróciliśmy już do pokoju, gdy ktoś zapukał do drzwi. Po chwili weszła nasza opiekunka. Z bliska wydawała się jeszcze piękniejsza i znów poczułem, że serce znów galopuje mi w piersi. Popatrzyła na mnie pięknymi oczami i powiedziała:

– Mam na imię Agnieszka i przez najbliższe dwa tygodnie będę zastępowała ci mamę.

Oddałbym pół życia, aby te dwa tygodnie nigdy się nie skończyły – pomyślałem wtedy. Agnieszka zabrała się do rozpakowywania moich rzeczy, a zapytawszy mnie, jak ma się mną opiekować, usłyszała w odpowiedzi:

– Jest bardzo niewiele rzeczy, które mogę wykonywać sam. Właściwie mogę tylko umyć się i najeść samodzielnie, proszę mnie traktować jak dużą lalkę – powiedziałem z uśmiechem.

Odwzajemniwszy mój uśmiech, Agnieszka rozpakowała do reszty moją torbę i poszła do swojego pokoju. Zostałem sam z książką w ręce, marzeniami i odrobiną radości w sercu.

Pierwsze dni pobytu upłynęły mi jak we śnie. Gdyby ktoś mnie uważnie obserwował, zauważyłby, że z moich oczu powoli znika smutek, a zaczyna promieniować szczęście. Agnieszka dbała o mnie tak, iż wydawało mi się, że trafiłem do raju. Już następnego dnia po przyjeździe przyszła do mnie rano i zapytała o szczoteczkę do zębów. Gdy odpowiedziałem, że zapomniałem, kupiła mi ją w kiosku razem z miętowym płynem do płukania zębów. A ponieważ nie mogłem unieść rąk do twarzy (myłem się specjalnie przystosowaną gąbką), usiadła na moim wózku i powiedziała:

– Teraz otwórz usta, jak możesz najszerzej, i zabieramy się za twoje zęby. Tylko nie tykaj za dużo pasty, bo nie będziesz mi później jadł obiadu.

Z roześmianymi oczami zaczęła mi szorować zęby, a ponieważ miałem lekko przekrwione dziąsła, więc szczoteczka po chwili zrobiła się różowa. Kiedy już uznała, że wystarczy tego dobrego – wypłukałem resztki pasty wodą, a następnie otrzymałem płyn do płukania. Wziąłem łyk i... świeczki stanęły mi w oczach. Był tak osty, że nie mogłem złapać oddechu. Dopiero z ulotki informacyjnej dowiedzieliśmy się, że ten płyn należy rozcieńczać wodą.

Codziennie nakładano mi ziołowe maseczki, które miały poprawić nienajlepszy stan mojej cery. Robiła to Agnieszka na zmianę z pielęgniarką Moniką. Zamykałem oczy i po dotyku usiłowałem odgadnąć, która z nich bawi się w kosmetyczkę. Nigdy nie miałem jednak żadnych trudności z rozróżnieniem dłoni Moniki od Agnieszki. Monika

bardzo delikatnie wklepywała maseczkę, ale robiła to dość szybko. Natomiast Agnieszka nigdy się nie spieszyła, jej delikatne dłonie muskały moją twarz jak skrzydła motyla i po każdej jej maseczce czułem się cudownie.

Pewnego razu kierownik kolonii, pan Marek, wszedł do naszego pokoju podczas jednego z takich zabiegów kosmetycznych, a widząc jak Monika oklepuje mi twarz zaaplał:

– Jak ty możesz, Tomku, pozwalasz tak bić się kobietom?

Na co mu odpowiedziałem:

– Wie pan, jak to jest, najpierw pobije, a potem przytuli...

Kiedyś zdarzyło mi się troszkę przysnąć na balkonie na słońcu. Obudziła mnie Agnieszka, weszła do pokoju i bez słowa pokazała mi lusterko. Spoglądała na mnie twarz czerwona jak burak, na szczęście jeszcze bez bąbli. Monika przyniosła jakąś piankę przeciwko oparzeniom słonecznym i zaraz rozsmarowała ją na poparzone miejsca. Mimo to przez cały dzień nie czułem się najlepiej, a wieczorem dostałem sporej gorączki. Poparzona twarz bardzo mnie bolała i nie mogłem nawet spać, więc Agnieszka robiła mi kompresy z mokrej gazy; przynosiły ulgę, chociaż byłem tak rozpalony, że kompres po trzech minutach był już całkowicie suchy. Potem siedziała przy mnie do późnej nocy, aż przestała mnie tak bardzo palić twarz i zasnęłam.

Agnieszka wkładała w opiekę nade mną całe swoje serce i żadne słowa nie opiszą szczęścia, które mną owładnęło. Każde dotknięcie jej delikatnych dłoni przeszywało mnie dreszczem, każdy jej uśmiech był jak dar z nieba. Zresztą jej oczy zawsze błyszczały jakimś nieziemskim blaskiem. Gdy tylko Agnieszka przychodziła do mnie, z mojej twarzy nie znikał uśmiech, wpatrywałem się w jej zielone oczy i w moim sercu rodziło się uczucie, którego nigdy jeszcze nie zaznałem. Po raz pierwszy poczułem delikatny smak miłości. Zdawałem sobie jednak sprawę z tego, że powoli zamieniam się w roślinę, gdyż moja choroba coraz bardziej mnie paraliżowała, i że nie mam prawa pokochać takiego anioła.

cdn.

KATARZYNA BARTOSIAK
ŻMIGRÓD

*Oddycham lotem
wolnego ptaka,
krople deszczu
zbieram do kieszeni
tyle, ile mogę
w niej zmieścić.
Potem siadam na pniu
w ciemnej sieni,
plotę wianki
z mirtu i lilaka
dla niewinnych panien,
dla przyszłych żon
z krain kwiatnych
wschodzącego słońca.
To tam wiatr
posłusznie wianki nosi
z ptakami do każdej
z młodych panien.
A kiedy nurtem rzek
cnotą popłynie
wianek uschnięty
nocą oddania,
wtedy o północy
wierność się spełni
panny kochania.
A ja krople
na nici nawłokę,
ptaki znowu
je w darze zaniósł
tyle razy,
ile zrodzi się dziecię
zimą, latem,
jesienią i wiosną.*

*A ja tylko
te wianki
wyplatam
w cieniu sieni,
bo byłam kochanką.*

CZĘŚĆ 2 LIŚCIK – NIESPODZIANKA

Tyldzia szybko stała się wierną czytelniczką osiedlowej biblioteki. Widocznie dobrze czuła się w królestwie książek, do którego zawitała po raz pierwszy kilka tygodni wcześniej.

Pory roku mijały szybko. Pani Joasia, energiczna i zawsze uśmiechnięta bibliotekarka, zauważyła z czasem, że wizyty dziewczynki i jej mamy przebiegają zawsze według tego samego porządku. Przychodziły niezmiennie w piątki o godzinie 15.30. Przed wejściem do pomieszczenia, będącego dziecięcym działem biblioteki, Tyldzia zawsze wycierała dokładnie buty nie tylko dżdżystą jesienią, kiedy były mocno zabłocone, ale i gorącym latem, gdy lekkie sandały dziewczynki nie mogły przebiec wnieść dużo brudu. Tyldzia wybierała także zawsze ze stosu koszyków zawsze ten sam pomarańczowy i to nawet jeśli znajdował się on na samym spodzie. Dziewczynka wówczas tak długo przestawiała koszyczki, aż udało jej się wydobyć właśnie ten, o ulubionym kolorze.

W końcu zaczynał się pochód czytelniczek. Tyldzia prowadziła swoją mamę zawsze tymi samymi drózkami wijącymi się między regałami. Zatrzymywała się od czasu do czasu, by przejrzeć jakąś książkę lub album, kurczowo ściskając rękę swej opiekunki. Na koniec Tyldzia skierowała się w stronę pulpitu Joasi z wybraną przez siebie książką, podawała ją bibliotekarce razem z kartą czytelnika i czekała na zapisanie książki w systemie komputerowym. Później szybko odbierała ją z ręki bibliotekarki, której jednak nigdy nie spojrzała prosto w oczy. Wzrok Tyldzi padał zawsze gdzieś w bok, jak gdyby dziewczynka zupełnie nie zwracała uwagi na bibliotekarkę. Często jednak obdarzała panią Joasię nikłym uśmiechem, po czym zwracała się w stronę wyjścia. Była gotowa, by wrócić do domu. Taki porządek i kolejność zdarzeń, który można by było nazwać swego rodzaju rytuałem, powtarzał się przez kilka miesięcy. Wizyty Tyldzi i jej mamy przebiegały spokojnie i były zawsze bardzo udane. Niestety, to miało się pewnego dnia zmienić.

Pani Joasia nagle zachoro-

wała i musiała przez tydzień pozostać w domu. Czas dłużył się jej niemiłosiernie, tęskniła za dziećmi i biblioteką. Z wielką więc radością i ze zdwojonym entuzjazmem powróciła do pracy. Cieszyła się zwłaszcza w piątek, gdy znów miała ją odwiedzić Tyldzia i jej mama. Darzyła je bowiem coraz większą sympatią.

Tamtego dnia pani Joasia spoglądała od czasu do czasu na ścienny zegar, który był wyjątkowo dokładny i gdy wybiła 15.30, spojrzała odruchowo w stronę drzwi. W tym samym momencie zauważyła pojawiającą się w drzwiach postać pani Zosi, która z zaniepokojeniem rozglądała się po bibliotece. Jej wzrok padł w końcu na znaną jej dobrze bibliotekarkę.

– Jakże się cieszę, że panią widzę! – wykrzyknęła prawie pani Zofia.

– Co się dzieje? – odrzekła bardzo zaniepokojona bibliotekarka. – Gdzie jest Tyldzia?

– Jest tutaj, na korytarzu. Chodź Tyldziu, jest już pani Joasia. – zachęcała dziewczynkę. Jednak nadaremnie.

– Dlaczego nie chce wejść? – Joasia wystraszyła się nie na żarty. – Może jakoś pomóc?

– Na razie nic nie poradzi mi. Tyldzia musi przez chwilę posiedzieć na zewnątrz. Na pewno nigdzie nie pójdzie, a ja chętnie z panią porozmawiam – zaczęła tłumaczyć mama, po czym zwróciła się do córki: – bądź grzeczna, jestem w środku. W każdej chwili możesz wejść albo zostać na korytarzu.

Najwidoczniej dziewczynka przyjęła ze spokojem informację matki, bo pani Zosia bez niepokoju o córkę podeszła do pulpitu.

– Dobrze, że pani już jest – westchnęła ze smutkiem. – Byłam niestety chora, ale widzę, że stało się coś złego – Joasia wystraszyła się nie na żarty.

– Powiem krótko, tydzień temu przeszliśmy z Tyldzią prawdziwą zgrozę. Wizyta w bibliotece zupełnie się nie udała, najdelikatniej mówiąc.

Kobieta była bardzo przygnębiona.

– Proszę wszystko opowiedzieć ze spokojem, jeśli pani chce – Joasia widziała, że pani Zosi potrzebna jest rozmowa.

– Wydawało się, że wszystko idzie dobrze. Weszliśmy do biblioteki punktualnie, Tyl-

dzia jak zwykle wytarła buty, podeszła do koszyczków i... zaczęło się. Najpierw okazało się, że nie ma pomarańczowego. Jakiś chłopiec zabrał go przed Tyldzią. Skąd mógł biedaczek wiedzieć, że to będzie powodem takiej paniki? Krótko mówiąc, Tyldzia zaczęła krzyczeć, co zdarza jej się zawsze, gdy coś idzie nie tak, jak zwykle. Wy negocjowałam z matką chłopca zamiast koszyczka. Na szczęście nie robiła z tego problemu i o nic nie pytała. Nie każdy reaguje z takim zrozumieniem, zapewniam panią.

Mama dziewczynki zaczęła odczuwać ulgę. Rozmowa z zaprzyjaźnioną bibliotekarką najwidoczniej była jej bardzo potrzebna.

– Czyli udało się pokonać trudności – ucieszyła się Joasia.

– Najgorsze miało dopiero nastąpić. Wprawdzie Tyldzia spokojnie wybrała książkę i podeszła bez niespodzianek do pulpitu. Wtedy się zorientowała, że zamiast pani jest ktoś inny. I się zaczęło! – Pani Zofii ścierpała skórę na samą myśl o tamtych wydarzeniach.

– Przecież moja koleżanka, Monika, jest bardzo sympatyczną dziewczyną. Na pewno była miła i życzliwa – nie zrozumiała Joasia.

– Ależ oczywiście! Nie o to chodzi – zaczęła tłumaczyć mama. – Po prostu najwyraźniej Tyldzia upatrzyła sobie właśnie panią, jako powierniczkę swoich czytelniczych tajemnic – kobieta uśmiechnęła się smutno.

– Przecież ja nic szczególnego, nie robię. Po prostu... jestem. – odpowiedziała Joasia coraz bardziej zbита z tropu.

– Obawiam się, że tego nie da się wytłumaczyć. Być może podoba się Tyldzi pani głos, może coś innego. Chyba nigdy się tego nie dowiemy.

– Być może, gdyby Tyldzia była uprzedzona, że mnie nie będzie, byłaby spokojniejsza?

– To możliwe – odparła pani Zosia. – Nikt przecież jednak nie planuje choroby.

Zapadła wymowna cisza. Joasia żałowała dziewczynki, która tak bardzo się zawiódła, choć przecież nikt nie był temu winien. Mama tymczasem zastanawiała się, jak tym razem wypadnie wizyta córki w bibliotece.

– No cóż – odezwała się w

Tyldzia

końcu. – Trzeba spróbować. Pójdę porozmawiać z Tyldzią. Wy tłumaczę jej całą sytuację i zobaczymy, co się stanie.

– Czy ja mogę w czymś pomóc? Zupełnie nie wiem, co robić – przyznała Joasia. Jeszcze nigdy nie znalazła się w takiej sytuacji. Nie chciała pogorszyć sprawy swoim zachowaniem lub niepotrzebnym słowem.

– Na razie porozmawiam z córką. Zobaczymy, czy to coś da. – zdecydowała w końcu mama dziewczynki i skierowała się w stronę wyjścia.

Tyldzia siedziała dokładnie w tym samym miejscu i ścisnęła kurczowo książkę, którą zamierzała oddać. Joasia zastanawiała się, jak to się wszystko skończy. Czekala długo na rozwój wydarzeń. Spojrzała na stos koszyczków,

odnalazła pomarańczowy i położyła go na wierzchu. Tylko tak mogła na razie pomóc. Bibliotekarka od czasu do czasu z niepokojem spoglądała w stronę drzwi. Straciła już nadzieję na to, że zobaczy swoją małą czytelniczkę. Nagle zauważyła jasną czuprynę wylaniającą się niepewnie zza framugi. To była Tyldzia. Dziewczynka rozejrzała się dokładnie po pomieszczeniu. Jej wzrok zatrzymał się dłużej na stosie koszyczków. Dziewczynka uśmiechnęła się nieznacznie. Później spojrzała w stronę Joasi i wtedy stała się rzecz niesłychana. Dziewczynka, jak gdyby nigdy nic, weszła do pomieszczenia, chwyciła za koszyk i zaczęła swoją zwyczajną marszrutę między regałami. Najwidoczniej poczuła się na tyle bezpiecznie, by nie potrzebować pomocnej dłoni mamy, którą, oniemiała, obser-

wowała rozgrywająca się na jej oczach scenę.

– Niesamowite – szeptała od czasu do czasu Zosia.

Młoda bibliotekarka była przeszczęśliwa. Wszystko wskazywało na to, że sytuacja wróciła do normy. Tamtego dnia wizyta Tyldzi udała się wspaniale. Dziewczynka wybrała dla siebie album o delfinach i jak zwykle samodzielnie, choć bez słowa, zajęła się wszystkimi formalnościami, jakie były niezbędne, by mogła zabrać książkę do domu. Joasia była pewna, że jej ulubiona czytelniczka uznała wizytę w bibliotece za skończoną. Jednak czekała na nią niezwykła niespodzianka. Tyldzia wyjęła nagle z kieszonki spodni małą karteczkę, dobrze naostrzony ołówek, napisała coś i podała liścik zdumionej Joasi. Ta przeczytała szeptem wia-

domość, która także zadziwiła panią Zosię. Tyldzia napisała tylko parę słów, były one jednak zupełnie wyjątkowe: „Lubie paniom i dziękuję”.

– To naprawdę niesłychane – powiedziała mama, trochę do siebie, trochę do Joasi. – Moja mała pisze liściki jedynie do mnie. Do tej pory nie było mowy o tym, by przekazała jakąkolwiek pisemną wiadomość obcej osobie.

– Jakie jeszcze niespodzianki dla nas szykujesz, droga Tyldziu? – zwróciła się do dziewczynki wzruszona Joasia. Jednak nie otrzymała odpowiedzi.

– Dziękuję pani za wszystko – mama dziewczynki była szczerze wdzięczna bibliotekarce.

– Ależ ja niczego nie zrobiłam – zaśmiała się kobieta.

– Nawet pani nie wie, ile zrobiła dla mojej Tyldzi – odparła na odchodne pani Zosia. Mała czytelniczka bowiem już kierowała się do wyjścia.

cdn.

GRAŻYNA PAWLACZYK
MARIA GAWRON



Rysunek Damiana Bartosza, odwzorowany z oryginału Ralfa Butschkowa.



Zbigniew M.
Nowak
KOŁOBRZEG

Szczygieł⁽²¹⁾

— Bledniesz – zauważył re-
habilitant i nie tylko nie
przyśpieszył, ale zatrzymał
podnoszenie. Rozpiął pasy.
Teraz Hubert poczuł gorąco
spływające mu w nogi i ręce.
Niemal natychmiast ból zaczął
rozsadzać stopy i łydki oraz
dłonie i przedramiona. Siła
bezwładności ściągnęła w dół
jego barki, napinając do granic
wytrzymałości mięśnie grzbie-
tu. Wydęty brzuch spłył od-
dech. Zrobiło mu się duszno i
płatki sadzy zaproszyły oczy.

– Jak ci? – z oddali usłyszał
głos magistra i ledwie dojrzał
zarys jego sylwetki.

Nie miał siły odpowiedzieć.
Nie mógł powiedzieć, że zaraz
krew rozsądzi mu nogi. Nic nie
mógł zrobić. Z wysiłkiem łapał
powietrze.

Zdawało mu się, że wykonuje
rękoma jakieś ruchy i opada na
powrót do poziomu. Po kilku
minutach jego oddech zaczął
się pogłębiać, a wzrok przecie-
rać. Spojrzał na Symonidesa.
Rehabilitant przyglądał mu się
uważnie. Trzymał palec na tę-
nicy szyjnej i mierzył puls.

– Jak się masz? – zapytał.

– Wysoko... byłem? – wy-
mamrzał.

– Piętnaście stopni – rzekł
magister. – Na piętnaście se-
kund podniosłeś się do piętna-
stu stopni.

Po ćwiczeniach Symonides
odprawił go na oddział. Wjechali
do windy razem z długowłosym
chłopakiem. Spojrzeli na siebie
i obaj skinęli głowami, chłopak
uniósł otwartą dłoń i coś powie-
dział, ale Hubert nie usłyszał, co.
Jego słowa zagłuszyła kobieta
w białym płóciennym fartuchu,
która pchała wózek wyglądem
przypominający te z supermar-
ketów. Wózek skrzypiał i wy-
skoczył na progu, wyrzucając w
górę stos książek.

– Witam, panie Symonidesie –
powiedziała, ustawiając się pod
samą ścianą.

– Jak leci, pani Amelio? – za-
pytał magister.

– Cóż, panie Symonidesie –
uśmiechnęła się kobieta. – Duch
jak zawsze ochoczy, tylko to
ciało podle... Jak widać – rzekła,

pokazując zniekształcone arte-
ryzmem dłonie.

– Bola? –

– Ano... Ale w tym wieku?
Czegoż tu oczekiwać? A ty, Ra-
fałku? – zwróciła się do chłopaka.
– Jak się masz?

Teraz z bliska zauważył bli-
zny na jego twarzy.

Winda ruszyła w dół.

– Obłeci – skrzywił się Rafał.
– A pani wciąż poluje na czytel-
ników?

– Czy pani... sprzedaje książ-
ki? – zapytał Hubert, przełamu-
jąc nieśmiałość.

Twarz kobiety się rozpromie-
niła.

– Nie, chłopcze – odparła – ja
ich nie sprzedaję, ja je wypoży-
czam.

– W szpitalu jest biblioteka?
Nie wiedziałem...

– Oczywiście, że jest – po-
wiedziała Amelia. – Na samym
dole, naprzeciwko bufetu. Wiesz
gdzie?

– Nie... ale się dowiem – od-
rzekł.

– Zapraszam codziennie od
dziewiątej do dwunastej. I go-
dzinę po południu, od trzynastej
trzydzieści do wpół do trzeciej
– poinformowała, przyciągając
bliżej wózek.

Winda stanęła. Poczeka-
li chwilę. Wszedł mężczyzna,
wspierając się ciężko na balko-
niku, i ruszyli do góry.

– Ale muszę ci powiedzieć, że
ja dwa razy w tygodniu odwie-
dzam pacjentów na oddziałach.
Więc gdybyś chciał... – Z nadzie-
ją zawiesiła głos.

– Chętnie... – odrzekł, nie mo-
gąc uwierzyć, że gdzieś tutaj jest
bufet, a naprzeciwko biblioteka.

– A jaka tematyka cię interesu-
je? Beletrystyka? Biografie? Może
chciałbyś coś z sensacji, krymi-
nału? Mam niezłe pitawale...

– Chciałbym... raczej... jakiś
album historyczny... encyklope-
dię przyrody... Coś takiego...

– Wiem! – zawołała podeks-
cytowana. – Zaraz, zaraz – rze-
kła, już szukając w koszyku.
– Miałam tu coś, co by... zain-
teresowało... No nie, jednak nie

ma, zostało na dole. A co byś
powiedział...

– Hubert – rzekł. – Na imię mi
Hubert.

– Hubercie... – pokazała dwa
beżowe, dość sfatygowane tomy
– co byś powiedział na Tomasza
Manna? Może być?

– Czarodziejska góra? Czemu
nie? Chętnie przeczytam jesz-
cze raz.

– Tu wszyscy...

Odwrociła się, bo z naprze-
ciwka przez wahadłowe drzwi
dwie pielęgniarki wyjechały
wózkiem, na którym siedziało
kilkoro dzieci. Na nieproporcjo-
nalnie dużych głowach miały
indiańskie pióropusze. Również
chłopczyk, po którego siostra
wróciła, był ozdobiony opaską
z czerwonymi piórami. W ręce z
jedynym palcem trzymał plasti-
kowy tomahawk.

– Na terapię? – zapytała Ame-
lia.

– Do Adeliny... Cały oddział
zamieniła nam w dzikie plemię
Siuksów...

Zaśmiała się.

– Właśnie widzę, same India-
nery.

– Dzieciaki się cieszą...

– Aż tutaj słyhać. Trzeszczo-
ki kochane.

„Obok jest dziecięcy oddział” –
skojarzył odgłosy.

ROZDZIAŁ 22

Właściwie nie wiedział, komu
zawdzięczał perełki – ojcu, ma-
mie czy Adelinie, z którą się
zaprzyjaźnił. A może dostał je
dzięki komuś zupełnie innemu?

Było to w środę, dzień pro-
fesorского obchodu, kiedy z
wyzyn błogiego rozmarzenia do
szpitalnej rzeczywistości ścią-
gnął go anielski głos salowej,
który tak drastycznie kontrasto-
wał z jej fizjonomią:

– Kto tutaj tyle naśmiecił! –
wrzasnęła bezceremonialnie. –
Czy ktoś może mi powiedzieć,
kto tu tak naświinił? – powtórzy-
ła pytanie.

Rozsierdziły ją resztki banda-
ży i gazików oraz puder, który
wysypał się Ance z pękniętego
pudełka.

– Zaraz wizyta, a u tego jak w
chlewie! – krzyczała, zamiata-
jąc podłogę. – Czyj to proszek?

– To talk... – bąknął spod koł-
dry.

– Talk! Też mi różnica!

Zmoczyła mopa i zamasy-
ście przeciągnęła nim po podło-
dze. Przy okazji potrafiła szafkę
i zrzuciła butelkę ze spirytusem.
Ta z hukiem roztrzaskała się na
drobne kawałki i niemal pół litra
alkoholu chlusnęło na boki.

– Jasna dupa! – głośno zakle-
ła. – Jeszcze tego brakło! Ciekawe,
kto tutaj to postawił!

Przez uchylone drzwi zajrzała
Anka.

– Co tu się dzieje, Rózo? – za-
pytała, ścisząc głos. – Wizyta
obok, a ty mięsem ciepasz.

– Bo zobacz sama – salowa
również zniżyła głos. – Ktoś
jeszcze bryndkę strzasnął...

– To zrób aby rynek, resztę
zaś potem, bo już idą – rzuciła
pielęgniarka. – I uchyl okno jak
szeroko – dodała jeszcze i znik-
nęła za drzwiami.

Za chwilę wtoczyła się grupa
wizytujących magistrów i leka-
rzy pod przewodnictwem samej
profesor. Salowa chyłkiem wy-
mknęła się na korytarz.

– A cóż tutaj tak czuć alkohole-
m? – zapytała ordynator, która
z powodu już dobrze widocznej
ciężary najczęściej była na zwol-
nieniu.

– Co ty, Hubert? – zaśmiała
się. – A z pionizacją kruchu, by
nie rzec, że beznadziejnie. Co
pan o tym myśli, panie Symoni-
desie? – Pani profesor najwyraź-
niej obarczała magistra częścią
odpowiedzialności za taki stan
rzeczy.

– Staramy się – bąknął Symo-
nides. Rozejrzał się bezradnie,
po czym dodał: – Pacjent potrze-
buje więcej czasu.

– Aż tak jesteś uparty? – Ordy-
nator spojrzała na niego i znów
wszyscy utkwili w nim wzrok.
Nie lubił, gdy tak mu się przygła-
dali. Czuł się wtedy jak eksponat
na wystawie, jak preparat mi-
kroskopowy albo przyszpilony
okaz chrabąszcza.

– Może brakuje ci kalorii, co?

– dociekała profesor. – Siostrze Marzeno... – odszukała wzrokiem oddziałową. – Pani Marzeno... Jak on jest odżywiany? Ma apetyt?

– Przeciętny. My na podwieczorek dajemy mu dodatkowo szklankę śmietanki.

Białe sylwetki zastygły nad nim, a on speszony czekał, aż pani profesor skończy studiować zapisane na karcie chorobowej wyniki jego ostatnich badań. Jedynie Adelina, koniecznie obecna na profesorskich obchodach, wydawała się nieprzejęta i ukradkiem puszczała do niego oko.

– Chciałabym mieć takie – westchnęła profesor, oddając oddziałowej kartę. Zasepiła się na chwilę, po czym zapytała Symonidesa:

– Jaką pacjent ma pojemność życiową?

W pierwszej chwili zaskoczony magister zmieszał się, ale szybko zapanował nad sobą.

– Dwa i pół tysiąca – odpowiedział z kamienną twarzą pokerzysty.

– Nie za dużo. To wiele tłumaczy... Nad tym koniecznie należy popracować. Proszę poświęcić temu szczególną uwagę – dodała władczym tonem. Jeszcze raz pobieżnie zerknęła na kartę chorobową, po czym chwyciła rękę Huberta. Zgięła i wyprostowała palce.

– Zawsze ustawiają się w takim przykurczu? – zapytała chyba jego.

– Najczęściej... – odrzekł Hubert. Uniósł lewą rękę. Również palce lewej ręki były zaciśnięte. Powoli udało mu się je wyprostować, choć nie do końca. Trochę.

– Te palce trzeba ustabilizować. Nośłeś już jakieś łuski?

Termin „łuski” był mu całkiem obcy.

– Chyba nie... – odparł zakłopotany.

– Chłopakowi potrzebna jest łuska do stabilizacji nadgarstka i ręki – powiedziała profesor i odpowiednio wygięła jego rękę. – O, tak! Widzicie państwo? Tak powinna być usztywniona... – rzekła – w położeniu czynnościowym...

– Za pozwoleniem – włączył się Symonides – nie możemy pacjentowi związywać rąk. Potrzebują ich w czasie codziennych czynności.

Spojrzała na niego wnikliwie,

w milczeniu analizując sens jego słów.

– Unieruchomić? – spojrzeniem zmierzyła pozostałych. – Nie, proszę państwa, nic podobnego. Łuski zalecam na noc. Niech pani, Marzenko, zapisze: łuski. Jeśli będzie potrzeba indywidualnego wykonania, to damy wniosek do warsztatów. Dobrze... – Zamyśliła się.

– Pacjent, pani profesor, skarży się na spastyczność – odezwała się ordynator.

– Bierze coś? Tak, pamiętam, mydocalm... Ma pani jakieś inne sugestie?

– Myślimy o perełkach dla niego.

– Perełki? – zastanowiła się profesor. – Noo dobrze, spróbujcie z perełkami. I zróbcie coś z tą podłogą – dodała zaskakująco oschle, wskazując na ślady po rozsypanym talku.

Wychodząc, minęli salową wspartą na trzonku od mopa. Ordynator ostentacyjnie jej nie zauważyła. Kobieta zaniepokoiła się.

– Mówili coś? – rzuciła jednym tchem, wracając na salę. Rozejrzała się krytycznym okiem. – Jeszcze ta brynda – powiedziała raczej do siebie i czym prędzej podeszła do okna. Szerzej odchyliła już otwarte skrzydło i szeroko otworzyła drugie. – Nic nie gadali? – upewniła się. Bez większego entuzjazmu popatrzyła na podłogę. Gumolit już wysechł i białą plamą znów ujawnił się rozsypany talk. Zabrała się do sprzątania i nawet nie zauważyła wejścia oddziałowej. Drgnęła, gdy usłyszała zadane z wyrzutem pytanie:

– Co się dzieje, pani Rózo? Sala nie była wysprzątana na czas.

– Nie zdążyłam. Zdarzyło się...

– Zdarzyło się nie pierwszy raz! – głos oddziałowej przybrał na sile. – Pytujecie wszystkie w tej kanciapie, a po podłodze kocury fruwają! Tak nie może być! – sztorcowała oddziałową, wcale nie skrepowaną obecnością Huberta. – Pacjenci narzekają na brudne kaczki, przy umywalkach narozlewane, że zabić się idzie! Zostaniecie po godzinach i doprowadzicie wszystko do należytego porządku...

– Tak jest, pani Marzeno – z pokorą odparła salowa głosem, którego wszystkie jej zazdrościły.

Ta uległość wystarczyła oddziałowej. Może nawet sama

miała dość dalszego napominania.

– No! Ja nie będę tolerować brudu na oddziale... – rzekła jeszcze w progu. Stukot jej obcasów oddalił się.

– Brękała... – odreagowała salowa. – Jeszcze myśli, że po godzinach jej zostanie... pukwa chorobno. A idź ty mi w kieretyny! – rzuciła ze złością.

Potem bez słowa wypucowała gumolit, doczyściła szafkę i umywalkę oraz wypolerowała baterię i wiszące powyżej lustro, a także szklany plafon. Umyła nawet drewniany parapet i krzesło razem z oparciem, wcale nie brudne, jak się Hubertowi zdawało. Z rogu pod sufitem wymiotła nić zabłakanej pajęczyny, której jeszcze długo nikt by nie zauważył, i usunęła z szafy równie mało widoczne ślady palców. Na koniec starła kurz z ram portretu chińskiej dziewczyny i sala znów zaślśniła czystością.

Przez chwilę szumiąco mu w uszach. Spodziewał się tego, podobnie jak pewnej słabości. Tymczasem nie osłabł i zaraz uwierzył, że tym razem uda mu się osiągnąć więcej niż zwykle.

– Jesteś na dziesiątym stopniu – poinformował go magister.

„To na początek” – pomyślał.

Stała się panować nad oddechem. Wydawało mu się, że tyle może zrobić. Rytmicznie pracował przeponą i już nadmierne rozciągniętymi mięśniami wypchniętego brzucha. Przemknęło mu przez głowę, że w tej pozycji pojemność jego płuc drastycznie zmalała, że do zera spadła wartość wydechu. Zaczynało mu to doskwierać dużo bardziej niż rozdzierający ból stóp i dłoni. Ten ból starał się bagatelizować, mimo że wyraźnie czuł krwawienie z pięt. Braku tlenu nie dało się zlekceważyć.

Bardzo chciał pokonać jeszcze kilka stopni – z dziesięć... z siedem...

Wtedy przez któreś z otwartych okien na salę wleciały trzy synogarlice. Niektórzy pacjenci przerwali ćwiczenia i przyglądali się, jak ptaki przelatywały od ścian do ścian, przysiadając czasem na najwyższych drążkach drabinek.

– Na szczęście – powiedział Symonides.

– Na szczęście? Naprawdę?

– Tak jest u nas, w naszej rodzinie, w naszej wiosce – odparł, wiodąc wzrokiem za gołębiem,

który przeleciał górą. – Jak taki gołąbek wleci do mieszkania albo zagnieżdży się na parapiecie, to nic, tylko szczęście...

– To jak u nas... jaskółki...

– No... sam widzisz... szczęście... – roześmiał się szczerze. Odczekał jeszcze trochę i obrócił korbką. – Jedziesz w górę – uprzedził.

– O siedem stopni... – poprosił.

Kiedy magister podniósł go, natychmiast odczuł różnicę. Brzuch pociągnął jeszcze bardziej. Czuł paskudnie, że wygiął mu lędźwie. Ból w nogach oraz rękach nasilił się i zdrętwiała mu twarz.

– I jak? – usłyszał głos Symonidesa. – Jesteś na siedemnastym stopniu.

– Uhhh... – odrzekł z samozaparciem.

– Mam teraz zamiar zmierzyć ci ciśnienie – powiedział magister. – I tę pojemność płuc.

Skinieniem głowy dał znak, że rozumie, zgadza się i wytrzyma jeszcze trochę w tym ustawieniu, choć dobrze wiedział, że więcej jest w nim chęci niż możliwości.

cdn.



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 Krzyszowski, Zbigniew Nowak,
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.filantrop.org.pl

WYDAWCA:

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

KONTO:

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

DRUK:

DRUKARNIA „KOM-DRUK”
Grzegorz Komisarek
ul. 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.
Nakład: 2.000 egzemplarzy.



Jerzy
Szulc
WARSZAWA

PRÓŻNIAK

Zaufano
Tęgiej głowie.
A w niej również
Bezmózgowie.

OSZCZERSTWO

Choć cham cię
Przeprosi,
Nie wybieli ci się.
Plama pozostanie
Już na życiorysie.

OPTYMIŚCI

Uwierzyli
Ogłupieni,
Że na lepsze
Im się zmieni.

SZARUGA

Pogoda pod psem,
Nudy na pudy.
Leje jak z cebra...
Pies koło budy

Fraszki

APEL

Szanowny kierowco!
Tak samochód prowadź,
Żeby nie musieli
Cię z niego wyjmować.

SOJUSZNIK

On miał podać rękę
I podał ją prawie,
Ale mu się zgięła
W przysłowiowym stawie.

CIUŁACZ

Grosz do grosza,
No i proszę,
Już w skarbonce
Ma dwa grosze.

GDZIE JEST...

Gdzie jest
Ta polska w tej chwili,
O której
Polacy marzyli?

BEZPIECZNY

Jemu z głowy
Włos nie spadnie
Bo wyłysiał
Już dokładnie.

PRAWO DZIECKA

Smarkacz nie chce
Matki słuchać.
Nie da sobie
W kaszę dmuchać.

NAGROBEK SYZYFA

On już jest
Na tamtym świecie.
Tam już głąz go
Nie przygniecie.

ODCHUDZANIE

Nie dopuść żeby
Ci zbędne ciało
Razem z rozumem
Nie wyparowało.

TADEUSZ MARYNIAK
WARSZAWA

Aforyzmy

Bezmyślni myślą
jak wszyscy.

*

Nikt nie wie, jak
długo będzie trwała
sztafeta pokoleń
do wieczności.

*

Wyszedł na swoje,
ponieważ chodził
po cudzym.

*

Potknął się
przechodząc
samego siebie.

*

Trudno napełnić
pokorą człowieka
próżnego.

*

Przeklinamy
– kiedy brakuje
nam słów.



Pisarz

Siedział pisarz przy stoliku
 I pomysłów miał bez liku.
 Tabula rasa, tabula rasa...

 Wszak to od niej się zaczyna.
 Czy to lato, jesień, zima.
 Tabula rasa, tabula rasa...

 Na nią myśli miał przelewać,
 Pogryzając pajdę chleba.
 Tabula rasa, tabula rasa...

 Popijając słodkim sokiem,
 Myśli miały być głębokie.
 Tabula rasa, tabula rasa...

 Jak ocean niemierzone,
 Tak bardzo natchnione.
 Tabula rasa, tabula rasa...

 Siedział długo i wytrwale
 W słocie, chłodzie i upale.
 Tabula rasa, tabula rasa...

 Czysta jednak pozostała,
 Wciąż nieskazitelnie biała.
 Tabula rasa, tabula rasa...

Pisarka

Siedziała pisarka przy stoliku.
 Myślała, że zadań ma bez liku.
 Tabula rasa...

 Prasowanie, pranie i sprzątanie.
 Przy okazji może też pisanie.
 Tabula rasa...

 Na gazie zupa się gotowała.
 Co by napisać kombinowała.
 Tabula rasa...

 Kotlety zaczęła ubijać zawzięcie.
 Może coś z tego pisania będzie?
 Tabula rasa...

 Dziecko z lekcji szybko odebrała.
 Chętnie by coś w końcu napisała.
 Tabula rasa...

 Jednak nakarmić szkraba trzeba,
 Do pisanie się pomału rozgrzewa.
 Tabula rasa...

 Ale mąż zmęczony przyszedł głodny.
 Czas na pisanie bardzo niedogodny.
 Tabula rasa...

 Dzień więc minął pracowicie
 I zapewne nie wierzycie...
 Ale... tabula rasa...

AGATA KRYSTOSIK-GROMADZIŃSKA

Panna Bronia

U panny Bronki
 Żywe kanarki, skowronki,
 Tiule, falbanki, koronki,
 Wesole janczarskie dzwonki
 Oraz zgrabny toczek amazonki.

 I dwa warkoczy plecionki
 Wiszące, jak mysie ogonki.

 Moja panno Broniu,
 Dziś na wysokim siedząc koniu
 Drwięco wołasz: a cierp tysoniu!
 Sameś sobie zawinił gamoniu!

 Lecz z wysoka może spaść Bronia,
 Gdy chytry los
 Przybierze kształt konia.

A tu wiosna...

Dylu, dylu, dylu,
 Siedzi wiosna na badyłu.
 Przyszła sobie znaną drogą,
 Jak ten pies z kulawą nogą.
 Ptactwo, jak polarna zorza,
 Hurmem wali wprost zza morza.
 Przylatuje gil po gilu,
 W trawie więcej chlorofilu.
 Pąki budzą się na różach
 I woda cieplejsza w kałużach.
 Wnet słońce ziąb wichrów pogoni,
 Na karylionach bluesa wydzwoni.
 A ja z rozwianą burzą włosów,
 Zachwycony gwizdaniem kosów,
 Tudzież forsycji żółtym kwiatem,
 Myślę, co to będzie latem.

ZBIGNIEW NOWAK

Dama polskiej polityki i społeczniczka

We wtorkowy poranek 21 kwietnia wszystkie media w Polsce obiegła smutna wiadomość: w przeddzień wieczorem w Poznaniu zmarła dr Krystyna Łybacka, polska polityk, posłanka na Sejm RP w latach 1991–2014, minister edukacji narodowej i sportu w latach 2001–2004, deputowana do Parlamentu Europejskiego VIII kadencji (2014–2019), znakomity nauczyciel akademicki Politechniki Poznańskiej. Nadto wspinała osoba, która nigdy nie odmawiała pomocy potrzebującym. Wspierała liczne inicjatywy społeczne, w tym działalność wydawniczą naszej Fundacji „Filantrop”.

Łybacka urodziła się 10 lutego 1946 roku w Jutrosinie w województwie wielkopolskim. W 1968 roku ukończyła pięcioletnie studia magisterskie na Wydziale Matematyczno-Fizyczno-Chemicznym Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Tytuł doktora uzyskała w 1976 roku, w Instytucie Matematyki Politechniki Poznańskiej broniąc pracy doktorskiej pod tytułem: „Losowy podział kwadratu”. Od 1968 roku pracowała w Instytucie Matematyki na Wydziale Elektrycznym, gdzie była adiunktem. W latach 1968–1991 pełniła funkcję sekretarza technicznego i naukowego w Polskim Towarzystwie Matematycznym.

W latach 1978–1981 należała do PZPR (Polskiej Zjednoczonej Partii Robotniczej). Na początku lat osiemdziesiątych była także członkinią „Solidarności”. W 1996 roku została liderką Sojuszu Lewicy Demokratycznej w Poznaniu. Należała również do Stowarzyszenia „Ordynacka”, założonego w 2001 roku w Warszawie przez byłych działaczy Socjalistycznego Związku Studentów Polskich oraz Zrzeszenia Studentów Polskich. W 1991, 1993, 1997, 2001 i 2005 uzyskiwała mandat posła na Sejm kolejnych kadencji. Zasiadając w ławie sejmowej zajmowała się głównie kwestiami oświaty i nauki, w trzeciej kadencji Sejmu była zastępcą przewodniczącego Kom-



sji Edukacji, Nauki i Młodzieży — ponownie zajęła to stanowisko w piątej kadencji Sejmu. Od 19 października 2001 roku do 2 maja 2004 roku pełniła funkcję ministra edukacji narodowej w rządzie Leszka Millera. W latach 2004–2005 była wiceprzewodniczącą klubu parlamentarnego SLD. Poślem do Parlamentu Europejskiego została w 2014 roku. W roku 2019 została uznana za najbardziej pracowitego europosła w kategorii edukacja, kultura i media, w ramach plebiscytu MEP Awards organizowanego przez „The Parliament Magazine”. W tym też roku przeszła na polityczną emeryturę. Żegnając dziennikarzy podczas wielkanocnej konferencji prasowej żartowała, że pracy Jej nie zabraknie, gdyż ma w domu do uporządkowania pokaźny zbiór książek. Nikt się wtedy nie spodziewał, że odejdzie tak szybko, tuż po roku od tego spotkania.

Była człowiekiem wielkiego formatu, zawsze dotrzymywała słowa. Dzisiaj wielu wspomina Łybacką łamiącym się ze wzruszenia głosem. Chociaż miała liczne osiągnięcia naukowe i polityczne, nigdy nie zależało Jej na sławie. W biurze poselskim w wieżowcu przy ulicy Piekary 17 w Poznaniu wielokrotnie gościła ludzi poszkodowanych przez los — bez pracy i środków do życia, z egzekucjami komorniczymi na karku, niespłaconymi ratami kredytów, niepełnosprawnościami. Jako poseł do Parlamentu Euro-

pejskiego prężnie aktywizowała środowisko osób starszych z województwa wielkopolskiego organizując dla nich kursy komputerowe i języków obcych, spotkania z prawnikami, zajęcia gimnastyczne, wyjazdy integracyjne i wiele innych inicjatyw. Interweniowała w sprawach najsłabszych pisząc w ich imieniu pisma do różnych instytucji, niezadko także tych najwyższego szczebla. Broniła ludzi przed tak zwanymi „czyszcicielami kamienic”, informowała ich o przysługujących im prawach. Wyrazów wdzięczności nigdy nie oczekiwała.

Jako dziennikarz najbardziej ceniłam w Niej uczciwość i słowność. Zdając sobie sprawę z licznych Jej obowiązków i spotkań podczas jednego z wywiadów zapytałam: „Ile mamy czasu?”. „Tyle, ile będzie pani potrzebowała” — odpowiedziała. Niejeden polityk przyjąłby mnie na korytarzu udzielając wymijających i zdawkowych wypowiedzi. Ale Łybacka była kobietą z wysoką kulturą osobistą i klasą. Chociaż na konferencjach prasowych i spotkaniach świątecznych, odbywających się w Jej biurze poselskim nie obowiązywał „dress code”, każdy wiedział, że idąc na nie wypadła elegancko się ubrać — nie z obowiązku, ale z szacunku dla organizatorki.

— Była wspinałym pedagogiem — rachunek prawdopodobieństwa, statystykę i zmienne losowe do dziś pamiętam. Była wymagająca jako nauczyciel, ale miała też dużo luzu i co najważniejsze — potrafiła przekazywać wiedzę. Pozostał smutek i żal — pisze użytkownik o pseudonimie StarySzymon w komentarzu na stronie poznan.wyborcza.pl

W ubiegłym roku Fundacja „Filantrop” zwróciła się z prośbą do darczyńców, w tym także do Łybackiej, o wsparcie finansowe na wydanie książki pod tytułem: „Z genetycznym wyrokiem. Opowieści o moim życiu” autorstwa Tomasza Przybysza z Żabna, cierpiącego na niezwykle rzadką chorobę genetyczną zwaną postępującym kostniejącym zapaleniem mię-

śni. Na odpowiedź nie trzeba było długo czekać — Wielkopolanka wsparła to wydawnicze przedsięwzięcie, za co jesteśmy Jej ogromnie wdzięczni. Tym bardziej, że Tomka nie ma już wśród nas — zmarł 19 stycznia tego roku. Zdążyliśmy spełnić Jego marzenie o wydaniu tej książki.

„Łwica lewicy” — tak przed laty o Niej mówiono. Mimo różnych poglądów politycznych cenili Łybacką wszyscy. Za niezwykłą empatią, upór, konsekwencję, zaangażowanie i optymizm. Potrafiła zjednywać sobie ludzi i darzyła ich dużym zaufaniem. „Nie trzeba przysyłać wywiadu do autoryzacji, to nie jest konieczne” — mówiła. Nigdy nie lekceżyła dziennikarzy. Każdy, kto znał osobie Łybacką przyzna, że takich polityków jak Ona teraz bardzo brakuje.

— Dla większości ludzi polityka to tylko brutalna gra. Ona pokazywała, że może być inaczej — wspomina Ryszard Zaczynski, wieloletni pracownik oraz dyrektor Jej biura poselskiego.

Trzy lata temu Łybacka zorganizowała w Wągrowcu I Europejską Konferencję Seniorów Województwa Wielkopolskiego pod nazwą „Senioriada”. Było to jedno z ważniejszych wydarzeń adresowanych do osób starszych. Seniorzy byli Jej szczególnie bliscy. Do Wągrowca zjechali się z różnych miasteczek i wsi.

Nie lubiła tracić czasu. Nawet jadąc taksówką prowadziła ważne rozmowy przez telefon. 20 kwietnia wybrała się w tę ostatnią podróż. Pogrzeb odbył się 27 kwietnia na poznańskim Miłostowie. Spoczęła w Alei Zasłużonych. Za wybitne zasługi w działalności publicznej Prezydent RP przyznał Jej pośmiertnie Krzyż Komandorski Orderu Odrodzenia Polski. Gdyby nie pandemia, żegnałoby ją kilka tysięcy Wielkopolanek i Wielkopolan. Tych, którym podała pomocną dłoń i tych, wobec których nie zdążyła tego gestu uczynić.

KAROLINA KASPRZAK

Zenek – król disco-polo

Wponiedziałkowy poranek 2 marca my, uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzowie i Otuszu, wyruszyliśmy wspólnie autobusem do kina w Buku na długo wyczekiwany przez nas wszystkich film pod tytułem „Zenek”.

Film był oparty na biografii Zenona Martyniuka, znanego nam wszystkim piosenkarza disco-polo. Ukazał on nam ży-

cie, perypetie i sławę Zenka, jednej z najbardziej znanych i lubianych gwiazd disco-polo, a także przedstawił fenomen, jakim jest ten nurt muzyczny. Disco-polo towarzyszy nam podczas balów, zabaw i naszych spotkań z muzyką. Film trzymał nas w napięciu i inspirował nasze aktywne uczestnictwo podczas seansu poprzez wspólne śpiewanie i nucenie utworów znanych



FOT. (2X) ARCHIWUM WTW „PROMYK”



nam wszystkim, dostarczając nam dużą dawkę zabawy i pozytywnych emocji.

Po naszym ulubionym filmie „Zenek”, w doskonałych nastrojach, uśmiechnięci, z melodiami grającymi nam jeszcze w sercach, wróciliśmy na warsztaty.

Tego dnia spełniło się długo wyczekiwane nasze pragnienie, dla niektórych z nas może nawet wielkie marzenie: możliwość obejrzenia

na dużym ekranie losów naszego idola, króla disco-polo, naszego Zenka, który swoimi utworami nieraz porywa nas do tańca, wywołując na twarzach uśmiech radości. Wielkie rzeczy mają zawsze małe początki. Więc kto wie, może w przyszłości wspólnie z Zenkiem wystąpimy na scenie śpiewając „przez twe oczy zielone.... zielone”.

MIKOŁAJ LAMBRYCZAK
UCZESTNIK WTW W KONARZOWIE

W służbie innym

Od 7 grudnia 2019 roku nowym prezesem Klubu Honorowych Dawców Krwi Polskiego Czerwonego Krzyża „Lubonianka” w Luboniu w powiecie poznańskim jest Zbyszko Wojciechowski.

„Lubonianka” współpracuje z Bractwem Kurkowym i Towarzystwem Miłośników Miasta Lubonia. 17 kwietnia wraz z członkami „Lubonianki” zawiózł do Wielkopolskiego Oddziału Okręgowego PCK około 30 ki-

logramów artykułów spożywczych przeznaczonych dla potrzebujących.

Za swoją pracę społeczną otrzymał następujące odznaczenia: Brązowy Krzyż Zasługi nadany przez Prezydenta RP, Złoty Medal za wieloletnią służbę społeczną oraz Odznakę Honorową PCK drugiego, trzeciego i czwartego stopnia.

ROBERT WRZESIŃSKI



Zbyszko Wojciechowski (z lewej) podczas nadawania odznaczenia.

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

Jeżeli u siebie lub bliskiej Tobie osoby zaobserwujesz:

- **drżenie kończyn (szczególnie rąk) podczas spoczynku**
- **zesztywnienie ciała – zwłaszcza rano**
- **wolniejsze wykonywanie zwykłych czynności**
- **trudności z rozpoczęciem chodu**
- **upadki**

lub gdy lekarz rozpoznał

CHOROBE PARKINSONA

zapraszamy do naszego Ośrodka w Plewiskach.

Oferujemy możliwość przystąpienia do projektów leczenia.



Zapraszamy:

62-064 Plewiska, ul. Fabianowska 40

Rejestracja telefoniczna (poniedziałek-piątek w godz. 10.00–16.00):

61-863-00-68 lub 506 444 900

e-mail: neurologiczny.nzoz@gmail.com

www.hertmanowska.pl