

PISMO RUCHU TWÓRCZEGO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

FILANTROP

n a s z y c h c z a s ó w

Nr (308) 7 • Poznań • lipiec 2020 • Nr indeksu 327948 • ISSN 1231-8876



**Weronika
Bandachowska
z siostrą na spacerze.
Więcej w artykule
„ISKRA
w rodzinnych domach”.
Str. 27**

FINANSUJĄ



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych



POWIAT
POZNAŃSKI

PATRONUJĄ



W NUMERZE:

- | | |
|----------------------------------|--------------|
| Rzeź na drogach | str. 3 |
| Konkurs PFRON | str. 3 |
| Usłyszałam groźną
diagnozę | str. 7 |
| Słoneczne truskawki | str. 10 |
| Rzeźby z papieru
— moja pasja | str. 17 |
| Pokonałem wielką górę | str. 21 |
| Radość pracy i bycia
razem | str. 24 i 25 |
| Portrety marzyciela | str. 26 |
| Piękno tuż koło domu | str. 31 |
| Dzieci — motyle | str. 46 |

Pomoc dla pracodawców

Pandemia spowodowała wzrost bezrobocia i spore problemy na rynku pracy – także dla osób z niepełnosprawnościami. Tej właśnie grupie z pomocą przychodzi między innymi Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Instytucja ta – jak czytamy na stronie www.pfron.org.pl – wydała pierwsze zgody na wykorzystanie przez pracodawców zakładowych funduszy aktywności zawodowej i rehabilitacji osób niepełnosprawnych.

Według stanu na dzień 12 czerwca br. do PFRON wpłynęło blisko 100 wniosków o uruchomienie środków, które mają pomóc ochronić miejsca

pracy osób z niepełnosprawnościami. Pracodawcy mogą skorzystać ze wsparcia finansowego w ramach tak zwanej specustawy przyjętej w ramach tarczy antykrzysowej. Środki te – maksymalnie 20 procent całego budżetu przedsiębiorstwa – można przeznaczyć na utrzymanie zagrożonych miejsc zatrudnienia pracowników z niepełnosprawnościami.

Jak czytamy na wspomnianej stronie, w trosce o miejsca pracy osób z niepełnosprawnościami PFRON podjął starania o zwiększenie kwot dofinansowań do wynagrodzeń pracowników posiadających orzeczenia o niepełnosprawności. Wyższe stawki obejmują okres

sprawozdawczy od kwietnia tego roku i wynoszą: 1950 złotych – w przypadku osób posiadających orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu znacznym, 1200 złotych – w przypadku osób posiadających orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu umiarkowanym oraz 450 złotych – w przypadku osób posiadających orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu lekkim.

Dodatkowe dofinansowanie przysługuje pracodawcom zatrudniającym osoby z problemami zdrowia psychicznego, niepełnosprawnością intelektualną, całociałowymi zaburzeniami rozwojowymi, z epilepsją lub niepełnosprawnościami

narządu wzroku. W przypadku występowania u pracownika któregoś z wymienionych schorzeń przedsiębiorca może otrzymać dodatkowe 1200 złotych – w przypadku osób zaliczonych do znacznego stopnia niepełnosprawności, 900 złotych – w przypadku osób zaliczonych do umiarkowanego stopnia niepełnosprawności i 600 złotych – w przypadku osób posiadających orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu lekkim.

Ze szczegółowymi informacjami na temat działań pomocowych PFRON w okresie pandemii można zapoznać się na stronie: www.pfron.org.pl/ koronawirus **Oprac. KK.**

Wsparcie w pandemii

Blisko 7,5 miliona złotych trafi do osób z niepełnosprawnościami z terenu województwa wielkopolskiego w ramach nowego programu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych pod nazwą: „Pomoc osobom niepełnosprawnym poszkodowanym w wyniku żywiołu lub sytuacji kryzysowych wywołanych chorobami zakaźnymi”. Wysokość wsparcia na jedną osobę z niepełnosprawnością wynosi miesięcznie 500 złotych.

– Umowy na realizację programu dofinansowanego ze środków PFRON podpisane zostały ze wszystkimi 35 wielkopolskimi powiatami. O wsparcie mogą się ubiegać osoby z niepełnosprawnościami, które w okresie od dnia 9 marca 2020 roku do dnia 4 września 2020 roku, na skutek wystąpienia zagrożenia epidemicznego oraz stanu epidemii utraciły możliwość korzystania z opieki świadczonej w placówce rehabilitacyjnej przez okres co najmniej 5 kolejnych następujących po sobie dni roboczych w danym miesiącu – mówi Anna Skupień, dyrektor Oddziału Wielkopolskiego PFRON.

Wsparcie kierowane jest do osób posiadających orzeczenia

o niepełnosprawności, które są uczestnikami warsztatów terapii zajęciowej, środowiskowych domów samopomocy i dziennych domów pomocy funkcjonujących na podstawie przepisów ustawy o pomocy społecznej lub placówek rehabilitacyjnych, których działalność jest finansowana ze środków PFRON. Ze wsparcia mogą skorzystać również uczestnicy programów zatwierdzonych przez Radę Nadzorczą PFRON i pełnoletni (w wieku od 18 do 25 roku życia) uczestnicy zajęć rewalidacyjno-wychowawczych, a także wychowankowie specjalnych ośrodków szkolno-wychowawczych i specjalnych ośrodków wychowawczych funkcjonujących na podstawie ustawy prawo oświatowe.

Świadczenie nie przysługuje za miesiąc, w którym nastąpiła wypłata dodatkowego zasiłku opiekuńczego przyznanego w związku z ustawą o szczególnych rozwiązaniach związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19, innych chorób zakaźnych oraz wywołanych nimi sytuacji kryzysowych. Wnioski o przyznanie świadczenia należy składać elektronicznie poprzez system SOW. **Oprac. KK.**

Rehabilitacja dorosłych

22 czerwca tego roku Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych rozpoczął przyjmowanie wniosków składanych przez samorządy w ramach pilotażowego programu pod nazwą: „Rehabilitacja 25 plus”. To program adresowany do absolwentów szkół specjalnych, specjalnych ośrodków szkolno-wychowawczych i innych placówek edukacyjnych działających na podstawie ustawy prawo oświatowe.

Beneficjentami programu mogą być dorosłe osoby powyżej 25 roku życia, z niepełnosprawnością intelektualną, w tym z niepełnosprawnościami sprzężonymi, które nie są uczestnikami warsztatów terapii zajęciowej lub środowiskowych domów samopomocy. Celem pilotażu – jak informuje PFRON na swojej stronie internetowej – jest zebranie doświadczeń służących wypracowaniu rozwiązań zapewniających absolwentom ciągłość oddziaływań terapeutycznych w zakresie utrzymania samodzielności i niezależności w życiu społecznym, a także w

zakresie dotyczącym ich aktywności zawodowej.

Dofinansowanie przyznane w ramach programu może zostać przeznaczone między innymi na całodienne usługi opiekuńcze oraz aktywizację w sferze fizycznej, intelektualnej, społecznej i zawodowej. Uczestnicy programu otrzymać mogą pomoc w rozwinięciu i wzmacnianiu aktywności, a także w doskonaleniu nabytych wcześniej umiejętności. Nadto mogą mieć możliwość udziału w zajęciach usprawniających ruchowo i terapeutycznych, zajęciach prowadzonych w ramach kół zainteresowań czy skorzystać z pomocy psychologicznej w rozwiązywaniu trudnych sytuacji życiowych.

Program jest realizowany na terenie całego kraju do 31 grudnia 2021 roku. Obejmuje trzy lata szkolne: rok szkolny 2018/2019 trwający od 1 września 2018 do 31 sierpnia 2019, rok szkolny 2019/2020 trwający od 1 września 2019 do 31 sierpnia 2020 i rok szkolny 2020/2021 trwający od 1 września 2020 do 31 sierpnia 2021 roku. **Oprac. KK.**

Konkurs PFRON

Wielką radością był powrót osób z niepełnosprawnościami na zajęcia do warsztatów terapii zajęciowej i środowiskowych domów samopomocy. Wznowione zostały prace ogrodnicze i zajęcia artystyczne. Uczestnicy mogą kontynuować przygotowywanie dzieł na tegoroczną edycję Ogólnopolskiego Konkursu Plastycznego „Sztuka Osób Niepełnosprawnych”, gdyż termin zgłaszania prac został przedłużony do 30 września.

Przypomnijmy, że organizatorem tego konkursu jest Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Udział jest bezpłatny. W konkursie mogą brać udział uczestnicy warsztatów terapii zajęciowej i środowiskowych domów samopomocy oraz mieszkający w domach pomocy społecznej, którzy posiadają orzeczenia o niepełnosprawności.

Konkurs jest organizowany od 2003 roku. Ma na celu promocję dorobku twórczego osób z niepełnosprawnościami oraz popularyzację form ich aktywizacji przez sztukę. Stanowi odpowiedź na rosnące wciąż zapotrzebowanie na prezentację osiągnięć artystycznych osób z różnymi rodzajami i stopniami niepełnosprawności. Temat tegorocznej edycji konkursu brzmi: „Tajemnica mojej wyobraźni”. Prace można nadsyłać w pięciu kategoriach: malarstwo i witraż, rysunek i grafika, rzeźba kameralna i płaskorzeźba, tkanina i aplikacja oraz fotografia. Każda placówka może zgłosić po dwie prace z każdej kategorii, czyli maksymalnie do 10 prac.

Ubiegłoroczna edycja konkursu spotkała się z szerokim zainteresowaniem osób z niepełnosprawnościami, ich rodzin, opiekunów i przyjaciół. Zgromadziła blisko 2 tysiące prac, które były oceniane przez znanych oraz cenionych artystów-plastyków, historyków sztuki i etnografów. Dla osób z niepełnosprawnościami uczestnictwo w konkursie jest szansą sprawdzenia swoich możliwości oraz prezentacji własnych zainteresowań i osiągnięć twórczych. Szczegółowe informacje o konkursie na stronie www.pfron.org.pl **Oprac. KK.**

Rzeź na drogach



Karolina Kasprzak
POZNAŃ

Wszędzie chcemy być pierwsi. Nie ma znaczenia, czy chodzi o zdobycie głównej nagrody w prestiżowym konkursie, czy o pierwszeństwo w kolejce do kasy. Ścigamy się o wszystko i ze wszystkimi. Nie zmieni tego koronawirus ani inna klęska żywiołowa. Na drogach oraz autostradach też się ścigamy. Nic to, że na szali stawiamy czyjeś albo własne życie. Byle szybciej, dalej, do przodu.

Brawura na polskich drogach jest często nagłaśnianym tematem. Niestety, z miernym skutkiem, bo mało kto bierze sobie do serca przestrogę o rozważę i bezpieczeństwo. Bezmyślnie trwamy w letargu wyścigu, nie zważając na konsekwencje. Każdego dnia media tradycyjne i internetowe donoszą o ofiarach śmiertelnych oraz poszkodowanych w wypadkach drogowych. Spirale tę nakręca masowa produkcja coraz szybszych i bardziej unowocześnionych samochodów. Reklamy wmawiają nam, że potrzebujemy właśnie takich, aby niezależnie od warunków pogodowych bez przeszkód docierać do celu. Docieramy więc, wiskamy „gaz do dechy”, wyprzedzamy tych kierowców którzy, naszym zdaniem, zbyt wolno jadą.

6 czerwca tego roku w miejscowości Ocieszyn pod Obornikami Wielkopolskimi zginął niespełna 36-letni mężczyzna, motocyklista Paweł Antkowiak – wykładowca poznańskiego Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza, z którym zderzył się kierowca z nieznanym przyczyn zjeżdżający na przeciwny pas ruchu. Jego śmierć to pojedyncze zdarzenie wśród rosnących niustająco zdarzeń drogowych ze skutkiem utraty życia. Do rzadkości nie należy również niepełnosprawność powstała wskutek wypadku samochodowego.

Wprost przeciwnie – zestawiając dane statystyczne z różnych źródeł bez wahania można stwierdzić, że nieprzestrzeganie przepisów ruchu drogowego, pośpiech, lekkomyślność i brawura na polskich drogach – to masowa „produkcja niepełnosprawnych”, bo mało kto z poważnego wypadku wychodzi bez szwanku. Połamane, lub co gorsze, amputowane kończyny to nie jedyna konsekwencja. Do trwałego uszkodzenia sprawności fizycznej dochodzi jeszcze sprawa fatalnej kondycji psychicznej – pojawia się ciężka depresja, nerwica, utrwalone lęki i urojenia, które mogą prowadzić do samobójstwa. Nie wspomnę o bolesnym, trwającym latami, przeżywaniu żałoby z powodu śmierci najbliższych.

W samym tylko 2019 roku w całym kraju – według policyjnych statystyk – w wyniku wypadków drogowych śmierć poniosło 2.909 osób (w porównaniu do roku 2018, w którym śmierć poniosły 2.862 osoby, nastąpił wzrost o 47 osób). W tym też roku w wypadkach drogowych rannych zostało 35.477 osób (w tym ciężko 10.633). Do jednostek policji zgłoszono 30.288 wypadków drogowych mających miejsce na drogach publicznych, w strefach zamieszkania lub w strefach ruchu oraz 455.454 kolizje drogowe (w tym przypadku w porównaniu do roku 2018, w którym zgłoszono 436.414 kolizji, liczba wzrosła o 19.040).

Wypadki samochodowe były zawsze. Kiedyś zdarzały się sporadycznie, obecnie są prawdziwą plagą. Nie ma dnia bez zdarzenia drogowego. Rozważni kierowcy, bo tacy jeszcze istnieją, prócz presji związanej z przekraczaniem dopuszczalnej prędkości muszą mierzyć się również z agresją innych kierowców. Agresja nie pojawiła się nagle i również nagle nie zniknie. Już w 2003 roku raport Instytutu Gallupa pokazał, że zjawisko agresji drogowej wykazuje tendencję wzrostową niemalże na całym świecie. Agresja to nie tylko wykrzykiwanie obelg. To także impulsywna jazda i związane z nią działania jak: nagła zmia-

na pasa ruchu bez uprzedniego zasygnalizowania tego zamiaru kierunkowskazem, zajeżdżanie drogi, nieuzasadnione trąbienie, oślepienie światłami, zmuszanie kierowcy do zatrzymania pojazdu.

Dlaczego wielu kierowców nie potrafi – lub wręcz nie chce – panować nad negatywnymi emocjami za kółkiem? Psychologowie tłumaczą to faktem, że na relacjach z przypadkowo spotkanymi ludźmi nie zależy nam tak jak na relacjach z bliskimi i współpracownikami. Czy tę konkluzję można uznać za wystarczającą? W grę wchodzi przecież bezpieczeństwo i życie drugiego człowieka. Szczególnie młodzi kierowcy, chcąc zaimponować znajomym, popisują się brawurą i agresją na drodze. Nie widzą również niczego złego w prowadzeniu samochodu po spożyciu alkoholu.

Wystarczy chwila nieuwagi, aby swoje życie lub życie innych zmienić w koszmar. Wielu kierowców budzi się z letargu wyścigu, gdy jest za późno. Sprawcy w nieopisanym stresie oczekują na wyrok, a ofiary resztę życia spędzają na wózkach inwalidzkich lub są przykute do łóżek. Powrót do równowagi psychicznej jest niezwykle żmudnym i długotrwałym procesem. Nie pomaga w tym świadomość niepełnosprawności i wynikających z niej ograniczeń. Dane wskazują, że ryzyko utraty życia na polskich drogach w Polsce jest większe aniżeli w krajach jak Szwecja, Holandia czy Wielka Brytania. Polscy kierowcy – ma się wrażenie – są „mistrzami” w nieprzestrzeganiu przepisów. Kodeks ruchu drogowego, o ile w ich posiadaniu się znajduje, zapewne zalega kurzem na półce. Egzamin teoretyczny na prawo jazdy wymaga znajomości przepisów, ale po jego zdaniu świeżo upieczony kierowca pewnie rusza w miasto, a wiedza zdobyta na kursie z czasem coraz bardziej przestaje być stosowana w praktyce. Rzeź na drogach dzieje się na naszych oczach. Często otwieramy je dopiero wtedy, gdy jest już za późno.

Łzy w oczach mojej mamy

26 maja co roku obchodzimy Dzień Matki. Każdy z nas ma mamę, którą bardzo kocha. To mama nas pielęgnowała, karmiła i wychowywała, gdy byliśmy dziećmi. Dbała, żeby nam niczego nie brakowało i żebyśmy byli szczęśliwi. Najbardziej podziwiam mamy, które opiekują się dziećmi z niepełnosprawnością i to niezależnie od ich wieku.

Kiedy jeździłem na turnusy rehabilitacyjno-wypoczynkowe dla osób niepełnosprawnych do Wągrowca, widziałem wiele mam z niepełnosprawnymi dziećmi. Najbardziej utkwiła mi w pamięci mama, która opiekowała się dwójką dorosłych niepełnosprawnych dzieci, Robertem i Markiem, chorowali na zank mięśni, poruszali się tylko na wózkach elektrycznych. Nie potrafili się sami najęść.

Mimo znacznej niesprawności byli zawsze ubrani w białe koszule, do tego krawaty i garnitury. O wszystko dbała ich mama.

Podobne mamy opiekują się Grzesiem, Rafałem, Czarciem, Marcinem, Asią, Sylwią, Darią, Darkiem i innymi uczestnikami naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej w Czeszewie. Jest wśród nich moja mama. Pomimo podeszłego wieku, zmagając się z różnymi dolegliwościami, zmęczeniem i brakiem sił, stara się mi pomagać, abym zawsze był ubrany i umyty. Bywa jej bardzo ciężko, puszczają jej nerwy i ma łzy w oczach. To dzięki mamie jestem tym, kim jestem. Kocham moją mamę. Należy się jej wielki szacunek, tak jak wszystkim mamom.

ZBIGNIEW STRUGAŁA



A.M. Krystosik
Gromadzińska
SZCZECIN

16.06.2020

Truskawkowe lato zadomowia się coraz śmielej w naszej codzienności. Dni zrobiły się dłuższe, noce cieplejsze, zaczęły kwitnąć róże. Za progiem widać już wakacje. Wyteńsknione w tak jakże innym od pozostałych roku. Wyhamowuje zdalne nauczanie, nawet pandemia wydaje się zwalniać, chociaż akurat z nią to nic nie wiadomo.

Co prawda, nie widzimy w telewizji ciężarówek pełnych trumien (co było chyba najbardziej przejmującym obrazem epidemii), kraje otwierają swoje granice, zaczynają latać samoloty, ale liczba zachorowań utrzymuje się na mniej więcej stałym poziomie, a kilka dni temu mieliśmy rekordową ich liczbę, przekraczającą w Polsce 500 w czasie doby, a może nawet było to 600? Liczby przestały na nas robić wrażenie. Czy to dobrze, czy niedobrze? Trudno stwierdzić, bo nie można wciąż żyć w strachu, ale też nie można stracić czujności. Chodzimy więc po linie zawieszanej pomiędzy, balansując raz w prawo raz w lewo.

Na progu lata jemy truskawki z cukrem i jogurtem, a niektórzy ze śmietaną. Planujemy wyjazdy, najchętniej w miejsca ustronne i bezpieczne. Agroturystyka prze-

żywa renesans. Odpoczynek na polskiej wsi jest teraz najbardziej pożądaną formą spędzania urlopu. Kilka dni przeszukiwałam oferty w sieci i wszystkie kwatery na południu są już zajęte. Zdobyliśmy domek we wsi położonej kilkanaście kilometrów od morza. Już mi się marzą wiejskie drogi, falujące zbożami pola i leśne ścieżki, śpiew ptaków na dzień dobry i rechotanie żab na dobranoc. I cisza, której w mieście już nie ma.

Martwi mnie tylko, czy nie będzie za gorąco, by w bezpiecznych warunkach prowadzić dializę, bo od niej wakacji nie ma. Gromadzę środki dezynfekujące, rękawiczki, zaczynam przeliczać, czy mamy wystarczające zapasy wszystkiego, co jest nam potrzebne do zabiegów, to jest gaziki, maseczki, które pojawiły się w końcu na rynku, ale ich wysoka cena pozostała. Zamiast 8.60, płacimy 86.90 gdy są w dużej promocji. Racjonalnie rzecz biorąc nie ma to żadnego uzasadnienia, ale popyt kształtuje cenę, a popyt na maseczki wciąż jest wysoki. Dziwne, ale już nas ta cena nie oburza, nie szokuje, a powinna. Zmęczenie pandemią daje o sobie znać. Od końca lutego wydarzyło się tak wiele. Wracamy do innej normalności, a w niej ceny również są inne.

W nowej normalności przechodziliśmy też badania kontrolne Pawła. To był nasz pierwszy wyjazd z domu. Droga do Warszawy jest długa, więc trzeba było przygotować się logistycznie nie tylko do samego przejazdu, ale też do bycia w stolicy przez trzy dni. W szczecińskim



FOT. (2X) ARCHIWUM AUTORA



Pierwsza róża tej wiosny.

Pierwsze tego lata truskawki



Nagietkowe widoki.

domu jesteśmy jak w twierdzy. Mamy zapasy, by nie wychodzić zbyt często z domu. Zresztą lista zakupowa jest coraz krótsza, bo sami pieczemy chleb, sami wyrabiamy wędliny, twaróg, mamy swoje ogródkowe warzywa, domowe soki i dżemy. To plusy pandemii, wiele się przez izolację nauczyliśmy. Ale wracając do wyjazdu do Warszawy...

Wyglądało to trochę tak, jak byśmy wybierali się nie do stolicy, a w odciecie od cywilizacji miejsce. Mieliśmy bochenek chleba, domową szynkę, pierogi ruskie, pieczonego kurczaka i gołąbki oraz murzynek, ciasto drożdżowe, a także chlebek bananowy. Do tego kostka masła, dżem, twaróg, mleko i jogurt. Oczywiście trzy termosy, zapas wody, talerze, sztućce, kubki, zapas płynów dezynfekujących rozlany do mniejszych buteleczek, by każdy zawsze miał przy sobie odpowiednią ilość, maseczki oraz przyłbice. Trochę ubrań i wyposażenie dializowe.

Wyjechaliśmy z domu wcześniej niż zwykle, zupełnie nie wiem czego spodziewając się po drodze. Ot tak, na wszelki wypadek. Dokładnie wyliczyliśmy, gdzie ma się odbyć postój na obiad. Miejsce zostało sprawdzone, altana pod gołym niebem zdezynfekowana, wokół nie było ludzi, tylko mrówki. Uznaliśmy, że nie stanowią zagrożenia. Rozpoczęliśmy pierogową ucztę pod lasem. Do tego gorąca herbata i kawa z termosu oraz cia-

sta. Jak za dawnych czasów... bo kiedyś nie było barów ani stacji benzynowych serwujących ciepłe dania przy drodze.

Pokrzepieni ruszyliśmy dalej i dotarliśmy do warszawskiego domu wczesnym popołudniem. Zgromadziło się w nim nieco więcej kurzu niż zwykle, bo nigdy wcześniej nie mieliśmy tak długiej przerwy między badaniami kontrolnymi. Sprzątanie, dezynfekcja i dializa.

W dzień badań zbudziłam się o świcie. Czekala nas wyprawa na Izbę Przyjęć. Mieliśmy wyznaczoną godzinę! Przy samych drzwiach przeszliśmy Triage. Szczelnie ubrana pani pielęgniarka zmierzyła nie tylko Pawłowi, ale i mnie temperaturę. Musieliśmy wypełnić ankietę dot. potencjalnego zakażenia Covidem-19. W szpitalu prawie nie widziało się ludzi. Jedynie na zewnątrz stała długa kolejka, a w niej zarówno pracownicy, jak i pacjenci, udający się do poradni. Każdy musiał przejść kontrolę. Gdy czekaliśmy na przyjęcie, minęło nas kilkoro „kosmitów”, ubranych szczelnie w kombinezony, rękawice, gogle. Wyglądaliśmy przy nich tak niepozornie. Jedynie maski z filtrem i rękawiczki. Nie czułam się bezpiecznie. Może wokół nas szaleje zaraza?

W końcu trafiliśmy na oddział. Tu już tylko maski i o zgrozo, przez niektórych opiekunów noszone „na Mikołaja” czyli na szyi zamiast na twarzy. Najwięk-

szym stresem było oczekiwanie na badanie usg. W poczekali zgromadziło się ponad 17 osób, a za węzłem druga tyle. W tym miejscu organizacja zawiodła, a każdy pacjent został przecież indywidualnie wezwany z oddziału na badanie. Dlaczego więc znalazło się ich nagle aż tylu w jednym miejscu w tym samym czasie? Niezrozumiałe. Czas dłużył się straszliwie. Z nerwów zaczął mnie boleć brzuch. Tyle dni się izolowaliśmy po to, by teraz siedzieć w takim tłumie? To było denerwujące. Nie powinno tak być. Przecież w innych miejscach szpitala reżim sanitarny był na najwyższym poziomie.

Szczęśliwie dobiegliśmy do końca dnia, wyniki okazały się być stabilne, więc mogliśmy wrócić do domu. Za późno już było na wyjazd do Szczecina, ale na spacer po lesie starczyło jeszcze czasu. I zachwycała nas wiosna, która w ogródku przydomowym jednak jest inna. Dopiero tu, na

leśnych ścieżkach, zobaczyliśmy bogactwo zieleni, dzikich kwiatów. To był nasz pierwszy spacer od trzech miesięcy. Poczuliśmy się jak nowo narodzeni. I kupiliśmy truskawki. Nasze pierwsze w tym roku truskawki! Myłam je chyba pół godziny, każdą z osobna, płynem do mycia naczyń, ciepłą wodą, płukałam bez końca... Były pyszne. Truskawki są zapowiedzą lata, wolności. Mam nadzieję, że nie tylko wolności od pracy i nauki, ale też od wirusa, który już tak długo się panoszy.

Truskawki jemy teraz przynajmniej trzy razy w tygodniu. Rodzice przywożą je prosto z plantacji spod Szczecina. Z cukrem, jogurtem, śmietaną.

Trochę niespodziewanie, ale naprawdę zaczęło się truskawkowe lato i nawet trzynastogodzinna dializa jest jakaś łatwiejsza do zniesienia, gdy dni ciepłutkie i pachnące.



Makowe łąki.

Powiatowy „Złot Talentów”

Mieszkańcy powiatu poznańskiego mogą wziąć udział w ósmej edycji Powiatowego Przeglądu Twórczości Artystycznej Osób Niepełnosprawnych „Złot Talentów”, którego organizatorem jest Fundacja Polskich Kawalerów Maltańskich „Pomoc Maltańska”. Finał tegorocznej edycji wydarzenia zaplanowany jest na 23 października w hali widowiskowo-sportowej w Mosinie. Projekt jest finansowany ze środków Powiatu Poznańskiego.

„Złot Talentów” jest przedsięwzięciem ukierunkowanym na promocję dorobku

artystycznego osób z niepełnosprawnościami – uczestników warsztatów terapii zajęciowej, środowiskowych domów samopomocy, mieszkańców Domu Pomocy Społecznej w Lisówkach, osób zrzeszonych w organizacjach pozarządowych, a także indywidualnych twórców zamieszkujących na terenie powiatu poznańskiego, którzy nie są uczestnikami wymienionych placówek, a posiadają ważne orzeczenie o niepełnosprawności i chcieliby zaprezentować swoje uzdolnienia.

Celem wydarzenia jest integracja środowiska osób z niepełnosprawnościami, a także

ukazanie odbiorcom ich możliwości i zdolności, a ponadto efektów codziennej pracy rehabilitacyjno-terapeutycznej realizowanej w placówkach. Podczas uroczystości artyści zaprezentują swoje uzdolnienia plastyczne, fotograficzne, filmowe, muzyczne i teatralne. Prace plastyczne i fotograficzne zgłaszane do konkursów muszą być dziełami indywidualnymi, do których uczestnicy lub ich przedstawiciele ustawowi posiadają pełne prawa autorskie. Teledyski, małe formy teatralne oraz prezentacje wokalne – mogą być przygotowane zespołowo.

Wypełnioną kartę zgłosze-

nia należy dostarczyć do 10 lipca w wersji papierowej na adres: Dom Pomocy Maltańskiej, ul. Dworcowa 16, 62-040 Puszczykowo, natomiast teledyski i prezentacje wokalne należy przekazać do 25 września na wskazany adres, prace plastyczne – do 30 września. Szczegółowe informacje o wydarzeniu, regulamin uczestnictwa oraz karta zgłoszenia są dostępne na: www.powiat.poznan.pl, www.fundacjamaltanska.pl i www.maltadom.fc.pl Termin wydarzenia może ulec zmianie z uwagi na zagrożenie związane z rozprzestrzenianiem się choroby COVID-19. *Oprac. KK.*

W sobotę 30 maja wybrałem się na wyprawę w góry opawskie stanowiące niewielkie pasmo Sudetów znajdujące się po obu stronach granicy. Był to mój pierwszy wyjazd od momentu wystąpienia pandemii. W tym ciężkim okresie mój stan zdrowia uległ pogorszeniu, najprawdopodobniej z powodu braku rehabilitacji i aktywności fizycznej.

Basen był nieczynny, więc nie mogłem pływać. W domu na materacu wykonywałem proste ćwiczenia rehabilitacyjne, ale to nie to samo. Chodziłem też na krótkie spacerki. W końcu przyszedł czas na wyprawę gdzieś dalej. Wybrałem wspomniane góry opawskie, które miałem okazję kiedyś już odwiedzić.

Przy pomocy kijków Nordic Walking udało mi się wejść na szczyt. Droga pod górę jest dla osoby z niepełnosprawnością o wiele bardziej wyczerpująca aniżeli dla zdrowego człowieka. Wychodząc w góry pokonuję własne ograniczenia i słabości. To mnie bardzo motywuje. Schodząc z góry spotkałem innych turystów i jak zwykle pozdrowili mnie słowami: „Dzień dobry”.

Góry mają w sobie coś wyjątkowego. Po tej wyprawie czułem się zmęczony, ale również szczęśliwy i spełniony, że mimo ograniczeń wynikających z mojej nie-

Wyprawa w góry

pełnosprawności dałem radę pokonać niełatwy szlak turystyczny. Następną wyprawę na górskie szlaki odbyłem 6 czerwca – przeszedłem pie-

szo aż 10 kilometrów! Tym razem wybrałem zupełnie inną trasę. Po drodze mijałem piękne potoki górskie oraz nieczynny most kole-

jowy. Wreszcie mogłem pooddychać świeżym powietrzem.

KRYSTIAN CHOLEWA



FOT. KRYSTIAN CHOLEWA

pocztą FILANTROPIA

W styczniu 2009 roku urodził się nam synek Gabrys. Niestety, ku mojej rozpaczy dziecko to od samego urodzenia było obciążone wieloma wrodzonymi dysfunkcjami. Najpoważniejsza z nich to wada serca w postaci nieprawidłowego łuku aorty. Do tego ciężka wada wzroku, jaką jest krótkowzroczność -12 wraz z zezem rozbieżnym. Ponadto brodawczak w nosku, stopy końsko-szpotałe, prawostronna pachwinowa przepuklina (zoperowana) i ataki padaczki, której towarzyszą groźne bezdechy.

Mój tak bardzo niepełnosprawny Gabrys chodzi do szkoły specjalnej.

5 stycznia 2020 roku urodził się mój drugi synek Arturek. Jakis czas po jego urodzeniu zauważyłam, że główka dziecka nie rozwija się normalnie, jest jakby zbyt wysoka i zdeformowana. Trudno mi wyrazić i opisać niepokój, jaki przeżyłam.

Trafiłam do lekarza. Usłyszałam groźną diagnozę: kraniostenoz. Jest to choroba genetyczna, która polega na przedwczesnym zrastaniu jednego lub wielu szwów czaszkowych, co powoduje nieprawidłową budowę całej głowy dziecka. W czasie dwóch pierwszych lat życia mózg niemowlęcia zwiększa objętość nawet trzykrotnie. Przez ten czas szwy czasz-

Usłyszałam groźną diagnozę

kowe u zdrowego dziecka pozostają niezamknięte. Jeśli w tym czasie pojawiają zrosty i kostnienia szwów, dochodzi do charakterystycznych zmian kształtów głowy zwanej „wieżowatą”. Brak możliwości powiększenia objętości mózgu może powodować nadciśnienie śródczaszkowe i zaburzenia w przepływie krwi przez mózg.

Arturek będzie miał operację główki wykonaną przez profesora Dawida Larysza, neurochirurga w Szpitalu Dziecięcym w Olsztynie. Operacja polega na pionierskiej w Polsce i świecie metodzie wszczepienia tak zwanych distraktorów, dzięki którym czaszka dziecka jest rozciągana średnio o milimetr dziennie. Jest więc szansa, że Arturek będzie mógł prawidłowo się rozwijać.

Ja również choruję na epilepsję od 14 roku życia. Jako matka robię wszystko, aby moje dzieci były zdrowe. Niestety, nasz skromny budżet nie pozwala nam, abyśmy sami ze wszystkim sobie poradzili. Nie mamy własnego mieszkania, wynajmujemy z dwójką chorych dzieci jeden ciasny pokój. Nasz dochód wynosi 1.460

złotych i pięćset plus. Prawie wszystko idzie na leczenie i leki. Obecnie mój partner nie pracuje w swoim zawodzie jako rehabilitant, ponieważ sam ćwiczy z młodszym synkiem Arturkiem i opiekuje się nim przez cały dzień, a jeśli trzeba, to również w nocy.

Czasu zostało nam niewiele. Przed nami kosztowne badania prywatne w Katowicach, a następnie operacja w klinice w Olsztynie. Błagamy Państwa o pomoc dla naszego dziecka.

Kto chciałby udzielić nam wsparcia, może wpłacić daro-

wiznę na konto ING Bank Śląski S.A. nr rachunku 47-1050-1461-1000-0024-5077-8382 z dopiskiem: „Na leczenie i ratowanie zdrowia Arturka”.

ANETA MACIEJEWSKA
MAMA

Od redakcji:

W naszym posiadaniu znajdują się skany orzeczeń o niepełnosprawnościach członków rodziny i inne dokumenty lekarskie oraz zgoda autorki na opublikowanie apelu o pomoc na łamach naszego miesięcznika.



Aneta Maciejewska z synami Arturkiem (z lewej) i Gabrysiem.



Dwaj bracia.

Za serce i miłość

26 maja obchodziliśmy w naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach święto naszych Mam. Składaliśmy życzenia, wręczaliśmy upominki, a niektórym zostały tylko wzruszające wspomnienia.

To jest bardzo dobry dzień, żeby podziękować za trud wychowania, za opiekę, za cierpliwość i wyrozumiałość, za ogromne serce i miłość. Drogie Mamy! Nie umiemy bez Was żyć! Słowa to mało. Wiemy, że czasami są zgrzyty i spory, ale takie jest życie. Niech piękno tego dnia trwa cały rok! Mamy

kilka fotografii z naszymi mamami i tych aktualnych, i tych z dzieciństwa, a do zdjęć dołączamy rymowaną Dawida:

*W dniu tak pięknym i wspólnym
życzę Mamom sercem
całym zdrowia, szczęścia, sto
lat życia, milion złotych do
zdobycia. Te życzenia choć z
daleka, płyną jak wzburzona
rzeka.*

I choć skromnie ułożone, są dla Mamy przeznaczone.

AMANDA KRZYSZCZAK
KAROL OSTAJEWSKI
DAWID KARPIŃSKI
UCZESTNICZY WTZ



NASZ POWRÓT

Po dwu- i półmiesięcznej przerwie 25 maja wróciliśmy do naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach. Mimo obaw przed wirusem, wznowiliśmy zajęcia. Powrót był radosny i wydawał się łatwy, lecz okazało się, że nic nie jest takie proste jak kiedyś. I póki co, nie wszyscy mogli wrócić. Nie możemy się nawet normalnie przywitać – jedynie stykając się łokciami.

Co rusz stosujemy dezynfekcję, trzymamy się na odległość, pracujemy w małych grupach, nie możemy razem jeść wspólnych posiłków. Te dziwne zasady obowiązują nas i terapeutów. Musieliśmy zrezygnować ze wspólnych zajęć dodatkowych. Przepadł nam wyjazd nad morze, udział w „Tanecznych Integracjach”, wiele konkursów,

zawodów i pikników integracyjnych.

Terapeutom i uczestnikom trudno jest się znaleźć w obecnej sytuacji. Jednak mamy nadzieję na lepszą przyszłość i w głębi serca wierzymy, że niedługo będzie tak jak kiedyś.

DAWID KARPIŃSKI
PATRYK KRAUSE
UCZESTNICZY WTZ

NASZA CODZIENNOŚĆ

Po naszym powrocie zajęcia wyglądają inaczej. Pracujemy w grupach dwu- i trzyosobowych. Na zajęcia przychodzi nas mniej. Dla tych osób, których nie ma, pani kierownik zawiozła zadania przygotowane przez terapeutów. Więć do pracy!

KAROL OSTAJEWSKI
UCZESTNIK WTZ

Wierzimy, że będzie tak jak kiedyś



Lekcje bez stresu

Nauczyciele szkół podstawowych z całej Polski mogą bezpłatnie korzystać z elektronicznych materiałów edukacyjnych opracowanych przez Fundację imienia Doktora Piotra Janaszka „Podaj Dalej” w Koninie. Są to scenariusze lekcji, którym towarzyszy piętnastominutowy film edukacyjny z udziałem osób z niepełnosprawnościami związanych z wyżej wymienioną Fundacją.

Bohaterami filmu są Klaudia i Bartek – należący do Fundacji „Podaj Dalej” zawodnicy drużyny koszykówki na wózkach „Mustang Young”. Młodzi ludzie opowiadają o niepełnosprawności, swoim życiu, marzeniach, pasjach, problemach i wyzwaniach. Mówią również, że niepełnosprawność oznacza pewne ograniczenia w życiu, ale nie ogranicza marzeń.

Materiały – jak informują pracownicy Fundacji – zostały przygotowane w taki sposób, aby można było z nich korzystać zarówno w klasie jak i w formie zdalnej. Są bardzo dobrą propozycją na zajęcia edukacyjne po wakacjach. Nauczyciel może na przykład przesłać uczniom link do filmu, a następnie podczas spotkania on-line lub rzeczywistego przeprowadzić lekcję według proponowanego scenariusza. Wszystko powinno zająć jedną godzinę lekcyjną.

Materiały powstały dzięki wsparciu ING Banku Śląskiego, który zajmuje pierwsze miejsce w XIV Rankingu Odpowiedzialnych Firm. Korzystać mogą z nich wszyscy zainteresowani tematem. Materiały są dostępne na stronie Fundacji: www.podajdalej.org.pl, w zakładce „Aktualności”, w notatce pod tytułem: „Wózek to tylko rzecz”. Warto zapoznać się także z innymi działaniami Fundacji „Podaj Dalej”, ukierunkowanymi na upowszechnianie pozytywnego wizerunku osób z niepełnosprawnościami w społeczeństwie oraz na tworzenie im warunków do godnego, niezależnego i satysfakcjonującego życia. Bliższych informacji na temat opisanego przedsięwzięcia udziela Justyna Gach: justyna.gach@podajdalej.org.pl Oprac. KK.

Słoneczne truskawki

Czerwiec to miesiąc pełen kolorów i dojrzewających owoców. Nam najbardziej kojarzy się z truskawkami, bo rosną w naszym ogródku, w Warsztacie Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach.

Mamy kilka krzaczków, o które dbamy cały rok i zawsze

z niecierpliwością czekamy na owoce. Po długim weekendzie mieliśmy wysyp truskawek. Było ich naprawdę sporo. Zebraliśmy, umyliśmy i podzieliliśmy dla każdego. Były soczyste, słodkie, zdrowe bez nawozów, pachnące słońcem i świeżością. Można z nich

zrobić koktajl, kompot, dżemy, dodawać do deseru, jeść same lub z miodem. My zrobiliśmy same w pucharkach. Były wyśmienite.

AMANDA KRZYSZCZAK
KAROL OSTAJEWSKI
UCZESTNICY WTZ



Wróciliśmy do ogrodu



Wczynie zawsze zawieszania zajęć w naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej ogrodem zajmowali się terapeuci: Asia, Edyta i Tomek. Ogród potrzebuje zawsze opieki. Dlatego zawsze przy nim znajdzie się coś do roboty. Bo jak to na wiosnę, pracy jest zawsze najwięcej.

Na początku zawsze trzeba uporządkować teren po zimie i przygotować pod nowe rośliny. Teraz od dwóch tygodni jesteśmy w WTZ po przymusowym urlopie i też pomagamy przy ogródku. Posadziliśmy jednoroczne kwiaty i odnowiliśmy meble ogrodowe. Teraz nasz ogród bardzo ładnie wygląda.

AMANDA KRZYSZCZAK
KAROL OSTAJEWSKI
UCZESTNICY WTZ



Dotknąć szczytu

Skansen Miniatur Szlaku Piastowskiego w Pobiedziskach – to jedno z najbardziej kojarzonych miejsc na mapie powiatu poznańskiego. Warto odwiedzić Skansen w okresie wakacyjnym i poza nim, tym bardziej że niedawno wzbogacił się o dwie makiety architektoniczne. W Skansenie prawdziwych wrażeń dotyczących nie zabraknie osobom z dysfunkcjami wzroku, a także miłośnikom ciekawych odkryć.

Usytuowany jest na historycznym Szlaku Piastowskim, w połowie trasy między Poznaniem a Gnieznem, przy drodze krajowej numer 5. Został otwarty w maju 1998 roku, w roku jubileuszu 950-lecia Pobiedzisk. Uważany jest za jeden z nielicznych tego rodzaju obiektów w Polsce. W Skansenie zobaczyć można 30 miniatur budowli Szlaku Piastowskiego i Wielkopolski wykonanych z trwałych tworzyw w skali 1:20, które wyglądają niemal identycznie jak oryginalne obiekty.

Wspomniane dwie nowe makiety architektoniczne to makietę kościoła klasztorowego pod wezwaniem Narodzenia Najświętszej Marii Panny w Lubiniu oraz makietę katedry pod wezwaniem Świętego Mikołaja w Kaliszu. Skansen Miniatur w Pobiedziskach coraz bardziej otwiera się na potrzeby osób z niepełnosprawnościami narządu wzroku – podczas modernizacji, przeprowadzonej dzięki środkom unijnym, zamontowano w tym miejscu 37 nowych tabliczek informacyjnych z oznaczeniami dla osób niewidomych i słabowidzących, a ponadto wyposażono placówkę w system audioprzewodników pozwalających na wybór jednego z sześciu języków oraz audiodeskrypcji dla osób niewidomych.

Jak czytamy na stronie pobiedziska.pl, charakterystycznym elementem ogrodzenia przypominającego średniowieczny gród jest wieża widokowa, z której podziwiać można piękne pobliskie jezioro. Skansen Miniatur Szlaku Piastowskiego w Pobiedziskach posiada certyfikat rekomendowanej atrakcji turystycznej powiatu poznańskiego. Oprac. KK.

Nie potępienie, a zrozumienie



Monika
Janc
POŁAJEWO

Osoby uzależnione od alkoholu i narkotyków są odrzucane przez rodziny, przyjaciół, również przez dalszych znajomych. Zepchnięte na margines społeczeństwa tracą wszystko. Śpią w przydrożnych opuszczonych altankach, przy śmietnikach, rzadziej na dworcach, bo stamtąd są wyrzucane. Ich „majątek” to na ogół jedna reklamówka z rzeczami osobistymi, przy odrobinie szczęścia dwie. Nieliczni chcą im pomagać.

Powroty z wyobcowania są trudne. Ale – jak mawiał śp. Marek Stefaniak, twórca i dyrektor Wielkopolskiego Centrum Pomocy Bliźniemu MONAR-MARKOT – nie potępienie, a zrozumienie drugiego człowieka jest najważniejsze w pomaganiu. Powołując do istnienia tę placówkę stworzył wielu ludziom swego rodzaju azyl, nieodczuwany w podźwignięciu się z głębokiego kryzysu.

W 2003 roku odbywałam w tym miejscu praktykę zawodową. Wielkopolskie Centrum Pomocy Bliźniemu MONAR-MARKOT mieści się w Rożnowicach (gm. Rogoźno). Wsparcie znajdują tu ludzie uzależnieni od alkoholu, narkotyków, leków, seksu czy hazardu. Osoby, które dzięki determinacji znalazły siłę do walki ze słabością. Nie byłoby to możliwe bez ludzi, którzy wyciągnęli do nich pomocną dłoń.

MONAR-MARKOT w Rożnowicach – to jedna z kilkunastu placówek dla osób uzależnionych, które stawiają sobie za cel nie tylko terapię uzależnienia, lecz przede wszystkim motywację do działania, aby ludzie uzależnieni umieli trzeźwo spojrzeć na swoje życie i zmienić w nim to, co wcześniej wydawało się niemożliwe. Mieszkańcy ośrodka przygotowują posiłki, piorą i sprzątają, zajmują się zwierzętami, pracują w ogrodzie oraz w warsztacie, gdzie wykonują

drobne naprawy. Chętni mogą kontynuować naukę w wybranej przez siebie szkole lub uczestniczyć w kursach zakończonych stażami zawodowymi, które organizuje Stowarzyszenie MONAR.

Placówka realizuje projekty mieszkalnictwa chronionego. Prowadzi mieszkania treningowe dla kobiet i mieszkanka socjalne ze wsparciem treningowym, w których mieszkańcy uczą się samodzielnego życia. Na terenie ośrodka w Rożnowicach znajduje się sala gimnastyczna, siłownia i boisko. Pro-

wadzone są treningi chodzenia z kijkami Nordic Walking. W 2013 roku, tj. w roku śmierci śp. Marka Stefaniaka, Wielkopolskie Centrum Pomocy Bliźniemu MONAR-MARKOT było organizatorem wydarzenia pod nazwą: „Monarowisko”, czyli Ogólnopolskiego Spotkania Społeczności Terapeutycznych. Celem tego wydarzenia była integracja oraz wymiana doświadczeń osób uzależnionych i ich terapeutów z różnych stron Polski.

MONAR-MARKOT posiada wykwalifikowaną kadrę specjalistów – są to lekarze, terapeuci

uzależnień, psychologowie, pracownicy socjalni, rehabilitanci itd. W placówce prowadzona jest terapia długoterminowa trwająca 12 miesięcy i krótkoterminowa – trwająca 8 tygodni. Pierwsza z wymienionych terapii kierowana jest do osób młodych w wieku od 21 do 35 lat. Terapia krótkoterminowa jest terapią wspomagającą i wykorzystuje się w niej między innymi treningi asertywności, rozwoju osobistego, poradnictwa, psychoedukacji.

Placówka cały czas się rozwija. Nieustająco realizuje ideę niesienia pomocy osobom uzależnionym, zagrożonym wykluczeniem społecznym i wykluczonym. Dzieło zapoczątkowane przez śp. Marka Stefaniaka kontynuuje jego córka – Marta Stefaniak-Łubianka, psycholog i specjalista terapii uzależnień, która związana jest z ośrodkiem od 2002 roku.

Ilekoć przebywałam w Wielkopolskim Centrum Pomocy Bliźniemu MONAR-MARKOT widziałam, że dzieją się tu wielkie rzeczy – i nie myliłam się. W 2019 roku na 200 osób przyjętych na oddział terapii krótkoterminowej leczenie ukończyło 131 osób. Terapię długoterminową w tym też roku rozpoczęło 106 osób, ukończyło 11. Pokonanie uzależnienia jest bardzo trudne, ale nie niemożliwe.

Czytelnicy miesięcznika „Filantrop Naszych Czasów”, którzy chcieliby wesprzeć dobrowolną darowizną działalność Stowarzyszenia, mogą wpłacać datki na konto: Wielkopolskie Centrum Pomocy Bliźniemu MONAR-MARKOT – Schronisko dla Osób Bezdomnych MARKOT w Rożnowicach, Rożnowice 33, 64 – 610 Rogoźno, Santander Bank Polska S.A 06 1090 1391 0000 0000 3904 0582.



Prace w kuchni.



Prace stolarskie.

Bardzo lubię czytać „Filantropa”. W wolnych chwilach często wracam do poprzednich numerów, zaczytując się w słowach napisanych również przez osoby z niepełnosprawnością. Widzę w tych wypowiedziach nic porozumienia, łączące nas myśli i trudności, z którymi często my, osoby niepełnosprawne, spotykamy się na co dzień.

Artykuły zamieszczane w miesięczniku pozwalają mi na bieżąco śledzić wydarzenia odbywające się w innych warsztatach w powiecie poznańskim, Poznaniu, województwie i kraju. Z zaciekawieniem również czytam wywiady, a także piękne wiersze.

Jest to czasopismo godne uwagi nie tylko pod względem treści, ale także oprawy graficznej. Ujmuję mnie dopracowaną treścią, interesującymi wywiadami, reportażami, fotografiami, które odwołują się zawsze do ważnych wydarzeń z życia osób niepełnosprawnych. „Filantrop” często zapewnia nam na warsztatach przyjemne popołudnia przy kawie, możemy wówczas wymienić się poglądami, porozmawiać. Jest to czasopismo, dzięki któremu ja, jak również moi koledzy i koleżanki z Warsztatu, wiele możemy się dowiedzieć.

„Filantrop” na swoich łamach przedstawia niepełnosprawność z zupełnie innej perspektywy. Zawsze po przeczytaniu kilku artykułów utwierdzam się w

Popołudnia z „Filantropem”

przekonaniu, że zwykłe życie wcale zwykłe nie jest, a niepełnosprawność wcale nie musi być barierą i ograniczeniem. Każdego dnia stawiam sobie nowe cele, wyzwania, uczę się, spełniam marzenia, udowadniając przede wszystkim sobie, a może również innym, że niemożliwe nie istnieje.

KAMILA GIBKA
UCZESTNICZKA W TZ „PROMYK”
W KONARZEWIE



Wideo- spotkania, biegi terenowe

Gdy dowiedziałem się o Godwołaniu zajęć warsztatowych, byłem bardzo rozczarowany i zaniepokojony rozwijającą się sytuacją związaną z koronawirusem. Bardzo lubię przyjeżdżać na warsztaty, uczestniczyć w zajęciach, śpiewać.

W domu bardzo brakowało mi naszych rozmów w Warsztacie, rehabilitacji, a także zajęć w pracowniach. Starałem się jednak aktywnie uczestniczyć w życiu domowym. Pomagałem мамie w pracach porządkowych, sprzątałem nie tylko swój pokój, odkurzałem, ścierałem kurze, pomagałem w kuchni podczas przygotowywania posiłków, robiłem zakupy. Popołudnia spędzałem na wspólnych spacerach z rodzicami i moim psem. Jestem szczęśliwym właścicielem psa o imieniu Lelek i to właśnie on sprawiał, że dużo czasu spędzałem na świeżym powietrzu.

Były też wspólne zabawy, nawet biegi terenowe.

Pani psycholog założyła na Facebooku zamkniętą grupę, w której każdego dnia brałem czynny udział. Mieliśmy do wykonywania różne zadania i ćwiczenia, do których zawsze starałem się przygotowywać. Spotykaliśmy się na wideo-spotkaniach, dzieląc się swoimi emocjami i wrażeniami, które towarzyszyły nam w domowym zaciszu.

Dbaliśmy też o kwiaty i krzewy przydomowym ogródku. Był to czas pełen obaw i niepokoju, lecz starałem się go przetrwać, wspierając mamę w codziennych obowiązkach. Bardzo cieszę się z naszego powrotu na Warsztaty.

MIKOŁAJ LAMBRYCZAK
UCZESTNIK WTZ „PROMYK”
W KONARZEWIE

Pandemia i związane z nią ograniczenia zmieniły nasze życie – pracowników i uczestników naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Otuszu – na długie tygodnie. Przez cały czas pozostawaliśmy w domach staraliśmy się zachować kontakt ze sobą pracując zdalnie, wspierając się, zamieszczając informacje na profilu społecznościowym, utrzymując kontakt telefoniczny.

Żyliśmy w ciągłej niepewności, nie wiedząc, kiedy będziemy mogli wrócić do pracy. Robiliśmy wszystko, by nie stracić chęci do działania i zachować pozytywne nastawienie do tego, co nas czeka. Dla mnie był to czas pod wieloma względami skomplikowany i pełen skrajnych emocji: od lęku, niepewności, zwątpienia po nadzieję. Przyzwyczajona do aktywności, kontaktów z wieloma osobami, teraz byłam zmuszona zrezygnować z większości moich działań i zastąpić je innymi. Na szczęście, po początkowym okresie dezorientacji udało mi się zachować ciągłość treningów i wielu innych aktywności.

Nie mniej trudny niż pobyt w domu był powrót do codziennych obowiązków. W WTZ przygotowywaliśmy się do tego starannie, lecz mimo to wracałam nie bez obaw. Myślałam o ograniczeniach związanych z koniecznością zachowania reżimu sanitarnego i zastanawiałam się, na ile jestem w stanie realizować to wspólnie z uczestnikami.

Zaskoczyli mnie. Dowiedli, że potrafią działać bardziej racjonalnie, niż nam się wydaje. Od początku większość osób dzielnie znosiła konieczność noszenia maseczek, dostosowali się do obowiązków codziennego mierzenia temperatury, częstszego niż zwykle mycia rąk, dezynfekcji sprzętów, pomieszczeń, nowego planu dnia. Zazwyczaj skłonni do bliskiego kontaktu, wylewnych powitań, przytulania – teraz potrafili zachowywać dystans. W rozkładzie dnia zabrakło ich ulubionej przerwy na wspólny posiłek, kawę, pogaduszki przy dużym stole w stołówce. Teraz czas mija nam głównie w pracowniach. Praca, posiłek, kawa, rozmowy – wszystko dzieje się w małej grupie, wąskim gronie, by nie narażać się na bliski, bezpośredni kontakt wielu osób jednocześnie. Nie ma też wspólnych spotkań społeczności (odbywają się w mniejszych grupach), inaczej wyglądają ćwiczenia, rehabilitacja. Życie warsztatowe stało się trudniejsze, musimy bardziej na siebie uważać.

Próbujemy w tej sytuacji odnaleźć radość. Przychodzę do pracy z myślą, że czeka mnie dobry dzień – i wspólnie staramy się, by taki właśnie był. Dajemy sobie czas na rozmowę, śmiech, wyjście na świeże powietrze, zrywanie kwiatów,



FOT. ARCHIWUM WTZ „PROMYK”



Odnaleźć radość

sluchanie ulubionej muzyki. Potrzebujemy tej odrobiny luzu, oddechu, na ile to możliwe – wyjścia poza ramy, które narzuca nam pandemia. Skupiamy się na zadaniach, ale chcemy też skupić się na sobie. Dbać o relacje, mieć dla siebie czas, cierpliwość, cieszyć się tym, że jesteśmy razem. Uczestnicy mają wiele pytań i niepokojów związanych z pandemią – ja też je mam. Dlatego teraz, bardziej niż kiedykolwiek dotąd, czuję, że bardzo potrzebujemy siebie nawzajem. Jedno jest pewne – na ich towarzystwo, serdeczność i uśmiech zawsze mogę liczyć.

MARTA MROWIŃSKA
TERAPEUTA
W PRACOWNI KOMPUTEROWEJ



Otusz i Konarzewo razem

Mam na imię Aleksandra. Jestem uczestniczką Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Otuszu. Na Warsztaty uczęszczam od 2014 roku. Gdy 12 marca 2020 roku rano dowiedziałam się od pani Justyny, że nasze warsztaty są zamknięte, bardzo się zasmucałam.

My, uczestnicy naszego WTZ, przyzwyczajeni na co dzień do obecności na warsztatach, byliśmy zmuszeni w okresie od 12 marca do 31 maja pozostać w domach. Zajęcia warsztatowe zostały zawieszone. W kraju wybuchła pandemia.

Z początku było mi trudno się z tym pogodzić. Przez pierwszy tydzień kwarantanny bardzo się nudziłam. Ale nie trwało to

długo. Pod koniec kwietnia pani Sylwia Słobodzińska, nasza psycholog, za porozumieniem uczestników utworzyła grupę na komunikatorze Messenger pod nazwą „Otusz i Konarzewo razem”.

Codziennie pani psycholog dawała nam na grupę różne zadania. Były w nich między innymi układanki literowe i gra w państwa-miasta. Poza tym co wtorek, a później co środę, o godzinie 11.00 mieliśmy video-konferencję. Opowiadaliśmy, jak nam minął tydzień, jak się czujemy i jakie zadania chcielibyśmy dostawać na grupie. Podczas naszej nieobecności panie terapeutki z Otusza także dawały swoje wpisy na Facebooku, dzięki czemu mogliśmy choć trochę

poczuć się ze sobą razem, mieliśmy także propozycje zadań do wykonania. Były wśród nich również ćwiczenia od naszego rehabilitanta, pana Jakuba, przez co mogliśmy zachować także aktywność fizyczną. W Warsztacie trwały prace porządkowe przygotowujące placówkę na nasze przyjęcie.

Poza rozmowami na komunikatorze Messenger często rozwiązywałam też krzyżówki i łamigłówkę Sudoku. Dzięki grupie mogłam inaczej organizować sobie czas, a nie tylko przez oglądanie telewizji. Najtrudniejsza jednak była dla mnie konieczność bycia w domu bez spotykania się twarzą w twarz na żywo z kolegami i koleżankami.

Serdecznie dziękujemy pani Sylwii i innym terapeutom za ciekawe zadania, których wykonywanie wypełniało nam wolny czas.

ALEKSANDRA TONDER
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”



FOT. (3X) ARCHIWUM WTZ

Znowu mogę tworzyć

Mam na imię Teresa, mieszkam z mamą i siostrą Basią w Rogalinku, lubię czytać książki. Często wypożyczam nowe pozycje podczas zajęć biblioterapii. Lubię książki przygodowe, o zwierzętach. Kiedy dowiedziałam się, że zajęć w Warsztacie Terapii Zajęciowej w Konarzewie nie będzie, na początku ucieszyłam się z wolnego czasu, ale już po tygodniu zaczęło mi brakować przyjaciół w WTZ-ecie.

Tęskniłam za naszymi rozmowami, wyjazdami, kursami, w których zawsze chętnie brałam udział. Dlatego ucieszyłam się, gdy po długim pobycie w domu mogłam zno-

wu wyjść do parku, kościoła i na spacer po mojej malowniczej miejscowości. Ale wciąż brakowało mi rozmów z ludźmi. Często podczas pobytu w domach dzwoniłyśmy do siebie, rozmawiając i wspierając się wzajemnie.

Pewnego dnia ucieszył mnie ogromnie telefon z informacją o powrocie do zajęć. Jestem znowu w pracowni ceramicznej, bardzo się cieszę, że mogę tworzyć wyjątkowe misy, talerze w kształcie liści. Praca w glinie mnie relaksuje, pozwala się odprężyć, zapomnieć o troskach i problemach.

TERESA HOFFA
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”
W KONARZEWIE



FOT. ARCHIWUM WTZ

Rzeźby z papieru – moja pasja

O origami – czyli o rzeźbach z papieru – z **KAMILĄ GIBKĄ**, pasjonatką tej sztuki, uczestniczką WTZ „Promyk” w Konarzewie, rozmawia **ANNA LISEK-MERMER**, terapeutka zajęciowa w pracowni technik różnych.

– Origami – co to znaczy?

– Nazwa pochodzi od dwóch japońskich słów: oreru – zgiąć, gami – papier. Jest to popularna współcześnie japońska sztuka składania papieru. Główną zasadą origami jest składanie papieru bez cięcia i kleju, wzdłuż prostych linii, we wszystkich kierunkach. W składaniu ważne są dwie rzeczy: ład czyli składanie kolejnych etapów, rezygnacja z przypadkowości i chaosu, harmonia dopasowanie jednej formy do drugiej, pod względem koloru, rozmiaru i kształtu.

– Czym dla Ciebie jest origami?

– Tworzenie z papieru pozwala mi oderwać się od codzienności i zając się tym, co kocham i co sprawia mi dużą radość. Każdy z nas posiada swoje pasje, zainteresowania. Moją pasją są papierowe rzeźby, zwane sztuką origami.

– Gdzie nauczyłaś się origami?

– Początek przygody z origami zaczął się na warsztatach, gdzie terapeutka podczas zajęć uczyła nas robić piękne kwiaty z papieru, a także wyplatać wianki z papierowych rurek czyli z tak zwanej papierowej wikliny. Sztuka składania i tworzenia z papieru spodobała mi się tak bardzo, że zapragnęłam pogłębiać sama swoją wiedzę. Kupiłam kilka książek o origami, zaczęłam próbować samodzielnie składać papier według instruktażu znalezionej w książce. W domu posiadam bardzo dużo swoich prac, które w większości nie mieszczą się już na półkach w moim pokoju.

– Co można zrobić z origami bądź z papierowej wikliny?

– Z kawałka papieru mogę stworzyć kwiaty, drzewa, zwierzęta, postacie, przedmioty. To niesamowite widzieć jak ze zwykłej kartki papieru

powstają wyjątkowe dzieła. W mojej wyobraźni nie ma żadnych ograniczeń, tworzę to, co czuję, wyrażając swoje emocje i siebie.

– Z jakich materiałów korzystasz tworząc swoje prace?

– Od starych gazet, po zwykłe kartki papieru ze starych

zeszytów, bloków, po specjalne, różnokształtne papiery do origami.

– Twój najbardziej pracowity model?

– Najbardziej pracowite było pudełko w kształcie serca z trójkątnych modułów. Robiłam je bardzo długo, bo aż ponad miesiąc.

– Ile czasu zajmuje Tobie tworzenie nowych rzeczy?

– Origami wymaga czasu, skupienia i cierpliwości. Proste wzory zajmują mi zdecydowanie mniej czasu, zaledwie kilka minut. Te bardziej skomplikowane, na przykład origami modułowe, nawet kilkanaście dni.

– Podobno origami to sztuka harmonii, cierpliwości, precyzji i spokoju. Dostrzegasz w sobie te cechy?

– Poniekąd tak, jednak kiedy pracuję długo, a dany element mi nie wychodzi, cierpliwość się kończy i ciężko o spokój. Zaczynam wówczas tworzyć coś innego i wracam do niedanej rzeczy za jakiś czas. Najważniejsze to chęci, nie należy zrażać się niepowodzeniem. Ciężka praca i nauka również na własnych błędach to najlepsza droga do sukcesu.



Kamila Gibka i jej dzieła.



Cuda origami.

Mam na imię Jarek. Nie pamiętam już, jak długo byłem tylko w domu, bez zajęć w Warsztacie. Każdy dzień był taki sam. Kwarantanna to był dla mnie trudny czas izolacji i rozmyślań, tęsknoty za koleżankami i kolegami, zwłaszcza za moją warsztatową sympatią Kamilką.

Na początku wolne dni były dla mnie odpoczynkiem, ale już po tygodniu pojawił się smutek. Kolejne telefony z informacją o przedłużeniu zawieszenia zajęć sprawiały mi przykrość. Wciąż miałem nadzieję, że może kolejny telefon przyniesie dobrą wiadomość.

Na szczęście mamy małą działeczkę, która w czasie izolacji była dla nas ostoją i wytchnieniem, naszym małym azylem. Na naszej działeczce mamy piękne kwiaty, warzywa, kilka okazałych świerków. Bardzo lubię pielęgnować nasze kwiaty, podziwiać ich różne kolory i zapachy. Praca w ogrodzie pozwalała mi się wyciszyć, uwolnić się od złych myśli. Kilka razy w tygodniu spacerkiem chodziłem na działkę, podlewałem warzywa, zapomniałem o pandemii, odpoczywałem od czterech ścian. Lubilem też spędzać czas przed komputerem, grając w jedną z moich ulubionych gier. Poma-

Ciągle tacy sami

gałem mamie w obowiązkach domowych, robiłem zakupy w pobliskim sklepie.

Bardzo ucieszył mnie powrót na Warsztat, choć nie jest tak jak wcześniej, przed epidemią. Dużo się zmieniło, ale my ciągle

jesteśmy tacy sami. Pracujemy w mniejszych grupach, nie możemy spotykać się w innych pracowniach, nie mamy również wspólnych posiłków, nie świętujemy swoich urodzin i imienin, a szkoda. Jesteśmy podzieleni

w busie na dwie grupy. Jest inaczej, tak cicho, spokojnie. Mam nadzieję, że znowu będzie normalnie. Tego nam nadal brakuje.

JAROSŁAW LIPIŃSKI
UCZESTNIK WTZ „PROMYK”
W KONARZEWIE



FOT. ARCHIWUM WTZ „PROMYK”

Wróciliśmy do ogrodu

Czas kwarantanny się skończył. Wróciliśmy do Warsztatu i od razu wzięliśmy się do pracy. Trudno było uporządkować nasz warsztatowy ogródek, gdyż trochę się w nim przez ten czas zmieniło.

Powyrtywaliśmy chwasty, przycięliśmy tulipany i żonkile, które kwitły na wiosnę. W tym roku nie mogliśmy cieszyć się ich pięknym widokiem, gdyż nasz Warsztat był zamknięty. Przygotowaliśmy grunt do wsadzania kolejnych roślin, które będą zdobić nasz ogród przez kolejne miesiące.

Praca na świeżym powietrzu dodała nam zdrowia. Pięknie świeciło słońce, więc trochę się opaliliśmy. Nareszcie wszystko małymi krokami zaczęło wracać do normalności.

PIOTR BARANOWSKI
UCZESTNIK WTZ „PROMYK”
DOROTA GOGOLEWSKA
TERAPEUTKA PRACOWNI
OGRODNICZO-BUKIECIARSKIEJ



FOT. ARCHIWUM WTZ „PROMYK”

Wraz z pierwszym dniem czerwca powróciliśmy do zajęć w Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie.

Inspirując się wiosenną przyrodą za oknem, uczestnicy pracowni ceramicznej postanowili wykonać nowe wazoniki, donice oraz gliniane maki i słoneczniki. Przenieśliśmy się wyobraźnią w okoliczne ukwiecone łąki.

Uczymy się żyć w nowej



Ceramiczne maki

rzeczywistości. Korzystamy z maseczek ochronnych i rękawiczek. Pomimo wielu zmian nasi uczestnicy są pełni zapału do pracy.

Wszyscy bardzo cieszymy się z powrotu do Warsztatu. Tworzeniu w glinie towarzyszy odprężenie i rozładowanie negatywnych emocji.

Podczas długiej nieobecności bardzo tęskniliśmy do wspólnych zajęć i rozmów. Aktualne zajęcia w pracowniach jednak różnią się od tych wcześniejszych.

Dzielimy się na mniejsze grupy, staramy się również zachowywać odpowiedni dystans między sobą, nie spotykamy się tak jak wcześniej w większych grupach.

Narzędzia, którymi się posługujemy, kilkakrotnie poddawane są dezynfekcji. Obowiązuje też pomiar temperatury ciała.

Wszystkie te wymogi mają zapewnić nam bezpieczeństwo. Najważniejsze, abyśmy byli zdrowi i zawsze razem w Warsztacie.

MONIKA ŚMIGLEWSKA
TERAPEUTKA PRACOWNI
CERAMICZNEJ Z UCZESTNIKAMI



FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ

Najlepszy lek na samotność

Zinicjatywy pani Sylwii, naszej psycholog, podczas zawieszenia zajęć powstała internetowa grupa wsparcia pod nazwą Otusz-Konarzewo, założona na Facebooku. W grupie uczestniczyło około dziesięć osób, uczestników Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie i Otuszu.

Każdego dnia, w godzinach porannych jak również popołudniowych, spotykaliśmy się na naszej grupie, uczestnicząc w video-spotkaniach. Celem spotkań były wspólne rozmowy o aktualnej sytuacji epidemiologicznej. Mówiliśmy też o naszych odczuciach i niepokoju, który towarzyszył nam każdego dnia. Rozwiązaliśmy też zadania, wykonywaliśmy ćwiczenia ogólnorozwojo-

we i edukacyjne. Na video-spotkaniach mogliśmy ze sobą porozmawiać i zobaczyć się. Właśnie tego brakowało mi najbardziej podczas pobytu w domu.

Spotkania dodawały mi sił podczas domowej kwarantanny. Budziły nadzieję, że znowu spotkamy się w Warsztacie, w swoich pracowniach, pijąc wspólnie kawę. Pani Sylwia tworząc grupę dała mi wiarę w lepsze jutro i otaczający świat. Miałam okazję nawiązać głębsze relacje z koleżankami i kolegami, z którymi dotychczas nie miałam tak bliskich więzi. Dlatego video-spotkania pozostaną na długo w mojej pamięci.

ANNA DUDZIAK
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”
W KONARZEWIE



FOT. ARCHIWUM WTZ „PROMYK”

Dbamy o piękne pelargonie

Pracownia gospodarstwa domowego WTZ „Promyk” przygotowuje uczestników do jak największej samodzielności w życiu codziennym.

Uczymy przygotowywania posiłków, dbałości o bezpieczeństwo i higienę pracy, posługiwania się sprzętem kuchennym, utrzymywania

czystości w miejscu pracy. Powrót nasz do Warsztatu zmienił funkcjonowanie naszej pracowni. Nie przygotowujemy już sałatek, nie pieczemy ciast.

Stosując się do obecnych wymogów sanitarnych musieliśmy zrezygnować również ze wspólnych posiłków. Mamy nadzieję, że niebawem wszystko wróci do normy, a tymczasem przygotowujemy wspólnie przepisy kulinarne.

W pracowni czas spędzamy również na grach interaktywnych, rozwiązujemy krzyżówki, układamy puzzle, rozmawiamy, czytamy książki kulinarne i nie tylko.

Dbamy o nasze piękne pelargonie na tarasie, codziennie je podlewając. W pracowni gospodarstwa domowego bardzo ważne jest odpowiednie zachowanie i dbałość o higienę.

Mamy nadzieję, że wkrótce będziemy mogli piec i gotować jak dawniej oraz cieszyć się smakiem naszych potraw.

IZABELA IGNYS
KATARZYNA MICHALAK
TERAPEUTKI PRACOWNI
GOSPODARSTWA DOMOWEGO



FOT. ARCHIWUM WTZ „PROMYK”

Dawcy nie zawiedli

7 czerwca Klub Honorowych Dawców Krwi Polskiego Czerwonego Krzyża „Lubonianska” w Luboniu w powiecie poznańskim zorganizował kolejną akcję krwiodawczą. Z uwagi na pandemię akcja została przeprowadzona z zastosowaniem rygorów sanitarnych i w podstawionym na tę okoliczność krwiobusie.

Krwiobus został podstawiony przy Szkole Podstawowej nr 1 w tej miejscowości. Ustawiała się przed nim kolejna chętnych do oddania krwi. Po badaniu lekarskim do oddania krwi dopuszczono 50 osób, w tym 15 kobiet, zebrano ponad 22 litry tego bezcennego leku.

Zbyszko Wojciechowski, prezes „Lubonianski” poinformował, że Klub obawiał się problemu z frekwencją, ale

okazało się, że mimo pandemii mieszkańcy powiatu poznańskiego nie zawahali się pośpieszyć chorem w potrzebie. Na zakończenie obdarowano ich upominkami.

Z. Wojciechowski dziękuje darczyńcom, którzy przekazali upominki: firmom „Strauss Coffee Poland”, Dammers S.A., „Ziołolek” i „Pol-Car”, a także Grzegorzowi

Aniole, dyrektorowi SP nr 1 – za udostępnienie na potrzeby przeprowadzenia akcji krwiodawczej terenu wokół szkoły.

ROBERT WRZESIŃSKI



FOT. ZBYSZKO WOJCIECHOWSKI

Pokonałem wielką górę

W miesięczniku „Filantrop Naszych Czasów” publikowane były autobiografie osób z niepełnosprawnościami, w których autorzy opowiadali o swoich zmaganiach z przeciwnościami losu. Teksty te znalazły się także w książce „Moje Kilimandżaro”, wydanej przez Fundację Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Filantrop”. Każdy z autorów pokonywał wielką górę swojego trudnego życia, czyli metaforyczne Kilimandżaro – najwyższy szczyt Afryki.

Autobiografie te zainspirowały mnie do opisania mojej góry. Kilimandżaro to góra, którą trudno zdobyć, ale jak się uda, to satysfakcja jest ogromna. Tak było i ze mną. Wmawiałem sobie, że nie dam rady, po co mam się męczyć, skoro dobrze jest tak, jak jest. I tak z moją górą przez dziesięć lat nic nie robiłem.

Wreszcie powiedziałem sobie – dość! Zacząłem powoli, kamyczek po kamyczku, łamać przeszkodę. Kamyki, któ-

re pozwoliły mi pokonać moje wewnętrzne Kilimandżaro, to między innymi zmiana wózka i nauka, jak go opanować i utrzymać w nim odpowiednią pozycję. Treningowy przejazd korytarzem w Warsztacie Terapii Zajęciowej z pomocą

rehabilitanta spowodował, że skała powoli zaczęła pękać i ku mojej radości już małe odległości pokonuję sam. Dzięki codziennej walce z dnia na dzień potrafiłem przezwyciężyć swoje słabości. Udowodniłem sobie, że możliwe jest poko-

nanie wewnętrznego strachu i krok po kroku dążenie do celu. Życie zawsze stawiać będzie mniejsze lub większe góry do pokonania. Ale to, na czym mi zależało, udało się.

MICHAŁ OGONIAK
UCZESTNIK WTZ W SWARZĘDZU



FOT. ARCHIWUM SPDS

Powrót w przyłbicach

Po długim czasie kwarantanny, odrabiania zadań metodą zdalną, uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Swarzędzu wrócili na zajęcia. Przy czym konieczne jest mierzenie temperatury ciała, dezynfekcja rąk przy wejściu do WTZ, noszenie przyłbic ochronnych, zachowanie od-

ległości dwóch metrów między jedną a drugą osobą.

Najważniejsze, że znowu jestem wśród przyjaciół, nie nudzę się w domu, a czas spędzony tu płynie inaczej, twórczo. Mogę być aktywny, robić to, co lubię, pisać artykuły, uczestniczyć w grach edukacyjnych, rozwijają-



FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ W SWARZĘDZU

cych myślenie. Z radością spoglądam na kolegów z pracowni stolarskiej, którzy z zapalem chwycili za papier ścierny i wspólnie realizują nowe projekty. Podobnie jest w pracowniach: krawieckiej, gospodarstwa domowego i w sali rehabilitacyjnej.

Pandemia jednak nieco przestawiała nasze plany. Festiwa filmowe, w których bierze-

my udział, przełożone zostały na przyszły rok, warsztaty teatralne wstrzymano, podobnie jak szkolenia komputerowe. Mimo to wierzę, że co się odwlecze, to nie uciecze. Przyjdzie taki czas, że podejmimy nowe wyzwania, zaplanujemy nowe działania.

MICHAŁ OGONIAK
UCZESTNIK WTZ



Marek
Kalbarczyk
WARSZAWA

Muzyka – cud

Od samego początku źle owidziałem, ale raczej dobrze słyszałem. Od niepamiętnych czasów muzykowałem. Najpierw polegało to na mruczeniu byle czego i upodobaniu do zabawek, które dźwięczały, wreszcie, gdy miałem 5, 6 lat, podśpiewywałem sobie i waliłem dłońmi w cokolwiek, by udawać perkusję. Mówiłem wtedy, że chcę być muzykiem, względnie – że na pewno nim będę.

Mama w to uwierzyła i wypożyczyła skrzypce od ciotki, która uczęszczała do szkoły muzycznej. Kiedyś brała udział w koncertach dużej orkiestry, chyba chodziło jednak o orkiestrę szkolną, a nie profesjonalną. Skrzypce od niej wylądowały na szafie, bo gdy dostałem je w ręce, nie wiedziałem, co z nimi robić. Doświadczenie to potworzyłem mniej więcej dwa lata temu, kiedy wziąłem do rąk kolejne skrzypce, tym razem w sklepie muzycznym, i znowu nie miałem pojęcia, co mam robić, by wydały sensowne dźwięki. Tu lekki, delikatny i zbyt mały instrument, tu smyczek, a tu ja z głupią miną i myślą, by syn, nasz wspólny przyjaciel oraz sprzedawca, nie ocenili mnie przesadnie źle.

Skrzypce sprzed ponad 50 lat czekały na szafie na lekcje muzyki, do których ostatecznie nie doszło. Udałem się do szkoły i już na początku pierwszej klasy podstawowej, gdy mama zgłosiła, że chcę być muzykiem, trafiłem na muzyczny test. Nie zdałem go! Nauczyciel stwierdził, że mam za mało słuchu, albo raczej że mój słuch jest za słaby. Prysły marzenia o graniu i koncertowaniu. Wiele lat później dowiedziałem się od Janusza Skowrona, że ten gość mógł nie mieć racji. Najpierw należy poćwiczyć słuch, a dopiero potem sprawdzać. Czego nie umiałem podczas tamtego egzaminu? Gdy po raz pierwszy w życiu miałem do czynienia z taką czynnością jak naciskanie tych samych klawiszy co nauczyciel, udawało mi się powtarzać pojedyncze i podwójne dźwięki, ale już nie

pełne, trójdźwiękowe akordy. Wtedy zmartwiłem się tylko na chwilę, bo od razu postanowiłem być matematykiem.

Muzyka jednak ze mną została. Nie ma mowy, bym nie miał płyt i to kupowanych czy zbieranych w dwóch celach – by słuchać oraz wspierać muzyków, którzy bez naszych pieniędzy mogliby przestać grać. Muzyka to niebываła rzecz – rozkoszna zabawa i bardzo poważny język. Dzięki niej potrafimy wypowiedzieć coś, czego werbalnie nie możemy. Bierze się do rąk gitarę, względnie siada przed klawiaturą pianina, znacznie rzadziej fortepianu, i odgrywa się własną duszę albo ducha otaczającej rzeczywistości. Trudno więc się dziwić, że moimi idolami są muzycy, a co dopiero muzycy niewidomi!

Straciłem wzrok w wieku niecałych trzynastu lat. W tym wieku tracili go także moi przyjaciele, o których napisałem ostatnią moją książkę „Ich trzecie oko”. Inni tracili wzrok w innym wieku i z innych powodów. Ulegali wypadkom, zapadali na różne choroby, które powodowały utratę wzroku. Jednym z moich idoli był i jest Ray Charles Robinson. Urodził się w 1930 roku w Albany, w stanie Georgia. Jego matka (Aretha Williams) pracowała w tartaku, a ojciec (Bailey Robinson) był mechanikiem. Jego rodzice nigdy nie pobrali się. Szukając nowych życiowych szans przeprowadzili się do Greenville na Florydzie. Niestety, nadal im się nie wiodło. Na dodatek odszedł od nich ojciec.

Ray w wieku pięciu lat zaczął tracić wzrok, a w wieku lat siedmiu za przyczyną jaskry całkiem zaniewidział. Matka nie miała dla niego wystarczająco dużo czasu. Mały chłopiec zdążył jeszcze widzieć coś, czego nikt, a zwłaszcza dziecko, widzieć nie powinno. Gdy miał pięć lat, na jego oczach utonął jego młodszy brat. Nie wiemy, jak się to stało. Zawsze, gdy wspominał to wydarzenie, Ray za ten wypadek obwinał samego siebie.

Dzisiaj trwa trudna dyskusja: edukacja specjalna – czy włączająca. Jak wiadomo, włączająca powinna być preferowana – tyle że w Polsce, a także w innych krajach, nie jest wystarczająco dofinansowana. Dlatego też szkoły specjalne są w wielu przypadkach dla wielu niewidomych uczniów rozwiązaniem najlepszym. Jak jednak było tam, w Stanach, około 80 lat temu? Nie wiemy! W każdym razie Ray uczęszczał do szkoły specjalnej dla niewidomych Florida School for the Deaf and Blind w St. Augustine na Florydzie, gdzie nauczył się alfabetu Braille'a, a także komponowania muzyki i grania na różnych instrumentach, zwłaszcza na klawecie i fortepianie.

Trzeba przyznać, że grał sprawnie i bardzo charakterystycznie. Wystarczy kilka akordów, by wiedzieć, że to on. Już w tej szkole zaczął grać w zespołach, wykonując różne gatunki muzyczne, w tym coraz modniejszy jazz. I powtarza się sytuacja – nie widzieć, to przede wszystkim słuchać. Nie mamy informacji, jakoby Ray koncentrował się także na dotyku, chociaż w przypadku niewidomych najczęściej jest to nieuchronne. Dlaczego? Brak wzroku musi być czymś zrekompenzowany. Gdyby nie rozwijać innych zmysłów i nimi się nie fascynować, życie bez obrazu musiałoby być bardzo nudne. Ray nie tylko skoncentrował się na słuchu, ale – jak się okazało – był w tej dziedzinie wybitnie uzdolniony.

Wyobraźcie sobie co musiał przeżyć, gdy będąc niewidomym stracił najbliższą osobę – matkę. Zmarła, kiedy miał zaledwie 14 lat. Jej śmierć była dla niego szokiem. Później powiedział, że śmierć jego brata i matki to dwie największe tragedie w jego życiu.

Zapewne również mało kto wie, że Ray doświadczył wtedy skrajnej biedy. Takie były czasy, taka była wówczas Ameryka. Co więcej, można mieć poważne wątpliwości, czy jest już inaczej. W wieku 16 lat Ray przeprowadził

się do Orlando i właśnie tam żył w skrajnym ubóstwie. Nie wyobrażamy sobie teraz, co to znaczy nie mieć co jeść przez kilka dni z rzędu! Cóż – niewidomy chłopak, bez rodziców, w kraju, w którym w tamtych czasach każdy musiał zadbać o swoje sprawy sam.

Jako siedemnastolatek przeniósł się do Tampa, gdzie znalazł pracę jako pianista, a niedługo potem ruszył w drogę. Przejechał autobusem prawie cały kraj, by tak jak Nat King Cole i Charles Brown, zacząć karierę pianisty w Seattle. Tam spotkał 15-letniego Quincy'ego Jonesa, z którym przyjaźnił się przez całe życie. Tylko pozazdrościć – ja też bym chciał poznać takiego gościa! Może dzięki temu jednak zostałbym muzykiem? Doradziłby, co należy i nauczył zdawać muzyczne egzaminy!

Czy Ray był dobrze zrehabilitowany? Trudno powiedzieć. Głównie dlatego, że samo określenie nie jest jednoznaczne. Skoro potrafił przejechać całe Stany, musiał to umieć oraz mieć wiele osobistej odwagi i uroku. W czasie takich eskapad zdarzają się przecież różne sytuacje. Ja też jeździłem po Polsce tu i tam, kiedy miałem około 20 lat, teraz jednak nie zdołano by mnie końmi wygonić, bym się na to zdecydował. Po prostu jest za trudno i zbyt niebezpiecznie.

Jak wiecie, nie popieram takiego podejścia rehabilitacyjnego, w ramach którego człowiek niewidomy nie musi zastraszania oczu. Od razu po utracie wzroku moja siostra zadbała o to, bym zasłonił oczy, ale nie było to naszym wynalazkiem. Pomyślano o tym wcześniej. Niewidzące oczy są dla innych dziwne nawet wtedy, gdy nie są uszkodzone. Po prostu nie „pracują” jak należy. Rozmówca niewidomego stoi na przykład po jego lewej stronie, a jego oczy jakby nigdy nie patrzą na prawo. Często nie patrzą w żadnym kierunku, bo występuje oczopląs i oczy wiercą się we wszyst-

dla niewidomych

kie strony świata. Co dopiero, gdy gałki są uszkodzone! Przecież to jeden z głównych obiektów służący komunikacji z innymi ludźmi. Nie wiadomo, czy rozumiał to sam Ray Charles, czy ktoś mu to powiedział. W każdym razie niedługo po wyruszeniu w świat jego znakiem firmowym stały się ciemne okulary, które zawsze nosił.

Jego kariera wystartowała wtedy na dobre. Jak mogło być inaczej, jeśli dzięki talentowi spotyka się i zawiera przyjaźń z takimi muzycznymi tuzami jak Quincy Jones! W kwietniu 1949 nagrał utwór "Confession Blues", który stał się jego pierwszym krajowym hitem, a po sukcesie kilku pierwszych singli przeprowadził się w 1950 do Los Angeles. Było jasne, jakim talentem dysponuje i mimo sytuacji zdrowotnej pomagało mu wielu ludzi, byle tylko grał i śpiewał.

Po podpisaniu kontraktu ze Swing Time Records nagrał dwa hity już pod własnym nazwiskiem: "Baby, Let Me Hold Your Hand" i "Kiss Me Baby". Kiedy Ray spotkał Ahmeta Ertegüna, podpisał kontrakt z wytwórnią płytową Atlantic Records, gdzie wykazał swoją nieprzeciętną wyobraźnię, połączył bowiem gospel – muzykę amerykańskich chrześcijan z bluesem, głównie muzyką zabawy, żeby nie rzec zawadiackiego luzu. Rezultaty były tak kontrowersyjne, że jego wczesne przeboje w wielu rozgłośniach radiowych były zakazane. Mimo to po nawiązaniu tej współpracy Ray miał na swoim koncie kolejne duże hity, które zdominowały amerykańskie listy przebojów. Przyszedł też czas na międzynarodowy sukces, który mu przyniósł w 1955 roku utwór "I Got a Woman".

W wieku zaledwie dwudziestu kilku lat Ray Charles został nazwany określeniem przeznaczonym wyłącznie dla ludzi najzdolniejszych – geniusz. Powszechnie znamy Raya Charlesa z jego rozlicznych przebojów. Są nimi dosyć proste piosenki, które jednak tak bardzo różnią się

od innych, że wystarczą nawet zaledwie dwa akordy, by było jasne, że to ten mistrz. Miał także bardzo charakterystyczny głos, którego nie da się pomylić z kimkolwiek. Zawsze brzmiał, jakby Ray był starszy niż był, a także jakby mocno seplecił. Mogło to się nie podobać, ale gdy został sławnym wokalistą, kto by rozważał jego wadę. Nawet nie jestem pewny, czy faktycznie ją miał. W każdym razie i owszem – ten głos i wyśpiewywane słowa brzmią specyficznie.

Ray nie ograniczał się do prostej „muzyczki”, przeciwnie – nagrywał także jazz. Stworzył na przykład instrumentalny album "The Great Ray Charles". Współpracował z wybitnym jazzowym wibrafonistą Miltem Jacksonem, wydając płytę "Soul Brothers" w roku 1958 i "Soul Meeting" w roku 1961. Starał się wzbogacać brzmienie swoich nagrań. To nie tylko specyficzna gra na fortepianie i charakterystyczny głos, ale także wyjątkowy i bardzo odkrywczy jak na tamte czasy żeński chór. Współpracował z grupą młodych dziewczyn z Filadelfii, tworzących zespół The Cookies.

W 1959 roku Charles zakończył współpracę z wytwórnią Atlantic i podpisał bardziej lukratywny kontrakt z ABC Paramount Records, gdzie nagrał najpopularniejsze swoje piosenki: „Georgia on My Mind”, „Hit the Road Jack” i „Unchain My Heart”. To on rozpopularyzował w Stanach, a następnie na całym świecie gospel, nowoczesny blues, a także country. Chyba wszyscy go znamy i podziwiamy – wszyscy to może pewna przesada. Chodzi o tych, którzy w ogóle chcą coś znać i wiedzieć.

Niewidomy Ray po przeżyciach nastolatka, śpiewający muzykę czarnoskórych Amerykanów, często chrześcijańską, nie był jednak facetem dobrze ułożonym i spokojnym. Być może potrzebował odreagowania – miałem ciężko, to mogę sobie to zrekomensować. W 1965, a więc w wieku 35 lat, Charles został

aresztowany za posiadanie heroiny. Był od niej uzależniony przez niemal 20 lat. W roku 1966 na warunkowym, przedterminowym zwolnieniu spędził rok, a z nałogu wyleczył się w specjalistycznej klinice w Los Angeles.

Z różnymi kobietami miał aż dwanaścioro dzieci. Formalnie był żonaty dwukrotnie. Pierwszą żoną była Eileen Williams, ale ich małżeństwo nie trwało długo – zostało zawarte w roku 1951 i zakończyło się w już w 1952. Drugą żoną była Della Beatrice Howard Robinson, z którą miał trzech synów, a ich małżeństwo trwało znacznie dłużej, od roku 1955 do 1977, a więc 22 lata. Być może najważniejszą jego partnerką była jednak wieloletnia jego przyjaciółka, pozostająca z nim do śmierci, Norma Pinella.

Ray nie unikał ludzi, był bardzo otwarty – może czasem przesadnie. Nie unikał również telewizji, co na pewno świadczy o braku kompleksów. Z czasem pogodził się z brakiem wzroku, bo przecież zrekomensował mu to muzyczny talent. W roku 1977 wystąpił w roli prowadzącego w popularnym programie telewizji NBC "Saturday Night Live". Nie unikał filmu i kina. Wystąpił gościnnie w filmie "The Blues Brothers" i w kilku telewizyjnych serialach i programach rozrywkowych.

Czy pamiętacie wielki przebój z roku 1985 "We Are the World"? Uf, jakież to genialne! Kogóż nam tam brakuje! Ray był jednym z artystów, którzy nagrali tę charytatywną piosenkę. Był człowiekiem zaangażowanym społecznie i politycznie. W roku 2002 wystąpił podczas koncertu "Time for Life - A Tribute for Peace", który odbył się w Rzymie, wewnątrz antycznego Koloseum i był pierwszym tego typu wydarzeniem w tym miejscu od roku 404. Występ zorganizowany został przez międzynarodową organizację Global Forum oraz Fundację Listen Up Foundation, założoną przez Quincy Jonesa.

Ray Charles zmarł 10 czerwca 2004 w swoim domu w Beverly Hills w Kalifornii, na raka wątrobowokomórkowego. Miał 73 lata. Pogrzbek odbył się 18 czerwca w Los Angeles, z udziałem wielu wybitnych muzyków. Hołd oddali mu m.in. B.B. King, Glen Campbell, Stevie Wonder i Wynton Marsalis.

Ray Charles w dużym stopniu ukształtował odkryty przez niego samego nowoczesny rhythm and blues. Zmieszał gospel, country i jazz z akompaniamentem orkiestry i świetnych chórków. Został laureatem aż 17 Grammy i 53 nominacji do tej nagrody. Był wielokrotnie wyróżniany również w inny sposób. Frank Sinatra określił Charlesa mianem "jedyne prawdziwego geniusza w tym biznesie", a magazyn "Rolling Stone" umieścił go na 10. miejscu listy 100 największych artystów wszech czasów. W roku 2004 wszedł na ekrany kin film biograficzny, opowiadający historię jego życia pt.: "Ray", nagrodzony dwoma Oscarami.

Ostatni album Raya "Genius Loves Company" został wydany dwa miesiące po śmierci artysty. Składa się z piosenek nagranych przez Charlesa z różnymi wybitnymi artystami – królem bluesa B.B. Kingiem, jego idolem i przyjacielem Vanem Morrisonem, królem country Willie'em Nelsonem, Jamesem Taylorem, Gladys Knight, Michaelem McDonalidem, Natalie Cole, Eltonem Johnem, Bonnie Raitt, Dianą Krall, Norą Jones i Johnnym Mathisem. Płyta ta zdobyła osiem nagród Grammy! Może największą sławą cieszy się w Georgii, gdzie w roku 1979 jego wersja "Georgia on My Mind" została uznana za hymn tego stanu.

Takiego mamy bohatera – wybitnego, niewidomego człowieka, który dosłownie i w przenośni wygrał swoje sukcesy porównywalne do osiągnięć ludzi pełnosprawnych. Cieszę się, że i my, Polacy, mamy takich rodaków. Napiszę o nich jednak przy innej okazji.

Radość pracy



i bycia razem

„Każdy człowiek ma w sobie kontynent nieodkrytych możliwości. Staramy się być sami dla siebie Kolumbami”.

Anatole France

Szczęśliwi uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Dusznikach znowu są razem. Po przerwie zwią-

zanej z pandemią COVID-19 wracamy powoli do normalności. Znowu jesteśmy w swoich pracowniach i podjęliśmy przerwane prace.

Cieszymy się, że znowu się widzimy i spędzamy razem

czas. Nie wszystko jest takie jak dawniej, ponieważ musimy przestrzegać nowych procedur, między innymi bardziej niż zwykle dbać o higienę, pamiętać o myciu rąk itp. Ale z radością pracujemy nad wy-

tworzeniem prac plastycznych i stolarskich, wyszywanych serwetek i wielu innych dzieł, dbamy o porządek i ogród, wykonujemy ćwiczenia manualne i umysłowe.

REMIGIUSZ PRZEWOŹNY



Portrety marzyciela

Jestem uczestnikiem Środowiskowego Domu Samopomocy „Iskra” w Poznaniu. Moim marzeniem jest być człowiekiem zdrowym, zadowolonym z życia i żyć bardzo długo, bo życie jest dla mnie najcenniejsze.

Mam też wiele innych marzeń. Na przykład chciałbym popłynąć statkiem albo polecieć samolotem do Paryża, być człowiekiem silnym i wysportowanym, a przy tym zwiedzać cały świat. Trzeba korzystać z życia, ponieważ życie jest

wspaniałe. Mam też same przyjemności w domu. Chciałbym mieć samochód fiat 126p. A czasem marzę, aby być kierowcą samochodu ciężarowego, bo kierować takim samochodem to sama przyjemność.

Chciałbym też prowadzić teleturnieje „Awantura o kasę” czy „Milionerzy”, zadawać pytania z różnych dziedzin wiedzy, bo to kształci i zmusza do myślenia. Chciałbym też być aktorem w serialach „Barwy Szczęścia” i „Na Wspólnej”.

Chcę zajmować się teatrem, bardzo mnie interesuje.

Co więcej, moim marzeniem jest też prowadzić aptekę i sprzedawać leki. Byłbym zadowolony z tej pracy, mimo że wymaga ona dużej koncentracji i odpowiedzialności. Najważniejsze, aby w aptece być uprzejmym dla klientów i nie obrażać ich, ponieważ do takiej apteki ludzie w końcu przestaną przychodzić.

RYSZARD OUDINET



FOT. (4X) MARCIN KACZYŃSKI

ISKRA w rodzinnych domach

Cieżki czas pandemii spowodował znaczne zmiany w naszej codzienności. Zostaliśmy zepchnięci do naszych mieszkań, żyjemy w izolacji i zamknięciu. Nasze życie zmieniło się nie do poznania. Problem ten dotknął nas wszystkich także w społeczności „Iskry”.

Podopieczni Stowarzyszenia „Iskra” radzą sobie z odosobnieniem i ograniczeniami w sposób bardzo różny. Jedni pomagają rodzicom w codziennych czynnościach w domu. Inni uprawiają sport, a jeszcze inni chodzą na spacer. Niektórzy spędzają czas z rodzeństwem i rodziną.

Kierownik naszego Stowarzyszenia poprosił uczestników „Iskry”, aby w ramach aktywności podzielili się z nami zdjęciami, na których pokażą nam, jak sobie radzą i co robią podczas pandemii. Na odpowiedź nie musieliśmy zbyt długo czekać. Dostaliśmy bardzo dużo wiadomości ze zdjęciami. Prezentujemy niektóre z nich.

MARCIN KACZYŃSKI



Katarzyna Drajewska podlewa przydomowy trawnik.



Weronika Bandachowska przy pracy w ogrodzie.



Piotr Szczepaniak pomaga w pracach porządkowych.

Niech się spełnią marzenia...

Marzę o tym, żebym zawsze była wesoła i żebym nigdy nie była smutna. Chciałabym być zawsze miła dla koleżanek i kolegów. Zawsze marzyłam o tym, by być fryzjerką, bo lubię robić fryzury.

Chciałabym pojechać na wakacje w Tatry, bo chciałabym zwiedzić sobie trochę nasze góry. Marzę o podróżach i zwiedzaniu świata, bo lubię zwiedzać i poznawać nowe miejsca. Chciałabym mieć brata albo siostrę, żeby można się było pokłócić od czasu do czasu.

Samotność jest zła i siostra by się przydała. Marzę, aby mieć dużo wolnego czasu, abym mogła oglądać telewizję, polskie filmy i seriale. Zawsze marzyłam, by mieć rodzinę, męża, dzieci, rodzeństwo. Wszystkie marzenia są do zrealizowania. Marzę, by marzenia się spełniały.

KATARZYNA STACHOWIAK



Idziemy wspólną drogą

Od połowy marca do końca maja trzeba było pozostać w domu. Żał mi było, że z powodu pandemii nie było zajęć w naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej „Wspólna Droga” w Luboniu.

W domu wymyślałam sobie różne zadania, aby czas szybciej mi mijał. Na początku było mi ciężko. Na Facebooku udostępniane były przez Warsztat filmiki instruktażowe z ćwiczeniami oraz inne zadania, z których chętnie korzystałam. Sporo czasu spędzałam na Messengerze i WhatsAppie, rozmawiając z bliskimi mi ludźmi. Łączyłam się przez kamerkę z Justyną, psychologiem WTZ i ze znajomymi. Rozmowy dawały mi satysfakcję, że mogę z kimś pogadać. Czułam się tak, jakbym była razem z rozmówcą. Kiedy moja przyjaciółka Lidka z terapeutą Piotrem pojechali na rowerze do Biedruska, zadzwoniła do mnie przez WhatsAppa, abym mogła zobaczyć to samo, co ona widzi. Czułam się wtedy, jakbym tam była z nimi.

W Warsztacie szyte były w tym czasie maseczki dla personelu szpitali i innych instytucji. Terapeuci i rodzice włączyli się w tę akcję. Uszyto ponad tysiąc maseczek. Widziałam na zdjęciach, że praca ta była intensywna i wymagająca.

Bardzo się cieszę, że po długiej przerwie wróciłam na Warsztat i znowu jestem wśród koleżanek i kolegów. Ale teraz jest całkiem inaczej. Przedtem było lepiej, bo można było jeść różne potrawy zrobione przez pracownię gospodarstwa domowego, świętowaliśmy uroczystości, mogliśmy się wszędzie poruszać swobodnie. Obecnie wszyscy musimy nosić maseczki lub przyłbice, często myjemy i dezynfekujemy ręce. Doskwiera mi, że kontakt jest ograniczony, nie mogę po być blisko z osobami z innych pracowni ani ich uściskać.

Ogólnie to się człowiek źle czuje w tej całej pandemii, ale idzie – i trzeba – z nią wytrzymać.

MAGDALENA MAZUREK
UCZESTNICZKA WTZ W LUBONIU



Magdalena Mazurek, autorka tekstu.



Uczestniczki „Wspólnej Drogi”.



Makowe pole.

Letnie praktyki

O okres wakacyjny to nie tylko czas wypoczynku, ale także praktyk zawodowych odbywanych podczas nauki. Praktyki dają możliwość zdobycia pierwszych doświadczeń zawodowych. W tym artykule chcę opowiedzieć o mojej praktyce wakacyjnej, którą odbywałam w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Krapkowicach.

Zostałam życzliwie przyjęty przez osoby zatrudnione w tej instytucji. Poznałam specyfikę pracy w tej jednostce pomocy społecznej, która zajmuje się między innymi wspieraniem osób z niepełnosprawnościami w likwidacji barier architektonicznych. Zajmowałam się obsługą tych osób. Przekonałam się, że, mimo swojej dramatycznej sytuacji, nie załamują się, ale walczą o godne warunki życia.

Do moich obowiązków jako praktykanta należała obsługa urządzeń biurowych, archiwizowanie dokumentów oraz przekierowywanie osób przechodzących w danej sprawie do poszczególnych pracowników. Drugą 30-dniową praktykę także odbywałam w tej instytucji.

Moje pierwsze doświadczenia zawodowe związane są również z poznaniem specyfiki pracy jednostki samorządu terytorialnego – dowiedziałam się jak uchwała się podatki rolne i od nieruchomości, pomagałam też przy organizacji dożynek gminnych.

Zachęcam osoby z niepełnosprawnościami do nabywania doświadczeń zawodowych, czy to podczas praktyk, czy studenckiego wolontariatu. Przed rozpoczęciem współpracy z daną instytucją albo organizacją warto sprawdzić, czy budynek, w którym się znajduje, jest w pełni dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnościami – czy nie ma wysokich schodów, czy jest winda itp. Jest to sprawa niezwykle istotna dla osób o ograniczonych możliwościach w samodzielnym poruszaniu się. Życzę wszystkim odwagi.

KRYSTIAN CHOLEWA

Radzę sobie jako aktor

Wiardunki welcome to!

*Jak co roku w Wiardunkach
w doskonałych warunkach
dzień sportowca jest!
W konkurencjach znów stają,
kółkiem ringo rzucają
i biegają fest.
Można spotkać sportowca
przyjeźdnego z Wągrowca
i z Golańczy też.
Jest też część artystyczna
z wierszem oraz muzyczna
i wesoło jest!
Wiardunki Welcome to!
Bracie przyjeżdżaj tu!
Wiwat Wągrowiec,
to też sportowiec,
Wiardunki Welcome to!
Z nami zamieszkaj tu!
Witam Gębice,
stamtąd kibice,
Wiardunki Welcome to!*

RADOSŁAW SZEWCZAK
TEKST DO MUZYKI RYSZARDA POZNAKOWSKIEGO
„CHAŁUPY WELCOME TO”



Mam 33 lata. Pochodzę z Poznania, mieszkam w Rogoźnie Wielkopolskim. Do Wiardunek chodzę od siedmiu lat, z tym, że miałem dwa lata przerwy z przyczyn rodzinnych. Poprzednio byłem uczestnikiem pracowni informatyczno-poligraficznej, aktualnie jestem uczestnikiem pracowni wiklinarskiej.

W swojej pracowni wykonuję zadania typu rozwiązywanie krzyżówek, wykreślanek oraz czytam koleżankom i kolegom opowiadania z książek lub artykuły z gazet. Dobrze radzę sobie w spektaklach teatralnych jako aktor lub lektor oraz biorę udział w konkursach recytatorskich. Lubię też pisać sprawozdania z wydarzeń z życia Warsztatu oraz jestem autorem tekstów literackich,

wykorzystywanych podczas warsztatowych imprez.

W domu, w ramach obowiązków chodzę do sklepu po zakupy. W wolnym czasie w domu oglądam telewizję, a głównie teleturnieje takie jak: „Familiada” i „Koło Fortuny” oraz znaną angielską komedię wojenną pod tytułem „Allo, allo”. Gdy mój rower był sprawny, bardzo chętnie wiośną i latem jeździłem nim po okolicach.

Moje osiągnięcia w ramach pobytu w WTZ to głównie bardzo dobre wyniki w konkursach recytatorskich. Lubię chodzić do warsztatu, ponieważ tam choć przez parę godzin mam kontakt z rówieśnikami, a w domu zanudziłbym się na śmierć!

RADOSŁAW SZEWCZAK
UCZESTNIK WTZ W WIARDUNKACH



Już w wieku kilku lat dojeżdżałam rowerem z domu na przystanek autobusowy, a stamtąd autobusem do szkoły podstawowej, później do gimnazjum. Dzięki rowerowi odwiedzałam babcię i dziadka. Rower był moim oknem na świat. Dzięki temu pojazdowi czułam się niezależna.

W wieku 16 lat miałam poważny wypadek rowerowy. Jednak to wydarzenie nie wywołało mojej niechęci, żeby ponownie wsiąść na rower. Na początku byłam w szpiście farmakologicznej. Potem czekała mnie długa rehabilitacja. Przez pewien czas byłam na wózku inwalidzkim, ale również to mobilizowało mnie, aby ćwiczyć jazdę rowerem. Moi rodzice wierzyli, że znowu będę w stanie śmigać tym pojazdem. Nigdy od nich nie usłyszałam słów: „nie możesz”, „nie będziesz w stanie”. Tata na początku załatwił mi rower trójkołowy, następnie dwukołowy, mobilizował mnie. Uwierzyłam, że dam radę. No i znowu jeżdżę.

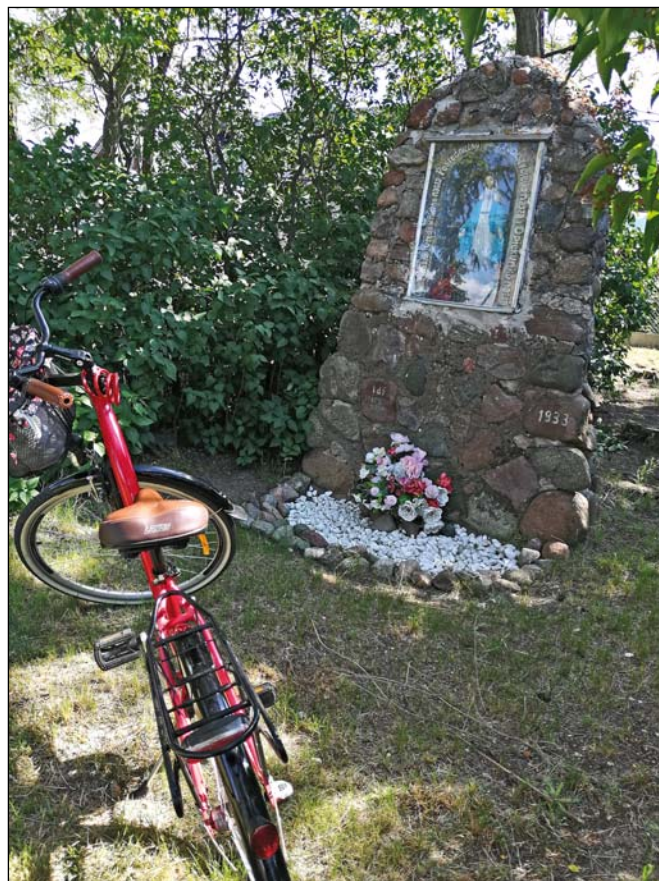
Dziś cały czas żyję tą wiarą. Wierzę, że marzenia można spełniać. Codziennie wybieram się moim rowerem na wycieczki w okolice mojego domu. Można tu zobaczyć wiele cudownych, tajemniczych miejsc. Ze wszystkich stron otacza mnie las. Nigdy

Piękno tuż koło domu

w życiu i za nic nie oddałabym tutejszych widoków. Przez wirusa, który zagraża teraz całemu światu, zaczęłam jeszcze bardziej doceniać to, co znajduje się dookoła mnie. Przykładem są choćby przydrożne kapliczki, na które wcześniej nie zwracałam uwagi. Albo ślimak, którego spotkałam jadąc rowerem lub śpiew ptaków, który towarzyszy mi podczas wypraw. Nie trzeba jeździć daleko, jeżeli pod nosem mamy takie piękno.

Podczas niedawnej wycieczki rowerem z ciekawości skręciłam w nieznaną mi dotąd ścieżkę. Doprowadziła mnie ona do pięknego miejsca. Od razu przypomniała mi się scena z powieści „Noce i Dnie” – i słynne zbieranie nenufarów. Dojechałam nad wodę, gdzie przywitało mnie mnóstwo tych pięknych kwiatów. Nawet blisko, parę minut od domu, znajdziemy nowe, piękne miejsca.

SŁAWOMIRA SOBIECH
UCZESTNICZKA WTW W ŚREMIE



Tkam na krośnie, recytuję wiersze

Mam na imię Patryk, jestem 24-letnim mieszkańcem wsi Owieczki w gminie Rogoźno. Do Warsztatu Terapii Zajęciowej w Wiardunkach uczęszczę od lipca 2015 roku do pracowni krawiecko-dziewiarskiej. W placówce przez ten czas nauczyłem się między innymi wyszywania kartek haftem krzyżkowym i matematycznym, wykonywania prostych napraw krawieckich i tkania na krośnie.

Wydawałoby się, że to zajęcie dla kobiet. Ja dobrze sobie z tym radzę i jestem zadowolony. Rozwijam się też sportowo i artystycznie. Biorę udział w zawodach sportowych. Nie raz uda mi się zdobyć jakiś medal.

Występuję na scenie w przedstawieniach organizowanych przez WTZ bądź biorę udział w konkursach, w których najczęściej recytuję wiersze, zachwycając publiczność góralskim akcentem.

W czasie wolnym lubię aktywnie spędzać czas ze znajomymi, jeżdżąc rowerem lub bawiąc się na różnych zabawach tanecznych, organizowanych w najbliższej okolicy. W moim życiu nie ma czasu na nudę. Zawsze jestem chętny do pracy i pomocy innym.

PATRYK SIELEZIN
UCZESTNIK WTZ



Wdobie COVID-19, którego fala zaskoczyła nas wszystkich, zostaliśmy rzućni w wir nowych zasad i reguł. Zamknięto wiele placówek pobytu dziennego, w tym Warsztaty Terapii Zajęciowej. Uczestników WTZ w Śremie poproszono, dla ich bezpieczeństwa, o pozostanie jeszcze w swoich domach. Zajęcia pozostały nadal zawieszone.

Pracownicy Warsztatu postanowili wesprzeć swoich podopiecznych, tworząc teczki zawierające zadania związane z pracą wykonywaną na Warsztacie. Znalazły się w niej gotowe „przepisy” z zakresu aktywności fizycznej, rekreacji ruchowej, aktywności intelektualnej czy zajęć technicznych. Te zadania, opatrzone zrozumiałymi instrukcjami, pomogły wypełnić czas, zachować zdrowie i dobre samopoczucie oraz kontynuować proces terapii i rehabilitacji w warunkach domowych. W tych właśnie warunkach widzimy na zamieszczonych tu zdjęciach naszych sympatycznych uczestników; tworzą z wełny, malują, pracują w przydomowych ogródkach. Dwóch z nich prezentuje papierowe torby, które zapewne zawierają wspomniane „przepisy”.

W ten sposób powstała dla uczestników Warsztatu tak zwana „Teczka Terapii Zajęciowej”. Aby przygotowane dla naszych podopiecznych formy spędzania czasu wolnego były atrakcyjne, wartościowe, dawały poczucie zadowolenia i satysfakcji, stworzyliśmy za-

Przetrwamy trudny czas!



danía, które uczą oraz zapewniają regenerację organizmu. Zadania są dostosowane do możliwości naszych uczestników, uwzględniają przede wszystkim ich zainteresowania, upodobania i potrzeby, aktywność i samodzielność. Staramy się, aby czas poświęcony na ich wykonywanie był czasem zarówno pracy jak i dobrej zabawy. W życiu



każdego człowieka czas wolny jest sposobem na relaks i wyciszenie umysłu. Dla osób z niepełnosprawnościami dobrze zorganizowany czas wolny jest dodatkowym ważnym elementem rewalidacji.

Wśród materiałów znajdują się zadania z zakresu pracowni krawieckiej, rękodzielniczej, artystycznej, ogrodniczej, multimedialnej, kulinarnej i stolarskiej. Nie zapomnieliśmy także o preorientacji zawodowej, wsparciu psychologicznym oraz aktywności fizycznej.

Dodatkowo w każdy czwartek terapeuci wraz z uczestnikami spotykają się na komunikatorze Messenger, dzięki



czemu mogą się zobaczyć, porozmawiać na różne tematy i omówić zadania z teczek aktywności.

Dla naszych podopiecznych bardzo ważną kwestią jest poczucie bezpieczeństwa i wewnętrznego spokoju. W tych dziedzinach pomocą służy nasza pani psycholog, która podczas swoich dyżurów udziela wsparcia psychologicznego i pomaga uczestnikom poradzić sobie z lękami związanymi z sytuacją epidemii.

Dziękujemy osobom i instytucjom, które wspierają nasz Warsztat:

– Starostwu Powiatowemu w Śremie za przekazanie środków ochrony osobistej (maseczki, płyny do dezynfekcji), które zostały dostarczone wraz z teczkami do domów naszych uczestników;



– firmie Transport Broniarz na czele z kierowcą panem Zbyszkciem, dzięki której uczestnicy zawsze na czas otrzymują swoje materiały;

– Centrum Ogrodnictwu Jacek Sójka i sklepowi papirnicznemu Major, w których ze sporym rabatem udało nam się zakupić niezbędne materiały do przygotowania naszych teczek.

Z utęsknieniem czekamy na powrót do normalności i wznowienie zajęć na Warsztacie Terapii Zajęciowej. Dzięki telefonom i komunikatorom internetowym widzimy się i słyszymy, jednak zarówno dla nas pracowników, jak i uczestników to nie wszystko. Czekamy na chwile kiedy będziemy mogli usiąść blisko, rozmawiać ze sobą, pracować przy wspólnym stole, przytulić się na powitanie.

Wspólnie przetrwamy ten trudny czas i nasz Warsztat znowu będzie pełen wrzawy, rozmów i śmiechu!

TERAPEUCI WTZ W ŚREMIE



FOT. (8X) ARCHIWUM WTZ W ŚREMIE



Wytrwała mimo choroby

W tym artykule chciałem opowiedzieć o mojej koleżance Zofii, która do 20 roku życia była bardzo szczęśliwa. Po zdaniu egzaminu dojrzałości pracowała przez rok za granicą, aby zarobić na studia.

Rozpoczęcie roku akademickiego wiązało się dla niej, niestety, z rozpoczęciem walki o zdrowie, gdyż poważnie zachorowała. Zdiagnozowano u niej młodzieńcze idiopatyczne zapalenie stawów, określane potocznie „reumatyzmem młodzieńczym”.

Jest to choroba, w przebiegu której pojawiają się problemy związane ze stawami, ale również z narządem wzroku czy narządami wewnętrznymi. Zosia nie raz mi opowiadała, że schodząc po schodach miała wrażenie, że z nich spadnie. Nogi coraz bardziej odmawiały jej posłuszeństwa.

W trakcie drugiego semestru, gdy była jeszcze na pierwszym roku studiów, stan jej zdrowia gwałtownie się pogorszył. Zaczęła gorączkować i trafiła do szpitala. Mimo wysokiej gorączki przygotowywała się do egzaminu z makroekonomii, który zdała na ocenę bardzo dobrą zaraz po wyjściu ze szpitala.

Następnie znów trafiła do szpitala specjalistycznego. Mimo złego stanu zdrowia kontynuowała naukę i pomagała w domu, gdyż jej rodzice w tym czasie pracowali za granicą.

Po studiach udało jej się podjąć pracę. Przepracowała już 13 lat. Jest szczęśliwą mężatką. W czasie wolnym lubi podróżować z mężem, poznawać nowe miejsca. Teraz, z uwagi na stan epidemii, wyjazdy zagraniczne nie są możliwe, ale Zosia ma nadzieję, że sytuacja w końcu zostanie opanowana i znowu będzie można w pełni cieszyć się życiem. Ma psa, który jest bardzo fajny.

Cieszę się, że mogłem poznać tak wspaniałą osobę jaką jest Zosia. Rozmowy z nią dodają mi siły i chęci do życia.

KRYSTIAN CHOLEWA

Wrzosa

ZBIGNIEW NOWAK

*Małe krzewinki porośłe na krańcach lasu,
Miododajne sąsiadki garbatego dębu
W szumie liściastym zasłuchane uważnie
O jesiennej modzie na bursztynowe kolory.
Niepozorne na zawsze, aż nierzeczywiste,
W dłoni spragnionej subtelnych piękności
Do mnie przybyłych tradycją związane.
Bo gdy świat za oknem srogą zimą stężeje
Dobrze być razem w ciepłym pokoju
Z książkami, jak drzewa mądrymi,
Czarować wrzosową historią ostępów,
A czarom poddawać się miękko samemu
W odurzeniu sennym bezdymnych trociznek
O koszyczkach liliowych, muśniętych księżycem,
Magicznych puzderkach z aromatem żywic
Przez wzruszone świerki obficie ronionych.
Z bezgłosem zmierzchoszarym skrzydeł nocnych ptaków
Zapadać się w puchu lirycznych przypomnień,
Żeby snuć dalej, co niedopowiedziane.*

KOŁOBRZEG, 28 WRZEŚNIA 2005 ROKU

Rysuje i śpiewa

Bartłomiej Wesolek, Bucznestnik Środowiskowego Domu Samopomocy „Gościnni” w Kórniku w powiecie poznańskim ma różne zainteresowania i pasje. Lubi książki i spotkania na różne tematy.

Chętnie rysuje, śpiewa i fotografuje. Na zajęcia rehabilitacyjno-terapeutyczne do ŚDS „Gościnni” uczęszcza od pięciu lat. Bierze udział w konkursach. Podobają mu się zajęcia plastyczne. Przyjemność sprawia mu też bieganie. Zdjęcia robi aparatem ŚDS-u. W ubiegłym roku otrzymał z rąk burmistrza Kórnika dyplom za udział w konkursie na zdjęcia do kalendarza z ilustracjami ziemi kórnickiej.

Występuje też w przedstawieniach teatralnych. Dzięki uczestnictwu w zajęciach ŚDS w Kórniku może rozwijać swoje zainteresowania i talenty twórcze. W placówce ma wspaniałych przyjaciół.

ROBERT WRZESIŃSKI



FOT. ARCHIWUM ŚDS W KÓRNIKU

Codziennie pod górę⁽¹¹⁾

W mojej schizofrenii przeżyłam choroby, wzmocniłam się i upadłam. Nie mam tu nawet na myśli stanów manii i depresji charakterystycznych dla zaburzeń tego typu. Porównując wcześniejsze okresy, nauczyłam się, tak w miarę, z nimi funkcjonować. Staram się nie pogłębiać ani poziomu pobudzenia, ani złego nastroju.

Dzięki terapeutom zrozumiałam, że pomimo choroby mam jednak sporą kontrolę nad swoimi emocjami. Kiedy przychodzi euforyczny nastrój naturalny jest, że chcemy ten stan wzmocnić, podtrzymać. Tymczasem w chorobach afektywnych musimy uczyć się, by tego samopoczucia „nie nakręcać”. Nasila się wtedy chęć mówienia, żartowania, robienia wielu rzeczy naraz, pójścia gdzieś, zabawy. Najbezpieczniejszą reakcją, przy uświadomieniu sobie tego, jest uspokojenie i relaksacja. Z boku może wydawać się to dziwne, ale podwyższanie tych niby wspaniałych emocji powoduje po pierwsze różne nieprzemyślane zachowania (w moim przypadku było to sięganie po alkohol), a po drugie powoduje stan wielkiego wyczerpania organizmu i depresję.

Będąc kiedyś w stanie maniakalnym wzięłam wysoką pożyczkę, której potem nie mogłam spłacić. 2 tysiące złotych było dla mnie wówczas wysoką kwotą. Tego samego dnia wydałam z niej prawie wszystkie pieniądze. Kupiłam wiele niepotrzebnych rzeczy i drogie prezenty znajomym. Pełna wspaniałego samopoczucia odwiedziłam ich, aby im je wręczyć. Rozmawialiśmy i śmialiśmy się. Byłam przekonana, że jestem najszczęśliwszą osobą na świecie. W drodze do domu kupiłam dużo alkoholu i wypijałam samotnie. Rano obudziłam się w strasznym stanie: wszystko mnie bolało i nie chciało mi się żyć.

Zrozumienie przyczynowo-skutkowego powiązania między euforią a depresją dość szybko spowodowało próby opanowywania nadmiernego pobudzenia. Nauczyłam się dostrzegać, kiedy taki stan nadchodzi. Działam wtedy, ale staram się uspokoić emocje, dużo nie mówić i energia powoli wraca do normalnego poziomu. Z depresją nie jest tak łatwo. Poczucie beznadziejności utrudnia odwró-

canie negatywnych myśli. Przejmuję nagle widzieć sens życia, wszystkie codzienne czynności wydają mi się całkowicie pozbawione sensu. Po co tak się męczyć, skoro i tak trzeba umrzeć. Staram się przeczekać i nie podejmować żadnych pochopnych działań.

Działania związane z ucieczką od obciążeń wywołanych depresyjnym nastrojem też przyniosły mi wiele szkód. W jednej z takich chwil oficjalnie zrezygnowałam z ciekawego i dobrze płatnego zlecenia, bo miałam wrażenie, że to mnie przerasta, nigdy się nie skończy i że muszę odpocząć. Później, bardzo tego żałowałam, ale powrotu już nie było. Wiele razy też zrezygnowałam ze spotkań, nie dotrzymywałam zobowiązań wobec bliskich nie tłumacząc, z czego to wynika. Któregoś dnia obiecałam koleżance popilnować przez kilka godzin 2-letniej córeczki, bo musiała pójść na badanie. W ostatniej chwili wysłałam jej e-mesa, że nie przyjdę. Nie wytłumaczyłam dlaczego. Czy miałam poczucie winy? Tylko pustkę w środku i poczucie, że nikt nie jest w stanie tego zrozumieć.

Cieszyłam się ostatnio, że coraz częściej pojawiają się chwile spokoju, poczucie zwykłych, normalnych dni, gdy czasem coś rozzmieszy, czasem zezłości albo zasmuci. Przychodzą jednak chwile, gdy zachowuję się całkiem nieracjonalnie: unikam ludzi, denerwuję mnie, czuję wręcz agresję, nie odbieram telefonów. Ktoś może powiedzieć – wszyscy tak mają, nie jesteś wyjątkowa. Może właśnie na tym polega mój problem, że w takich chwilach zbyt koncentruję się na sobie, unikam myśli, że czasem tak po prostu się zdarza, doszukuję się nienormalności. Bo co to jest normalność? Czy kiedy w środku rozmowy telefonicznej odkładam słuchawkę, bo gdzieś zapędziłam się w projekcjach swoich lęków to norma? Raczej nie.

Pewnego dnia zadzwonił telefon od osoby, z którą współpracuję. Teraz widzę to z boku, że zupełnie niewłaściwie zinterpretowałam wypowiedź tej osoby. Wydawało mi się, że ona podejrzewa mnie o jakieś kłamstwo, że to co mówi jest powiązane z moimi poglądami politycznymi. Kompletny chaos. Kiedy odłożyłam słuchawkę, słyszałam tylko szum w uszach i niespokojne bicie serca. Łzy napływały mi do oczu, bo sama nie wiedziałam, co właściwie się ze mną dzieje. Do tego czułam straszny wstyd, że tak się zachowałam i sprawiłam przykrość tej osobie. Próbowaliśmy dozwonić się jeszcze raz. Nie odebrałam.

Każdy ma prawo czasem zrobić coś irracjonalnego, pogubić się w swoich lękach i trudnościach. Czemu więc mi jest z tym tak trudno, czemu wciąż to wszystko tak analizuję? Co to daje? Terapeuta twierdzi, że uciekam od realnego życia. Tworzę emocje na podstawie swoich analiz i projekcji, brakuje mi emocji wynikających z realnych sytuacji. To prawda. Najbezpieczniej czuję się sama w domu, kiedy nie muszę i nie chcę udawać kogoś innego. Jestem wtedy swobodna i nie boję się tak swoich zmiennych emocji. Mało wychodzę i niewiele mam przyjaciół. Teraz, tak naprawdę, tylko jedną znajomą, od

innych się odsunęłam. To też jest dla mnie problem. Na początku znajomości często idealizuję osobę, którą poznaję, staram się jej przypodobać, pozyskać jej akceptację. Potem przychodzi taki moment, mniej lub bardziej wyraźny, że pozytywne emocje zmieniają się we wrogość i jakby chęć odwetu za wyimaginowane odrzucenie.

Poznałam kiedyś na osiedlu młodszą od siebie kobietę. Jakoś zagadałyśmy do siebie, a że obie mamy psy zaczęłyśmy, podobnie jak z obecną koleżanką, razem spacerować. Początkowo byłam nią zachwycona, że taka jest radosna, spontaniczna, taka może podobna do jednej z moich wersji „ja”. Gdy dostała pracę powiedziała mi, że teraz nie będzie już miała dla mnie tyle czasu, ale żebym dzwoniła, przypominała się. Może było to po prostu uczciwe postawienie sprawy, a może rzeczywiście miała dość naszej znajomości. Moja reakcja na to była jednak ponadwymiarowa. Niby nic nie powiedziałam, przytaknęłam, ale odtąd nosiłam w sobie „bombę” negatywnych uczuć do niej, która wreszcie wybuchła. Od tamtej sytuacji minęło wiele czasu, spotykałyśmy się czasem częściej, czasem rzadziej, ale cały czas odczuwałam wrogość, którą ukrywałam. Wreszcie, gdy nadarzyła się sposobna okazja, a ja akurat byłam w bardzo złym nastroju, skrzytykowałam ją publicznie przy innych tak, że potem się rozplakała. Przykro mi było? Nie. Tylko ta pustka zamiast uczuć.

Trudno mi o tym pisać, ale tak właśnie jest. Rozmawiam o tym i o innych sprawach z moim terapeutą. Boję się, jak sobie poradzę, gdy on odejdzie na emeryturę. Oczywiście wiem, że jeśli będę potrzebować na pewno znajdę pomoc, choć marzę o tym, by wreszcie stanąć na nogi i nie potrzebować tak systematycznego, cotygodniowego wsparcia. Czy to możliwe? Dziś nie wiem. Może jutro obudzę się w lekko podwyższonym nastroju, którego oczywiście nie będę podkreślać, ale stwierdzę, że wszystko jest możliwe, jeśli się tylko naprawdę chce. Takie jest moje życie na tej już mniej rozbujałej, ale jednak huśtawce. Nie wiem, jakby to było, gdyby Marka nie było przy mnie. S.A.



FOT. KAROLINA KASPRZAK



Tomasz
Przybysz
ŻABNO

Przez plecy przeszedł mi okropny dreszcz i zacząłem z nerwów trząść się jak osika. Po chwili uświadomiłem sobie usłyszaną wiadomość – ojciec zginął w wypadku.

– Jak to się stało? – zapytałem słabym głosem.

– Podobno jechał ze zbyt dużą prędkością, w lesie wyszło mu jakieś zwierzę przed samochód, bo są ślady gwałtownego hamowania, wpadł w poślizg i uderzył w drzewo. Kierownica wbiła mu się w pierś i zmarł po kilku minutach.

– Co my teraz zrobimy? – spojrzałem na mamę przez łzy.

– Musimy być silni – odpowiedziała – i nie załamywać się. Życie toczy się dalej i nadal będziemy rodziną.

Poszła do siebie, a ja leżałem, osuwając się z myślą, że straciłem jednego z rodziców. Nagle nerwy puściły mi całkowicie i rozplakałem się. Płacz przeszedł później w śloch, aż wreszcie trochę się uspokoiłem. Ale do samego rana nie mogłem już zasnąć.

Pogrzeb odbył się sześć dni później. Przybyła cała rodzina, zarówno ze strony ojca jak i mamy. Od samego rana czułem się, jakby mój żołądek zawiązano na supeł, a nerwy miałem napięte jak postronki. Było mnóstwo ludzi, którzy użalali się nade mną, tak jakbym bez ojca nie poradził sobie w dalszym życiu, składali nam kondolenie i zachowywali się, jakbyśmy byli niezdolni do samodzielnej egzystencji. Na szczęście pod wieczór wszyscy sobie pojechali i zostaliśmy z mamą sami.

Kilka dni później na przekór przekłębemu losowi dostałem radosną niespodziankę – kartkę z życzeniami świątecznymi od... Agnieszki. Na krawędzi załamania psychicznego napisałem do niej list, w którym prosiłem, aby nie zostawiła mnie samego w tych trudnych chwilach. Odpowiedzi również i tym razem nie otrzymałem.

Powoli zacząłem się jednak

otrząsać z szoku wywołanego śmiercią ojca. Wróciłem do przepisywania tekstów przywożonych mi przez pana Franciszka i moja psychika zaczęła powracać do równowagi. Tymczasem Fundacja przestała organizować wyjazdy na kolonie, nawiązałem więc kontakt ze Sportowym Stowarzyszeniem Inwalidów „Start” i przez następne dwa lata (1997–1998) właśnie z nim wyjeżdżałem na wczasy.

VII

Wczasy organizowano nad morzem w Mielnie. Cieszyłem się bardzo w wyjeździe w październiku, gdyż letnie upały były dla mnie zbyt męczące. Tym razem jechałem tam autokarem razem z innymi. Kierownik trawusa, pan Irek, oraz jego prawa ręka i rehabilitantka w jednej osobie, pani Ina, stworzyli miłą atmosferę i chociaż od rana padał deszcz, wszyscy mieli dobry humor i nikt nie siedział ze skwaszoną miną.

Byłem ciekaw niezmiernie, jak będzie nad morzem, gdyż jeszcze nigdy nad nim nie byłem. W Mielnie, niestety, też padało, wiał na dodatek silny wiatr, ale po południu niebo zaczęło się powoli przejaśniać, jakby nie chciało nam psuć pobytu. Ośrodek okazał się wspaniały. Był to właściwie hotel mieszczący się w trzech budynkach, z ogromną stołówką i małą salą taneczną z barem, położony w dodatku nad samym morzem. Do snu usypiał mnie zatem szum fal. Obiekt znakomicie został dostosowany do wózków inwalidzkich, miał też dobrze dostosowane pokoje (telewizor, radio, czajnik itp.).

Podczas obiadu dowiedziałem się od pana Irka, że nie mają dla mnie opiekuna.

– Szkoda, że nikt mnie o tym wcześniej nie poinformował – powiedziałem. – Mama z pewnością by go dla mnie załatwiła.

– I co teraz zrobimy? – zapytał Irek. – Ani ja, ani pani Ina nie możemy się tobą przez cały czas opiekować, gdyż mamy mnóstwo pracy. Może mama mogłaby przyjechać do ciebie? Oczywiście nie płaciłaby za pobyt, gdyż byłaby tu jako twój opiekun.

– Mama nie będzie mogła – odparłem. – Podczas mojej nieobecności chce wyremontować mój pokój. Chociaż...

Hiobowa

może Ewa przyjechałaby tutaj? To jest moja przyjaciółka, która codziennie do mnie przychodzi i myślę, że dałaby sobie ze mną radę.

Chyba dali się przekonać, bo skoro ufałem dziewiętnastoletniej dziewczynie, to dlaczego oni mieli jej nie ufać? To przecie mną miała się opiekować, a nie nimi. Pan Irek zadzwonił więc do mojej mamy i tak ją „oczarował”, że zgodziła się na opiekę Ewy.

Następnego dnia po południu ubrali mnie bardzo ciepło, owinęli kocem i pan Irek zabrał mnie nad morze. Podjeżdżaliśmy powoli taką minipromenadą, aż wreszcie znalazłem się na skraju skarpy. Widok był dla mnie niezwykle. Ogromne, bezkresne połacie szarej wody, nad którą rozpościerało się oślepiająco jasne niebo. Wiał silny, ostry i przejmująco zimny wiatr, powietrze zaś było wilgotne, pełne ozonu i bardzo orzeźwiający. Z wrażenia zaparło mi dech i nie wiedziałem, co mam powiedzieć. Widok był tak uderzający, że nie mogłem oderwać od niego wzroku. Dopiero po kilkunastu minutach, gdy już przemarłem od wiatru, wróciliśmy do ośrodka.

Do końca dnia nudziłem się okropnie. W telewizji nic ciekawego nie było, nikt mnie nie odwiedził, jedynie czasem pan Irek lub pani Ina wpadli zobaczyć, czy czegoś nie potrzebuję. Na szczęście zabrałem ze sobą kilka książek i trochę sobie czytałem. Spać poszedłem wyjątkowo wcześnie. Wczesnym rankiem ktoś zapukał do mojego pokoju, a kiedy otworzyłem drzwi, ujrzałem w nich... Ewę. Nareszcie! Jak zwykle była w znakomitym nastroju mimo całonocnej jazdy pociągiem, a gdy usłyszałem jej radosną paplaninę, na dobre się rozbudziłem. Ewa rozpakowała się i poleciała nad morze. Ale z powodu wiatru szybko wróciła.

Okolo dziewiątej przyszedł pan Irek. Przedstawiłem go Ewie, razem pomogli mi się ubrać i usiąść na wózku, pojechaliśmy na śniadanie. Stołówka była pełna, gdyż oprócz nas przebywały w ośrodku

matki z dziećmi mającymi porażenie mózgowe, ponieważ stosowano tu terapię przez użyciu specjalnych skafandrów kosmicznych. Potem wyruszyliśmy na zwiedzanie Mielna. W październiku tylko nieliczne sklepy były otwarte. Za to sporo było jeszcze budek z frytkami i smażonymi rybami. A ponieważ morskie powietrze bardzo zaostrzyło nam apetyty, więc mimo zjedzonego śniadania poszliśmy przekąsić małe „co nieco”. Frytki były znakomite. Smażowały nam zupełnie inaczej niż w domu. Może sprawiło to morskie powietrze, może inna sól, ale naprawdę były wyśmienite. Odtąd prawie codziennie tam bywaliśmy.

Z Ewą właściwie nigdy się nie nudziłem. Mieszkała w Żabnie kilkaset metrów od mojego domu i przychodziła do mnie codziennie. Spędzaliśmy ze sobą mnóstwo czasu, słuchaliśmy muzyki, rozmawialiśmy, chodziliśmy wspólnie na spacer, uczyłem ją obsługi komputera. Ewa miała zawsze mnóstwo energii i dobrego humoru, była uśmiechnięta i wesola, a jej radość zaczęła się i mnie udzielać. Zapomniałem o moich żartach, o pustce w moim życiu, a moje oczy znów zaczęły nabierać blasku. Czy to podczas wspólnych spacerów nad morzem, czy podczas posiłków, czy też wczasowych dyskotek – zawsze byliśmy uśmiechnięci i pełni radości. Żarty też się nas trzymały, bo zaczęliśmy się nawet przedstawiać jako małżeństwo (gdyż nosiliśmy „obraczki przyjacieli”). I tak pasowaliśmy do siebie, że wszyscy nam uwierzyli.

Cały ten turnus był niezwykły. Chociaż pozostali pensjonariusze byli już w wieku „średnim”, zachowywali się jak młodzież. Nie było żadnego postękiwania, narzekań i jęków, każdy był zadowolony i uśmiechnięty, a na deskach szaleli na parkiecie jak dwudziestolatki. Jako najmłodszy z nich powinienem mieć najwięcej energii, ale po przełączeniu trzech kawałków z dwoma „panienkami” (jednocześnie!) opadłem kompletnie z sił. Również Ewa nie mogła czasami sprostać swoim tan-

opowieść⁽⁵⁾

cerzom i prosiła wtedy mnie do tańca (nauczyła się ze mną tańczyć), aby trochę odechnąć.

Nadszedł w końcu czas powrotu. W domu czekała mnie niespodzianka – mój pokój zmienił się nie do poznania. Mama samodzielnie założyła kasetony i położyła tapetę. Z wielką energią powróciłem do przepisywania tekstów.

W połowie listopada przeżyłem kolejne nieszczęście. Moja babcia, która mieszkała razem z nami, nabawiła się zapalenia płuc i zmarła. Odkąd sięgam pamięcią – babcia była zawsze ze mną. Gdy byłem mały, opiekowała się mną pod nieobecność rodziców, broniła mnie, gdy miałem dostać lanie. Gdy już poruszałem się na wózku, przychodziła dotrzymywać mi towarzystwa i dzięki niej nie czułem się taki samotny w domu. A teraz odeszła od nas i zostałem tylko z mamą. Jednak ta samotność nie trwała długo. Z pobliskiej Mosiny przeprowadził się do nas mój brat z żoną i dziećmi. A ponieważ po śmierci ojca cały ciężar prowadzenia hodowli pieczarek (które ojciec uprawiał) spoczął na mamie, więc nie mogąc jednocześnie zajmować się mną, hodowlę oddała mojemu bratu. Z początku cieszyłem się bardzo z przeprowadzki brata, ale niejednokrotnie potem tęskniłem za ciszą i spokojem, jakie panowały, gdy mieszkaliśmy tylko z babcią.

W marcu 1998 roku znów „uciekłem” z domu. Tym razem na dwa tygodnie do Śremu do Kliniki Reumatologicznej w charakterze kuracjusza. Moi sąsiedzi byli zaskoczeni, że zabiera mnie pogotowie, dopiero mama wyjaśniła, że wyjeżdżam tylko na „wczasy”. Podróż minęła dość szybko, w końcu to było tylko naście kilometrów. Pokój, w którym mnie umieszczono, miał siedem łóżek. Chwilowo był pusty, bo moi współlokatorzy byli na rehabilitacji.

Mama przyniosła moje rzeczy, rozpakowała je do szafy i omówiwszy się ze mną za kilka dni, pojechała do domu, lecz nie na długo. Po woli zaczęli się schodzić moi „towarzysze niedoli”. Nikt w

moim wieku, wszyscy dużo starsi ode mnie. Z początku patrzyli na mnie trochę dziwnym wzrokiem, ale później z niektórymi nawet się zaprzyjaźniłem. Na przykład taki pan Bogdan. Miał problemy z kręgosłupem i przepuklinę, jednak patrząc na niego, odnosiło się wrażenie, że jest zdrowy. Nigdy się nie skarżył, zawsze chodził uśmiechnięty i chętnie innym pomagał. Wielokrotnie gdy miałem ochotę na herbatę, jakby czytając w moich myślach, już ją szykował. Wyreżając pielęgniarki, zawoził mnie na rehabilitację lub telewizję, robił zakupy w pobliskim sklepiku – po prostu złoty człowiek. I mimo swojej choroby wciąż w doskonałym humorze.

W maju dowiedziałem się, że Ewa wyprowadza się z Żabna do Poznania, ponieważ znalazła tam pracę. Wiadomość tę przyjąłem ze smutkiem, gdyż wiedziałem doskonale, że w moim domu nigdy już nie będzie tak wesoło, gwarno i radośnie, że skończą się przeróżne desery i ciasta, którymi karmiła nas moja mama. Traciłem powiernika wszystkich moich tajemnic, Ewa zabierała do Poznania część naszego wspólnego życia i zdałem sobie sprawę, że te wspaniałe czasy już nigdy nie powrócą.

Latем z powodu upałów i intensywnej pracy więcej czasu spędzałem w domu niż na dworze. Nigdy nie lubiłem zbyt wysokich temperatur, gdyż bardzo mnie męczyły. Na spacerzy wychodziłem z rzadka i to tylko wieczorami. We wrześniu otrzymałem ze „Startu” propozycję kolejnego wyjazdu na wczasy, ku mojej radości znów nad morzem, tym razem w Międzywodziu. Jako opiekunka jechała ze mną mama. Kiedy w Poznaniu dojechalśmy na miejsce zbiórki, okazało się, że większość wyjeżdżających to moi znajomi z ubiegłorocznego turnusu w Mielnie. Przyjemnie było zobaczyć po roku te same twarze. Również kierownictwo się nie zmieniło – nadal dowodził wszystkim pan Irek, a jego prawą ręką była pani Ina.

Ośrodek okazał się znako-

mitą, pokoje wygodne, w każdym telewizor i 14 kanałów telewizji kablowej, jedzenie wyśmienite, opieka lekarska doskonała, morze pod samym nosem – cóż można więcej wymagać? Poznałem Jarka, z którym często chodziłem na spacerzy po Międzywodziu. Zachciało nam się kiedyś pospacerować nad samym morzem. Właśnie trwał odpływ, piesek był bardzo wygładzony przez fale, więc wędrowaliśmy samym brzegiem plaży. Nagle piasek zrobił się bardzo grząski i wózek zaczął się w nim zapadać. Z początku ugrzązł dość słabo, ale z każdą chwilą pogrążał się coraz głębiej. Jarek próbował mnie wyciągać, ale jego heroiczne wysiłki sprawiały tylko tyle, że zapadałem się coraz bardziej. Dwoje wczasowiczów widząc, że nie może dać sobie rady z wózkiem, pospieszyło nam z pomocą. Dopiero wspólnymi siłami wyciągnięto mnie na suchy brzeg. W samą porę, gdyż powoli zaczynał się przypływ i wody coraz bardziej przybywało.

Któregoś słonecznego dnia siedziałem przed ośrodkiem na trawniku z panem Irkiem i panią Iną i opalając się, rozmawialiśmy o życiu osób niepełnosprawnych. Opowiedziałem im o pracy na komputerze oraz o moich literackich próbach. Pani Irkowi przyszła wtedy do głowy świetna myśl:

– A może napisałbyś do gazyety reportaż o naszym pobycie w Międzywodziu?

Spodobał mi się ten pomysł i odtąd wszystkimi zmysłami chłonałem życie turnusu, aby móc odpowiednio przełać swe wrażenia na papier. Oczywiście „reporterska obserwacja” nie psuła mi pobytu. Większość dnia spędzałem nad morzem. Mogłem godzinami przebywać na plaży, wpatrując się w bezkresne wody, delikatny szum fal uspokajał moje nerwy i ładował nową energią, a cudownie świeże powietrze odbudowywało moje nadwątłone siły.

Na swoje dwudzieste piąte urodziny zaprosiłem mamę do przydrożnej kawiarenki na szaszłyka i kawę. Pogoda tego dnia była wspaniała, muzyka

delikatnie sączyła się z głośników, jedzenie okazało się doskonałe – czułem się tam tak dobrze. To były najwspanialsze urodziny, jakie kiedykolwiek obchodziłem.

Po powrocie do domu z zapalem zabrałem się do pisania owego reportażu o Międzywodziu. W ciągu trzech dni spłodziłem artykuł, który uznałem za całkiem udany i wysłałem go do miesięcznika dla niepełnosprawnych – „Filantrop Naszych Czasów”. Artykuł ukazał się w jednym z jesiennych numerów pisma. Jednocześnie reporterka lokalnego tygodnika zadzwoniła, że chce przeprowadzić ze mną wywiad. Nie miałem nic przeciwko temu, więc zgodziłem się na spotkanie.

Siedziałem właśnie przed komputerem, gdy przez okno zobaczyłem dziewczynę z notesem w ręce. Usłyszałem dzwonek, mama zeszła na dół, a po chwili otwierając drzwi do mojego pokoju, powiedziała:

– Masz gościa.

Gdy dziewczyna weszła, poczułem, jakby piorun we mnie uderzył.

– Witaj Tomku. Jestem Izabela, umówiliśmy się na wywiad.

Dopiero po chwili odpowiedziałem na jej powitanie, ale wciąż myślałem, że śnię. Izabela była tak ładną podobną do Agnieszki, że nie mogłem uwierzyć własnym oczom. Na początku byłem bardzo spięty, nie bardzo wiedziałem, co mam powiedzieć, ale Izabela potrafiła rozładować tę nieco sztywną atmosferę i po chwili rozmawialiśmy jak starzy znajomi. Mama przyniosła herbatę i zostawiła nas samych, a ja zacząłem snuć swoją opowieść.

– Moje smutne życie rozpoczęło się dwadzieścia pięć lat temu...

Mówiłem, a Izabela słuchała mnie z uwagą, od czasu do czasu zadawała mi jakieś dodatkowe pytanie i przez cały czas notowała. Opowiadałem o moim życiu, o problemach osób niepełnosprawnych związanych z bezsensowną biurokracją w urzędach oraz o braku tolerancji w społeczeństwie. Otwarłem się przed nią całkowicie i opowiedziałem jej nawet o Agnieszce i o tym, że Izabela bardzo jest do niej podobna.

ciąg dalszy na str. 38 i 39

ciąg dalszy ze str. 36 i 37

– A gdybyś miał do wyboru zdrowie i miłość, to co byś wybrał? – zapytała mnie nagle.

– Nie wahałbym się ani chwili – odparłem zdecydowanie – i moim wyborem byłaby miłość. Przez całe moje życie byłem samotny. Nigdy żadna dziewczyna się mną nie zainteresowała, a przecież też potrzebuję miłości. Wiem, że moja choroba jest nieuleczalna, być może za kilka lub kilkanaście lat zwycięży mnie całkowicie, ale moim największym marzeniem jest, aby ktoś okazał mi choć odrobinę prawdziwej miłości. Nie litości, bo tego nie potrzebuję, ale właśnie trochę tego cudownego uczucia, bez tego życie ludzkie byłoby bezsensowne.

Zapadła chwila ciszy. Izabela zrobiła mi jeszcze kilka zdjęć przy komputerze, a przy pożegnaniu powiedziała:

– Wierzę, że kiedyś znajdziesz wreszcie swoją wymarzoną miłość.

Obiecała mi, że materiał o mnie ukaże się tydzień później. Słowa dotrzymała.

VIII.

Nadszedł grudzień 1998 roku. Wypisywałem kartki świąteczne do rodziny i znajomych i przyszła mi do głowy myśl, aby wysłać życzenia także Agnieszce. W głębi duszy nie potrafiłem o niej zapomnieć. Nie spodziewałem się jednak odzewu z jej strony, dlatego tym bardziej byłem zaskoczony, gdy już po kilku dniach otrzymałem odpowiedź. Ku mojemu zdumieniu Agnieszka nie zapomniała o mnie i mój list bardzo ją ucieszył (a zarazem zaskoczył). Chociaż nie odpisywała wcześniej na moje listy, jednak byłem niesamowicie uradowany tym, że w ogóle się do mnie odezwała.

Już po Nowym Roku, na początku stycznia 1999 roku, poprosiłem Agnieszkę o zdjęcie. Chciałem zobaczyć, jak aktualnie wygląda, czy bardzo się zmieniła przez te lata, no i przede wszystkim czy nadal jest taka śliczna. Otrzymałem je w następnym liście. Wyglądała tak cudownie, że nie mogłem oderwać od niej wzroku. Agnieszka nadal studiowała, przygotowywała się właśnie do egzaminów, na dodatek podjęła pracę, nie miała więc czasu na korespondowanie. Postanowiłem wtedy wysłać jej swoje listy bez względu na

to, czy dostanę na nie odpowiedź, czy też nie. Zacząłem dla niej taki „minipamiętnik”, pisałem jej o tym, co się ze mną dzieje, zwierzałem się ze wszystkich zmartwień.

W końcu marca postanowiłem zrobić jej niespodziankę. Ponieważ w moim ulubionym radiu w każdy piątek słuchałem programu „Prywatka”, w którym grano stare przeboje, więc przyszło mi do głowy, aby poprosić osobę prowadzącą audycję o jakąś piosenkę dla Agnieszki. Wybór mój padł na piosenkę „Darling” duetu Baccara, natomiast piosenkę swoim ciepłym głosem zapowiadała Arleta – jedna z moich ulubionych DJ-ek prowadzących ten program. Agnieszka bardzo się ucieszyła, a ja odtąd zawsze starałem się zadedykować jej jakąś piosenkę.

Na początku maja zacząłem niespodziewanie dostawać listy z całej Polski. Nie wiedziałem, skąd one się biorą, byłem tym faktem bardzo zaskoczony. Myślałem, że może ktoś zrobił mi głupi kawał i dał w moim imieniu anons do jakiejś gazety. Dopiero od koleżanki dowiedziałem się, że w miesięczniku „Integracja” w „Kąciku Przyjaciół” ukazał się fragment mojego listu i stąd ta cała korespondencja. A ponieważ miałem coraz więcej wolnego czasu, gdyż coraz rzadziej otrzymywałem coś do przepisania na komputerze, więc nawiązałem mnóstwo nowych znajomości.

Kilka miesięcy później popełniłem pierwszą nieśmiałą próbę literacką w konkursie „Tygodnika Zamojskiego”; temat: moja największa miłość. Nawet przez chwilę nie zastanawiałem się nad wyborem – postanowiłem napisać o Agnieszce. W ciągu zaledwie dwóch dni powstało opowiadanie, które zatytułowałem „Historia pisana sercem”. Tytuł trafnie oddawał treść opowiadania, gdyż to właśnie serce dyktowało mi, co mam pisać. Uznałem tekst za udany i wysłałem go do redakcji, lecz nie otrzymałem żadnej informacji o wynikach konkursu.

Mój kolejny turnus rehabilitacyjny okazał się totalną klęską. Wyjechałem we wrześniu z mamą na dwutygodniowy turnus do Ciechocinka pod patronatem Wielkopolskiego Związku Inwalidów Narządu Ruchu, którego byłem członkiem. Na pierwszy rzut oka było dość przyjemnie, czułem

Hiobowa

się jak w lesie – całe miasteczko tonęło w zieleni. Ośrodek wczasowy również zrobił na mnie dobre wrażenie (przynajmniej z zewnątrz), które jednak wnet przysło. Kiedy mama otworzyła drzwi pokoju, w nasze nosy uderzył zaduch dawno nie wietrzonego pomieszczenia oraz ostry zapach świeżej farby. W środku znajdowały się dwa „łóżka” składające się z szerokiej deski (stare drzwi od szafy?) położonej na drewnianych klockach i przykrytej gumowych materacem, mały stoliczek i dwa krzesła, szafa w przedpokoju oraz przedpotopowe radio. Do umycia się mieliśmy małą umywalkę; wspólna łazienka, jak również toaleta mieściły się na korytarzu. Na domiar złego mieszkaliśmy w skrzydle, które było właśnie w remoncie, więc codziennie wczesnym rankiem budziły nas odgłosy stukania i wiercenia w ścianie. Na szczęście po południu ekipa kończyła pracę i zapadła wtedy błoga cisza.

Nudziłem się tam okropnie. Jak to zwykle bywało – znów nie miałem żadnych zabiegów i mój pobyt był wybitnie klimatyczny. Na dodatek nie miałem tam prawie rówieśników. Na szczęście poznałem dwoje młodych ludzi, którzy przyjechali na ten sam turnus. Ona, przemiła dziewczyna, opiekowała się facetem na wózku, który był mniej więcej w tym samym wieku co ja. Później dowiedziałem się, że to jej mąż. Widząc jaka jest troskliwa, przypomniałem sobie, jak cztery lata temu również i ja byłem pod taką cudowną kuratelą Agnieszki. On był całkowicie sparaliżowany po wypadku, więc musiała przez cały czas być przy nim. I chociaż ta opieka była czasem dla niej trudna, zawsze chodziła uśmiechnięta, a z jej oczu promieniowała bezgraniczna miłość do męża. Zazdrościłem mu tak wspaniałej żony.

Po dwóch tygodniach nudzenia się w Ciechocinku nadszedł czas powrotu do domu. Cztery godziny drogi zniósłem dzielnie, ale miałem już dosyć jazdy i marzyłem, aby jak najszybciej znaleźć się w domu. Przrzekłem sobie, że już nigdy nie dam się namówić na

żadne wczasy „nie wiadomo gdzie” i jeśli tylko będę mógł, postaram się wyjeżdżać wyłącznie nad morze. Miło było znów znaleźć się w Żabnie, zasiąść przed komputerem i posłuchać mojego ukochanego radia (bo w Ciechocinku nie mogłem go złapać w tym starym radioodbiorniku).

Dzień później była „Prywatka” z moją ulubioną DJ-ką Arletą. Jak zwykle podczas programu zadzwoniłem do niej z prośbą o piosenkę dla Agnieszki oraz by się przywitała po dwutygodniowej nieobecności. Podziękowała mi za kartkę z Ciechocinka, którą jej wysłałem, lecz w muzycznej zapowiedzi mylnie określiła mnie jako osobę mieszkającą w Poznaniu. Postanowiłem wtedy napisać do niej list i przedstawić się bliżej – w końcu już od pół roku spełniała moje muzyczne prośby i zaczęła nawet poznawać mnie po głosie. Tydzień później znów prowadziła „Prywatkę”. Poprosiłem ją o kolejną piosenkę dla Agnieszki i ku mojemu ogromnemu zdumieniu podała mi swój nowy numer telefonu, abym do niej mógł zadzwonić.

Po kilku dniach zebrałem się na odwagę i zatelefonowałem do niej. Nasza pierwsza rozmowa trwała czterdzieści pięć minut. Po raz pierwszy nie czułem tremy. Arleta powiedziała mi wtedy, że mój list bardzo jej się podobał, że mam talent literacki i nie powinienem go zmarnować. Uznałem to za doskonały pomysł i postanowiłem po raz drugi podjąć literacką próbę.

26 października Agnieszka obchodziła swoje urodziny. Chciałem tak bardzo usłyszeć ją „na żywo”. Wiedziałem, gdzie pracuje. Z bijącym sercem wystukałem na klawiaturze telefonu numer do banku w Świebodzinie. Przywitał mnie głos z taśmy, a po kilkunastu sekundach odezwała się pani z centrali, która połączyła mnie z Agnieszką.

– Słucham – usłyszałem znajomy głos.

Serce podeszło mi do gardła i nie wiedziałem, co mam powiedzieć. Wreszcie się prze mogłem:

opowieść⁽⁵⁾

– Witaj Agnieszko, czy do myślasz się, kto dzwoni?

– Nie – odpowiedziała. – A gdybym zaczął rozmowę od „witaj księżniczko... (tak zaczynałem każdy mój list do niej) poznałabyś mnie?

– Tomek? – jej zdziwienie było ogromne. – nie spodziewałabym się, że do mnie zadzwonisz. – Chciałem ci złożyć najlepsze życzenia z okazji urodzin.

Oczyrna duszy zobaczyłem jej uśmiech. Jeszcze chwilę rozmawialiśmy, ale się pożegnałem, gdyż nie chciałem przeszkadzać jej w pracy. Po tej rozmowie poczułem ogromny przypływ energii i dobrego humoru i przez resztę dnia pracowałem jak opętany. A skoro tak świetnie się poczułem po telefonie Agnieszki, postanowiłam regularnie do niej dzwonić. Chociaż rozmowy były dość krótkie, musiałem usłyszeć jej głos, choćby to miało trwać tylko kilka sekund. Z każdą rozmową coraz bardziej za nim tęskniłem. Wreszcie na początku grudnia znalazłem w sobie tyle odwagi, aby znów wyznać Agnieszce całą prawdę. Wysłałem jej list, najpiękniejszy, jaki kiedykolwiek napisałem.

Miniony rok przeżyłem bardzo intensywnie i w nowe tysiąclecie wkroczyłem z nadzieją. Ale czy zdołam w końcu wygrać z chorobą, czy też ona będzie silniejsza ode mnie? Co się stanie z moją miłością do Agnieszki?

IX.

Po moim liście Agnieszka nie odezwała się. Często ogarniał mnie smutek i zaczynałem mieć coraz bardziej ponure myśli. Miałem już dość tego życia, lecz nawet nie przypuszczałem, co mnie wkrótce czeka.

Pod koniec lutego 2000 roku zadzwonił do mnie wujek z pytaniem, czy odbieram program Planet. Nie miałem go w swojej ofercie satelitarnej, więc obiecał mi nagrać na wideo jakiś film dokumentalny. Pojawił się wkrótce i przywiózł mi obiecaną kasotę. Gdy zostałem sam, włączyłem wideo i to, co obejrzałem,

sprawiło, że znienawidziłem moje życie jeszcze bardziej. Z filmu dowiedziałem się bowiem prawdy o mojej chorobie – prawdy tak strasznej, że wolałbym jej nigdy nie poznać. Okazało się, że przez ponad dwadzieścia lat nie wiedziałem, na co rzeczywiście choruję. Choroba nazywa się Fibrodysplasia Ossificans Progressiva (FOP) i jest moim genetycznym koszmarem.

Z początku myślałem, że to moja pomyłka, ale z każdą minutą oglądanego filmu, z każdą nową informacją utwierdzałem się w przekonaniu, że to moja choroba. Zgadzały się wszystkie fakty – zniekształcony duży palec u nogi, początkowe objawy, sposób postępowania, powolne usztywnienie mięśni, „przebłyśki” chorobowe – to była cała prawda o FOP.

Początkowe przerażenie przeszło w rozpacz. Wielokrotnie zastanawiałem się: „dlaczego ja?”, ale na potrafiłem odpowiedzieć sobie na to pytanie. Najbardziej zabolą mnie wiadomość, że FOP jest nieuleczalna. Gdybym miał jakąś iskrę nadziei, że kiedyś wstanę z wózka, że będę całkowicie zdrowy, to jeszcze mógłbym się jakoś pogodzić z chorobą. Ale informacja o bezsilności lekarzy całkiem już mnie dobiła. Na szczęście nie byłem sam, odwiedzały mnie koleżanki, więc powoli odzyskiwałem pogodę ducha.

Postanowiłem jednak dowiedzieć się o swej chorobie jak najwięcej. Razem z wujkiem nawiązaliśmy poprzez Internet kontakt z amerykańskim stowarzyszeniem IFOPA, które zajmowało się badaniem nad fibrodysplazją. Nie posiadałem jednak dostępu do Internetu, więc listy wysyłałem zwykłą pocztą do wujka, a on w swojej firmie tłumaczył je na angielski i wysyłał do Stanów przez Internet. Odpowiedzi uzyskiwałem w ten sam sposób.

Dopiero w maju rozpoczęła się moja przygoda z globalną siecią informacyjną. Dzięki życzliwości wujka otrzymałem modem i jeszcze w tym samym dniu miałem swoją własną skrzynkę pocztową.

Z Telekomunikacji otrzymałem prezent w wysokości stu darmowych impulsów do wykorzystania przez trzy miesiące w Internecie. Szybko nauczyłem się podróżować w sieci, szukać potrzebnych mi informacji, wysyłać maile. Coraz lepiej poznawałem język angielski, dzięki któremu mogłem już samodzielnie korrespondować z IFOPA.

Właśnie wtedy zacząłem szukać w Internecie wszelkich danych na temat FOP. Przekonałem się, że po polsku nie ma o niej żadnych danych stron internetowych, zaś ze stron angielskojęzycznych większości tekstów nie byłem w stanie zrozumieć. Dzięki pomocy znajomego przetłumaczyłem książkę o FOP otrzymaną z IFOPA, więc mogłem o mojej chorobie dowiedzieć się czegoś więcej.

W lipcu zacząłem zastanawiać się nad stworzeniem własnej strony internetowej. W końcu miałem dostęp do Internetu, więc mógłbym także tą drogą zaistnieć w „szerszym świecie”. Myślałem także o opracowaniu pierwszej polskiej strony z informacjami o FOP. Po długich poszukiwaniach odpowiedniego programu do projektowania stron internetowych zabrałem się wreszcie do pracy.

Ani się obejrzałem, a tu lipiec miał się ku końcowi. Ale i moja strona była już gotowa. Oprócz tłumaczenia książki o FOP zamieściłem na niej moją biografię podzieloną na rozdziały, dodałem wiersze napisane przed laty, a także kilka informacji o mnie wraz ze zdjęciem. Znalazienie odpowiedniego serwera, który oferował miejsce na darmową stronę WWW, było tylko kwestią kilku dni. W połowie roku po raz pierwszy zaistniałem w Internecie.

Tymczasem zacząłem mieć coraz większe problemy z użębieniem. Ze względu na słabe rozwarście ust oraz blokadę ramion miałem ogromne kłopoty z myciem zębów; szczoteczki odpowiednio dużej nie znalazłem, więc je zaniedbałem. Dopiero gdy coraz częściej zaczęły mnie boleć, postanowiłem coś z

tym zrobić. Dowiedziałem się o dobrej dentystce ze Śremu; przemawiał za nią także fakt, że gabinet miała na parterze, bez schodów, więc nie byłoby żadnych problemów z wjazdem moim wózkiem.

Rankiem wyruszyłem na pieszą wyprawę do Śremu. W charakterze konwojenta towarzyszyła mi moja sąsiadka Edyta. Przy okazji postanowiliśmy po drodze odwiedzić Kasię. Jak to w sierpniu często bywa – od samego rana panował straszny upał. Na niebie nie było ani jednej chmurki, po prostu małe piekielko. Na szczęście wzięłem ze sobą parasol do osłony przed słońcem, inaczej dotarłbym do Śremu z udarem mózgu.

Koło południa byliśmy już u Kasi. Wyglądała jak zwykle ślicznie i na jej widok przestałem się bać wizyty u dentystki. Było mi tam tak dobrze, że nie miałem ochoty jechać dalej. Niestety, myśl o kłopotach z zębami zmusiła mnie, aby ruszyć w dalszą drogę. Było już około czteronastej, a więc największa gorączka. Czuję wielki głód (od rana poza śniadaniem nie miałem nic w ustach), a do wizyty miałem jeszcze około półtorej godziny, zatem postanowiłem wraz z Edytą pójść na obiad. Wybraliśmy chińską restaurację, bo byłem ciekaw smaku egzotycznych potraw. Kurczak po chińsku okazał się wyborny.

Do gabinetu dentystycznego dotarliśmy punktualnie. Najpierw krótka rozmowa o stanie moich zębów, potem o mojej chorobie, aż wreszcie dentystka przystąpiła do dzieła. Otworzyłem usta najmocniej jak mogłem, a ona zaczęła mi wiercić w zębie. Dwa lub trzy razy „zahaczyła” o nerw, a mnie wtedy z bólu włosy stawały dęba. Przy płukaniu zęba lodowatą wodą myślałem, że oszaleję. To już jednak była końcówka zabiegu.

– Teraz włożę panu do zęba truciznę, która zatruje ten ząb, a za tydzień go zaplombujemy.

Ten ostatni zabieg był już całkiem bezbolesny. Potem krzątając się po gabinecie, jeszcze ze mną rozmawiała, a po minucie poczułem, że robi mi się gorąco, przed oczyma zaczęły latać mroczki, zdążyłem jeszcze powiedzieć „słabo mi” i straciłem przytomność.

cdn.



Zbigniew M.
Nowak
KOŁOBRZEG

Szczygieł(24)

– Ty mi powiedz, co ty dzisiaj wypił? Od tego masz taki czarny język?

– To nie... napój...

– Ołśnisz mnie?

– Proszę bardzo... Owinąłem brzuch... bandażem elastycznym.

Symonides dotknął jego brzucha.

– I to pomogło?

– Tylko to... bo język mam czarny od jagód.

– Tylko? Tylko?! To jest genialne! Teraz trzeba się tego trzymać!

Dziewczyna na stole dostała dwa koła i kręcąc nimi, przesuwiała się na stojąco w stronę środka sali. Manewrując między kozetkami, wyjechała zza UGUL-a.

Huberta ogarniało coś na kształt narkotycznego podniecenia. Poprosił jeszcze o dziecięć stopni, a magister nieco śmielej zakręcił korbką.

– Czterdzieści – powiedział.

Podrygiwał i podśpiewywał coraz bardziej ochotczo. Ta pionizacja... Dzisiaj miał naprawdę dobry dzień.

Dziewczyna na stole pionizacyjnym zbliżyła się do niego na zasięg głosu.

– Jak tam? – spytała, uśmiechając się promiennie, niczym modelka, której twarz mogłaby zainteresować każdą firmę kosmetyczną. Wysoka, chyba wyższa niż on, miała takie same włosy. Wyobraził sobie, że te włosy sprawiają, iż jest podobna do niego, i to one, a nie wspólnota losu i jednocześnie pionizacja, dają poczucie jakiegoś z nią powinowactwa. Czarne pasy stabilizujące jej sylwetkę niepokojąco odcinały się od dresu, w który była ubrana – jasnoróżowego z ciemniejszym napisem na piersi: „Love Forever”. Uniósł dłoń na powitanie.

– Jak się masz, Loveforever? – odezwał się Symonides.

Dziewczyna zachichotała.

– Jestem Karolina – powiedziała.

– A ja Symonides – gorliwie się przedstawił. – Miło mi.

– Symonides?

– Coś taka zdziwiona? Jak Symonides z Keos, taki poeta.

– Poeta? Był taki?

– Był.

– Pierwsze słyszę.

– „Nic, co ludzkie, nie jest wolne od trosk”. Znasz to? Jego słowa.

Dziewczyna kiwnęła głową.

– Aha... Nawet miał rację – powiedziała i wciąż rozbawiona zapytała:

– Powiedział coś jeszcze?

– Uzbierałoby się całe mnóstwo.

– A ty? – zwróciła się do Huberta.

– Ja?

Na chwilę stracił zdolność widzenia i zaczął ratować się częstszymi wdechami. Mocno wciągał powietrze nosem.

– Nie zdradzisz mi swego imienia?! – usłyszał jej głos jak przez mgłę.

– Hubert... – odrzekł cicho. – Hubert! – powtórzył cokolwiek mocniejszym głosem.

– Strasznie dziś duszno. Pewnie lepiej by ci było bliżej okna. – Karolina zauważyła jego spojrzenie i powiedziała bardziej do magistra niż do niego.

Lekki przeciąg owiał mu twarz. Zrobiło się trochę lepiej. Trochę. Dopiero po kilku minutach poczuł, że powracają mu siły. Rzucił okiem na dziewczynę. Stała po lewej stronie obrócona do niego przodem. Oboje z magistrem przyglądali mu się w milczeniu. Postanowił, że spróbuje pokonać jeszcze kilka stopni.

– Masz moc? – Magister sprawdził jego puls i obrzek stóp. – Nie wytrzymasz więcej – ocenił.

Zerknął na Karolinę. Spoglądała na niego w jakimś napięciu.

– Jeszcze... mam siłę... – rzekł zdecydowanie.

Magister ustąpił. Sięgnął do korbki i zaczął wolno kręcić. Uniósł się jeszcze wyżej.

– Pięćdziesiąt pięć – usłyszał głos. – O więcej nie prosz.

Nie czuł dobrze, czy ból w nogach wzrósł jeszcze bardziej. Chyba osiągnął swe apogeum już w poprzednim położeniu. Tylko odrętwienie wspięło się wyżej i mdło weszło na skronie. Było coraz dotkliwsze. Nie czuł dobrze wdychanego powietrza. Wydawało mu się, że jest coraz duszniej. Symonides stanął przed nim i pokazał dwa palce.

– Ile? – usłyszał z oddali, a za chwilę przestał widzieć i słyszeć. I myśleć.

ROZDZIAŁ 24

Było już dobrze po kolacji. Zmagał się ze spirometrem i słuchał płyty z cyklu organowych dzieł Bacha, którą dostał od Adeliny. Po każdym wydechu robił kilkuminutowe przerwy, żeby mieć czas na wyrównanie poziomu tlenu w pulsującej z uporem krwi. Co któryś raz ocierał się o hiperventylację. Ciemniało mu w oczach i nie kontrolował wydechu. Wówczas przerywał ćwiczenie na dłużej i obiecywał sobie, że następny wdech, jakkolwiek głęboki by był, nie zmoże go więcej. Mocował się z ustnikiem, który nie chciał trzymać się na miejscu, i bezradny wobec złośliwości, na jaką tylko stać martwą rzeczą, tracił cierpliwość, kiedy dość bezceremonialnie wtargnął do niego Rafał.

Chłopak miał włosy pozaplatane w cienkie warkoczki. Owinięty w barwną tkaninę spytał od progu:

– Co porabiasz?

– Wkurzam się – odparł Hubert, pokazując luźny ustnik. – Odpada...

– Pokaż – chłopak podjechał do łóżka i wzięł spirometr.

– Widzę, że już skończyłeś kilim.

– E tam. Przestało mnie to bawić, zwłaszcza teraz, kiedy mi tak nogi napieprzają...

– Bolą cię?

– Jak cholera. Najbardziej tydki.

– Bolą cię nogi, których nie masz?

– Dzisiaj w nocy omal się nie roztrząsałem. Miałem silny kurcz w stopie. Zerwałem się z łóżka i skoczyłem na nogi, żeby puścić...

– Wypierniczyłeś się?

– Glebnałem, że aż mi supernowa błysnęła. Szczęście, że sobie szwów nie rozwaliłem. Dmuchasz w to? – upewnił się. Wziął głęboki wdech i wdmuchnął zaczerpnięte powietrze w aparat. Zakasłał się gwałtownie. – Papierosy, psiekrwie – sparodiował kogoś. – Ile wyszło?

– Pokaż... Cztery tysiące... czterysta pięćdziesiąt... centymetrów sześciennych. – odczytał Hubert. Delikatnie zakłuła go zazdrość.

– Musiałbym trochę potrzebować.

– Nie jest źle...

– Mówisz? – Chciałbym... mieć tyle...

– A ile ty wydmuchujesz?

– Szkoda gadać... – odparł wymijająco. – Ale o czterech litrach... mogę pomarzyć... Jak o wielu innych... rzeczach.

– Fakt, masz przerąbane. Właściwie to ty nic nie możesz? Nic. W ogóle będzie z tobą kiedyś lepiej?

– Kiedyś musi... Mam nadzieję...

– Wątpię.

– Czemu, przecież ćwiczę...

– Eee tam! – cynicznie machnął ręką. – Możesz sobie ćwiczyć nawet do usranej śmierci.

Hubertowi gwałtownie skończyło ciśnienie. Zapięła go twarz, jakby ktoś wymierzył mu policzek.

– Nie zamierzam... szybko umierać... – odparł gwałtownie.

– Co ty możesz, bidoku – powtórzył Rafał. – Nawet nie masz jak skończyć ze sobą.

– Myślę o tym, by raczej... z tego wyjść... I bynajmniej... nie nogami do przodu.

– A ile to potrwa? Jesteś młody i lata mogą upłynąć, nim zainteresujesz się księżą oborą. Fuck! Nie zazdroszczę, ci powiem.

– Chrząć się... – z trudem przez zacisnięte gardło wymówił Hubert.

– Nie ma się co obrażać. Tak wygląda obiektywna prawda.

– Pieprzysz! To nie jest... żadna prawda! Nie możesz mieć o niej... pojęcia! – Chętnie w odwecie oddałby mu równie boleśnie, ale do zbyt wzburzonej głowy nic sensownego nie chciało przyjść. – Filozof się... znalazł... Myślisz, że jak tobie... nogi nie odrosną, to znaczy, że ja... Tak?!

„Pozaplatany skurwiel! Wszawy mędrak! Gnoj!” – waliło mu w głowie również mało elokwentnie. Najlepiej wpełznąłby mu te słowa z powrotem do gardła.

Rafał zdjął z siebie tkaninę i rozpostarł ją, ale Hubert zawzięcie nie wykazywał zainteresowania. Prawdę mówiąc, stres wywołał rozmowę wyzerpał go gwałtownie i poczuł, że teraz sen byłby dla niego najlepszym zbawieniem. Zapragnął jak najszybciej uciec w swój wewnętrzny świat, swój azyl, gdzie mógł się schronić i w spokoju pozierać myśli. Zapragnął, by szybko nic mu nie było. A tylko we śnie był taki. We śnie zawsze był sprawny. Chodził, biegał, nawet jeździł na nartach... Ziewnął szeroko.

– Idź już, co?! – powiedział.

– Nie ma sprawy – rzekł w najmniejszym stopniu niezrażony Rafał. – Skoczę jeszcze do Kacpra. Wczoraj jakiś kamień znaleźli mu w nerce. Już bez noża się nie obejdzie...

•

W nocną ciszę, kiedy wydawało się, że ruch w mieście zamarł i żaden tramwaj nie zadzwoni i nie zatrąbi żaden samochód, kiedy jedynie szmer liści ugłaskiwał tę noc, wdarło się nagłe ujadanie psa. Hubert otworzył oczy, sądząc, nie do końca wybudzony, że to Saba przy drzwiach szczerka na kogoś, może na Magdę? Ocknął się i jął nasłuchiwać rozczarowany, że nie jest w domu. Pies co jakiś czas na przemian szczerkał i wył.

Już nie mógł zasnąć. Ożyła rozmowa z Rafałem. Nadal denerwowały go słowa chłopaka. Długo gnębiły go tego wieczoru głosnym: „Co ty możesz,

bidoku... Nawet nie masz jak skończyć ze sobą...”.

Nadal wierzył chciwie wszystkim tym, którzy w szczerości serca zapewniali go, że wstanie, że trochę to potrwa, może nawet i długo, ale wstanie, na pewno, jeśli tylko będzie ćwiczyć. A tu ten gnój...

Męczył się – to żadne odkrycie. I prawdą było, że cierpiał okrutnie i znosił wiele, oraz to, że samobójstwo mogłoby położyć tej torturze kres. Wystarczyło podjąć jedną decyzję, zdecydować się na jeden ruch i spokój, spokój – wreszcie i na zawsze... „Przecież to takie proste – myślał – i oczywiście właściwie”. Ulżyć sobie... czemu nie? Każdy by zrozumiał. Niejeden podszeptałby takie rozwiązanie i niejeden takiego podszeptu usłuchał, może bez wahania nawet...

Ulżyć sobie... Tylko za jaką cenę? Pojawił mu się obraz rodziców i Kasi. Ujrzał ich smutek i żalobę po nim i zobaczył ich dalsze okaleczone życie, ich dozgonny ból, jeszcze większy od tego, który z jego winy znosili teraz. Czy z egoistycznych pobudek mógł skazywać ich na takie cierpienie? Czy mógł pozbawiać ich tej resztki spokoju, nawet w zamian za własny? Czy po ten spokój w obecnej sytuacji istotnie miał sięgać? Rozważając teoretycznie, mógł pożegnać się z tym życiem i to na kilka sposobów, nawet tak ograniczony ruchowo. Dość zostało mu inteligencji, by taki zamiar przeprowadzić. Zatem Rafał mylił się, nie był w położeniu bez wyjścia. Lecz jak miał zapomnieć o najbliższych? Jak miał zostawić ich, wyrzucić im siebie, zabrać, kiedy tak rozpaczliwie o niego walczyli? Jak go tej śmierci wyszarpywali? Miał ich oszukać? Zdradzić ich?

Ujadanie psa zrobiło się nieznośne. Co z tą Magdą? No co z tą Magdą? Zginęła bez wieści! Jej też byłoby przykro, tak samo wujowi. O tak... wuj Sylwek na pewno by się zasmucił. Lecz w końcu przeżyliby jakoś, pogodzili się, z czasem zapomnieli nawet. Ale mama? Ojciec i Kasia? Ich cierpienia nie umiałby unieść i oni też nie zdołaliby go unieść. Nie, jego wyjściem nie mogła być śmierć. Wiedział, co trzeba zrobić, jaka była jego powinność. Tak, wiedział bez wątplenia.

ROZDZIAŁ 25

Jechał tymi samymi korytarzami, którymi co dzień jeździł

na perełki, tylko trochę dalej. Znajoma droga jawiła mu się jak coś zupełnie nowego. Już nie tarabanił się z całym łóżkiem, lecz jechał, bezwładnie rozpierając się w wózku, do którego wciąż mentalnie musiał się przekonywać. I nieważna była ewidentnie większa wygoda przemieszczania się. Lastrykowa posadzka, a co kawałek gresowe płytki, jak ruchomy bieżnik wsuwały mu się pod nogi. Na mijanych ścianach też był w stanie zauważać więcej detali...

– Gdzie chcesz jechać w swój pierwszy kurs? – drugiego dnia nowej ery, ery pozycji siedzącej, spytała go Lenka. Dopiero od niedawna pracowała na męskim oddziale, a już czuła się pewnie, nawet dość swobodnie, jak ktoś, kto ma wieloletnią praktykę i doświadczenie. Mimo wszystko była ogólnie lubianą pielęgniarką. Nosila króciutkiego języka i spoglądała łagodnie przez duże okulary wciąż zsuwające się z lekko zadartego nosa. Huberta fascynowała jej idealnie proporcjonalna budowa ciała. Nie znał wcześniej nikogo o tak doskonałej sylwetce. Pielęgniarka na imię miała Milena, lecz życzyła sobie, żeby mówić do niej – siostrze Lenko.

– Do parku – poprosił bez namysłu. Tak, najbardziej ciągnęło go do parku. Wszyscy już tam byli, wszyscy spędzali tam wolny czas każdego dnia, tylko nie on...

– Chodźmy więc – powiedziała, nie bacząc na to, że on będzie jechał.

Przez ścianę szyb zobaczył park, prawie już z bliska. Kiedy wyjechał, suche, gorące powietrze wydało mu się jak z dalekiego wspomnienia. Osłepiła go jasność. Przestrzeżni i odgłosy dobiegające z zielonych gęstwin były jak zew wolności. Był niczym wędrowiec, który po długiej, trudnej i pełnej śmiertelnych niebezpieczeństw podróży wkraczał do rajskiej doliny, oazy szczęśliwego spokoju, zagubionej przestrzeni, która jedynie przysięść się mogła znużonym podróżnikom. Serce eksplodowało radością.

Lenka wiozła go chodnikiem z krzywo ułożonych płyt cementowych. Spękania i wyboje trzęsły nim solidnie, a mimo to jego uskrzydłona dusza rwała się dalej, w głąb parku. Mijali stare platany rosnące wzdłuż, po prawej stronie. W połowie

drogi dziewczyna skręciła, żeby wciągnąć go na środek rozległego trawnika. Ustawiła go tak jak chciał, przodem do słońca. Był spocony, miał dreszcze i pragnął gorąca słonecznego żaru.

– Przyjdę po ciebie za godzinę, okej? – rzekła. – Wytrzymasz tyle w tym piecu?

– Jest pięknie... – odparł, mrużąc oczy. Już był tu, na powietrzu, poza murami szpitalnego oddziału, jego ostatnio naturalnego środowiska...

– To siedź tu – odparła Lenka i szybko zbiegła z nagrzanego trawnika.

Rozejrzał się. Wszędzie, gdzie tylko było trochę cienia, odpoczywali chorzy ludzie. Tylko w trawie, kilka metrów przed nim, na rozpostartych kocach opalały się dwie rozbrane dziewczyny. Obok stały ich wózki. Znał niemal wszystkich z sali gimnastycznej. Przypomniawszy sobie Karolinę. Nie widział jej tutaj. Gdzie była? Na ćwiczenia też nie zjechała. Czemu? Może nie czuła się dobrze?

Po drugiej stronie w równym rzędzie rosły stare platany, tak samo jak za jego plecami. W jakimś sensie pasowały do tego miejsca. Złuszczała się kora, niczym skóra toczona przez paskudną egzemę, płatami zlizwała z ich pni, blizny i zadrapania broczyły szklistym sokiem. Suchymi konarami błagały niebo.

Cały park ujęty był w dwa prostopadłe skrzydła Instytutu. Architektura tego, w którym mieścił się jego oddział, była typowa dla końca lat sześćdziesiątych. Proste linie oraz jasnoszara kolorystyka nie wydawały się specjalnie interesujące i na pewno nie mogły nikogo zachwycić. Ot, smutny sześcian, któremu nawet modernistyczna fasada nie dodawała różności. Za to drugie skrzydło dominowało bogactwem detali neogotyckiego porządku. Mury z czerwonej, specjalnie palonej cegły i dach z ceramicznym pokryciem typu „mnich i mniszka” przypominały mu neurochirurgię i jak tamta klinika dawny klasztor. Figura Matki Boskiej, która ze złożonymi do modlitwy rękoma stała na wysokiej, doryckiej kolumnie wznoszącej się obok cementowego pawilonu, utwierdzała go w przekonaniu, że oto znajduje się w poklasztornej wirydarzu.

ciąg dalszy na str. 42 i 43

ciąg dalszy ze str. 40 i 41

Zatrzymał wzrok na kamiennej Maryi. Uduchowiona postać zdawała się pochylić nad cierpieniem chorych.

„Matka i opiekunka zbolących – pomyślał. – Bez sensu... Czemu wcześniej nie zaopiekowała się lepiej, czemu nie uchroniła przed tą boleścią? Teraz może sobie tu stać”. Zadał głowę. Zachwycił go bezkres czystego błękitu. Niebo – wysokie i nieskazitelnie doskonałe, bez tego wszechobecnego bólu, bez znoju. Zdziwił się urzeczony tym widokiem jak czymś zupełnie nowym. Jakież to wszystko było dziwne... Wystarczyło przejechać korytarze, żeby wydostać się z tego naznaczonego piętnem kalectwa rewiru i raptem znaleźć w tym miejscu, które sobie tak po prostu było, zawsze i zdumiewająco blisko. Rozglądał się ciekaw wszystkiego, głodny tych wszystkich nareszcie odzyskanych i nigdy tak podniecających widoków. Podążył spojrzeniem za pustulką, która ponad koronami drzew zaatakowała jakiegoś małego ptaka. Nieskutecznie, co stwierdził z pewnym zadowoleniem. Miała swe gniazdo u podstawy jednego z pinakli i tam zalatywała co jakiś czas ze schwytaną zdobyczą. Pot coraz obficie zlewał mu twarz, utrudniając patrzenie. Ciężkie krople spływały z czoła, wypływały spod włosów i szczypiące wlewały się do oczu. Biała koszulka, którą miał na sobie, pociemniała solidnie zmoczona. Nie pojmował tych potów. Nie umiał odgadnąć, co tak naprawdę je powodowało... Jakis ucisk? Blokada? Brak krążenia? A może jakaś zastoina? Dotychczas nikt nie potrafił pojąć przyczyny, a pocenie się dokuczało mu nieznacznie już od pierwszych prób siadania w wózku z wysokim oparciem, takim jak ten, na którym jeździł Kacper.

Uniósł zimną rękę i grzbietem dłoni przetarł twarz. Zdażył już odkryć defekt w konstrukcji nowego wózka. Podłokietniki umieszczone na bokach były za nisko. Nie miał gdzie oprzeć rąk. Kiedy nie dawał rady ich utrzymać, opuszczał je swobodnie, a one ciągnęły swym ciężarem, powodując uporczywy nerwoból barków i karku. Ten dyskomfort z godziny na godzinę stawał się coraz dokuczliwszy. Dziś, właściwie całkiem niedawno, zmęczył je

Szczygieł⁽²⁴⁾

dotatkowo. Po raz pierwszy samodzielnie zjadł obiad. Miał trudności z trafeniem do ust widelcem trzymanym w drżącej ręce. Zawadzał o dziąsła, wargi, często o zęby. I wcale mu nie smakowało, czuł się pokrzywdzony i nie potrafił sobie wyobrazić, jak w takim stanie uda mu się z zupą.

– Uśluprołeś się jak proszczok – powiedziała mu siostra Anka, kiedy go zobaczyła.

Koszulka nie nadawała się już do niczego poza praniem i trzeba było ją zmienić. Był zniechęcony, mimo że zjadł sam i powinien być z siebie dumny.

– Nie cieszysz się? – zapytała Rysia.

– Nie o takim życiu... marzyłem... – wyznał szczerze.

– Życie, mój drogi, zazwyczaj jest gorsze od marzeń, choć nikt nie zaprzeczy, że najczęściej bywa ich efektem. A ty z czasem – powiedziała mu uszczęśliwiona – także zupie dasz radę.

Nie był pewien, czy w tym momencie nadal ją lubił. Później pomyślał, że jakoś musi uporać się z dreszczami, bo zabierają mu całą energię, wysysają z niego ciepło aż do wnętrza kości i kompletnie zakłócają termoregulację. Zmniejszając objętość płynów ustrojowych, doprowadzając jego organizm do hipowolemii. Zdażył się przekonać, że potrafią trzymać do wieczora i targać, nawet kiedy już leży w łóżku i pije gorącą herbatę, w rzeczywistości (co wcześniej rozumiał opacznie) objawiając trwający jeszcze kilkanaście godzin stan zaburzenia homeostazy.

Stukanie i gwar głosów dobiegał z ostatniej sali. Domyślał się, że tam właśnie Anka go wiezie. Zbliżyli się, kiedy wyszła Adelina. Niosła przed sobą duży wiklinowy kosz z wełną i dopiero po chwili zauważyła Huberta.

– O! Witamy, witamy! – uradowała się. – Doczekałam się ciebie...



FOT. KAROLINA KASPRZAK

– Wiozę ci tego miglanca – zaśmiała się Anka.

– Barzy do ciebie wołał niż do parku. Dobry wybór – rzekła Adelina. Mrugnęła do niego, jak to robiła podczas profesorskich obchodów. Mimo niewyszukanego ubioru – zwykłej, bawełnianej koszulki, która jasnokremowym kolorem odcinała się od jej czekoladowej opalenizny, i prostych, lnianych rybaczek oraz drewnianych chodaków – wyglądała bardzo atrakcyjnie.

– Widziałeś już pracownię?

– Po drodze...

– To chodźcie tu – zaprosiła do pomieszczenia, z którego wyszła.

Wjechał i zaraz zauważył Rafała. To on stukał w coś drewnianym młotkiem i jak zwykle robił najwięcej hałasu. Siedział z drugiej strony ogromnego stołu, przy którym jeszcze kilka miejsc zajmowały dziewczęta w jasnych piżamach zajęte rozmową i szcieniem czegoś ze sztucznego futra.

Adelina przejęła od pielęgniarki wózek i wjechała między rozstawione krzesła. Potrąciła kilka, ale ustawiła Huberta przy stole, wzdłuż krótszego boku.

– Już po dyżurze, Aniu? – spróbowała zatrzymać pielę-

gniarkę. – Zostań, robię kawę.

– Właśnie świeżo zaparzoną zostawiłam u Lidki – odparła Anka. – Tak że dzięki, ale polecę.

Z miejsca, w którym siedział, widział rząd tkackich krosien. Nikt w tej chwili na nich nie pracował. Ale to właśnie z nimi skojarzył wełnę wypełniającą wiklinowy kosz, którym Adelina była objuczona na korytarzu, i kilimy tkane przez Rafała. Teraz mógł przyjrzeć się pracy dziewcząt. Każda z nich szyła dużego, kosmatego misia. Ta najbliższa chyba kończyła już, bo przyszywała właśnie paciorek, który udawał drugie oko. Za nimi, na środku stołu siedziała młoda kobieta. Bez rąk, palcami stóp szydełkowała serwetkę. Jak wikłacz, który nieomylnie i z wielką dbałością przetyka najcieńsze włókna traw w kunsztownej konstrukcji swego gniazda. Nie było w niej cienia smutku ani pretensji.

Nieco w tyle Rafał uderzył młotkiem. Tłukł w metalowe sztance i tłoczył nimi różnokształtne wzory na płacie skóry. Hubert zainteresował się jego pracą.

– Co robisz? – zapytał, mocno wykręcając głowę.

– Pasek do spodni – odparł chłopak i zręcznym uderzeniem wytłoczył kolejny kontur

lilii Burbonów. – zis dostałem protezy – wyjaśnił i pokazał pod stół.

Rzeczywiście. Na podłodze leżały spodnie wypchane dwiema sztucznymi nogami.

– Już zacząłeś chodzić? – Mimo niechęci do chłopaka ucieszył się.

– Zacząłem – przytaknął Rafał. – Tylko mi gacie z tyłka spadają...

– Też trochę popracujesz? Czy tylko przejechałeś na rekonesans? – spytała Adelina z drugiego końca stołu. Pomała jednej z dziewcząt przyszyć maskotce ucho.

– Właściwie na przeszpiewałem... – odparł wesoło. – Ale skoro już tu jestem... – dodał i zawiesił głos. Rozejrzał się i zrobił bezradną minę. – Nie wiem, co mógłbym robić... – rozłożył ręce. – Z a młot nie chwycę... igły nie utrzymam... na garncarstwo też się nie nadaje.

– Zacziesz jak inni, od klocków – odrzekła Adelina.

Ścianę za stołem zastawiało kilka przeszklonych szaf. Zgromadzone były w nich zabawki dla dzieci z sąsiedniego oddziału. Na pewno dla dzieci, bo dla kogóż by innego... Adelina odsunęła szybę w pierwszej szafie i z górnej półki zabrała kilka przedmiotów.

– To dla mnie? – wymknęło mu się w obronnym odruchu. – Znasz Karolinę? – Właśnie zastanawiałem się... ostatnio... gdzie ona zginęła...

– Nie zginęła. Przyjeżdża tutaj i ćwiczy... właśnie tymi klockami.

– Tym? Dziecięcymi klockami? Nie wszystkie są dziecięce. Niektóre tylko tak wyglądają. Teraz Karolcia będzie miała w tobie kompana, bo jej też się nudziło.

Adelina rozstawiła na stole drewniane i plastikowe przedmioty, z których każdy do czegoś pasował.

– Moja mała siostra niedawno takie miała... – rzekł, pokazując na pudełko z kolorowego plastiku powkładane jedno w drugie. Wcale nie był zachwycony ich widokiem.

– Te należą do mojej bratanek – odrzekła Adelina. – Tadzinek bardzo lubi się nimi bawić.

„No właśnie” – przemknęła mu przez głowę rozpaczliwa myśl. Na co mu przyszło? Le-

żały przed nim dziecięce zabawki i nie był to dowcip. Na tyle było go stać. Taka była jego sprawność, tak wyglądała jej miara. Co myślał? To, co mógł myśleć inteligentny człowiek zmuszony do takich zajęć.

Adelina z innego, drewnianego pudełka wyjęła trzy metalowe walce. Postawiła je przed nim.

– Ciekawa jestem – rzekła – czy jesteś w stanie oszacować, który z nich jest najcięższy?

– Na oko?

Parsknęła.

– Gdzieś ty się taki dowcipny uchował? Oczywiście, że nie. Spróbuj złapać i zważyć w ręce.

Zabrał się za najbliższy walec. Trochę czasu zajęło mu chwycenie go. Był zimny i palce zaciskały się za mocno. Nie wydawał się specjalnie ciężki, ale i tak wypadł mu i potoczył się po stole. To samo po kilku minutach stało się z drugim. Przy trzecim bardziej uważał. Złapał go mocniej i przytrzymał drugą ręką. Mozolił się i denerwował. „Aż tak trudne może być wzięcie klocka ze stołu?” – Nie mógł uwierzyć.

Zdawało mu się, że ostatni walec nie różnił się wagą od dwóch poprzednich.

– Nie jestem pewien... – powiedział po namyśle.

– Nic?

– Rzeczywiście mają różną wagę? Nie ma tu... podstępu?

– Rzeczywiście – odparła Adelina i na powrót ułożyła walce w drewnianym pudełku. – Pierwszy waży pięć dekagramów, drugi dziesięć, a piętnaście ważył ten trzeci – oświadczyła, zamykając wieko.

– Według mnie... ważyły jednakowo...

Łomot, który rozległ się niespodziewanie, spowodowała wjeżdżająca na salę Karolina. Zawadziła o krzesło i wywróciła je.

– Cześć! – zawołała do wszystkich.

– O wilku mowa! – równie głośno powiedziała Adelina. Rafał najgłośniejsze sklepywał nity przy pasku.

– Witaj, Hubercie! – Karolina jego obecność przyjęła jak coś całkiem naturalnego. Zupełnie jakby spodziewała się

go tutaj zastać. – Dziś spóźniłam się trochę – rzekła, podjeżdżając bliżej. – O! Widzę, że też bawisz się klockami Tadzia – zaśmiała się i sięgnęła po plastikowe sześciiany.

– Teraz we dwójkę będziecie je męczyć – rzekła Adelina, ustawiając Karolinę blisko stołu.

– Żebyśmy się tylko o nie nie pobili. – Dziewczyna była w dobrym nastroju. Przeciwnie do Huberta, któremu ćwiczenie z walcami skwasiło humor. Położyła ręce na blacie i z ciekawością spojrzała na szyjące dziewczęta oraz ich miśki. – Musisz tak walić?! – rzuciła nagle do Rafała.

Adelina z plastikowego bebną wysypała przed Hubertem kolorowe kształtki.

– Powkładaj je do środka przez wycięte w wieku otwory – poleciła. – I nie oszukuj.

Zabrał się do wpasowywania kształtek. Nie szło mu specjalnie i denerwował się. Co jakiś czas któraś wypadała mu z ręki, czasem na podłogę. Wtedy Adelina cierpliwie ją podnosiła i dokładała do reszty. Prawdę powiedziawszy, nie tak wyobrażał sobie terapię zajęciową. Oj, nie. Każdy robił tu coś konkretnego: Rafał tłoczył skórę, dziewczęta szyły; tam, w stolarni i na ceramice, też coś się tworzyło. Tylko on musiał bawić się jak niemowlak. I co najgorsze, kiepsko mu to szło, gorzej niż małemu dziecku. Zdecydowanie gorzej.

Przez pierwsze tygodnie układał klocki i koraliki. Chwytał je uważnie i ostrożnie przenosił w inne miejsce, a potem z tamtego miejsca przekładał je na powrót tam, gdzie leżały wcześniej. Co chwila któryś wypadał mu z palców, co jakiś czas spadał na podłogę, a on ze złości pięścią uderzał w stół. Dotąd nic tak konsekwentnie i bezlitośnie nie uzmysławiało mu jego kalectwa, jak te małe i skądinąd niewinne zabawki. Codziennie od nowa pojmował, że jest do niczego, niewiele może zdziałać, że nie daje rady, że ma ręce jak z drewna... I codziennie od nowa musiał odszukiwać w sobie tę chęć, która pozwalała mu przetrwać godziny terapii, i siły, by zdobywać się na nowy trud. Wielogodzinne zmagania z kolorową mate-

rią, oporną i złośliwie wymykającą się z rąk, uciekającą poza zasięg ramion, drwiącą z niego i z jego niesprawności, były najcięższą pracą, jaką w życiu przyszło mu wykonywać. I choć pojedynczy klocek niewiele ważył, to dźwignia i ciężar ręki pomnożone przez nieskończone długie minuty potrzebne do chwycenia go i pomnożone przez setki drobnych manipulacji i jeszcze raz pomnożone przez setki powtórzeń wydawały mu się gorsze od tłuczenia skały. Niesprawność dłoni doprowadzała go do rozpaczy, bywało, że na skraj załamania. Zagryzał wargi i kłął w duchu. I pewnie niejedną raz rzuciłby te klocki w diabły, w diabły rozsypał koraliki, które były jeszcze mniej posłuszne, trzasnął w stół i z hukiem pojechał precz, gdzie oczy poniosą, gdyby naprzeciw niego tych samych ćwiczeń nie wykonywała Karolina. Dziewczyna była pracowitsza od niego i okazywała przy tych wymagających precyzji czynnościach dużo więcej cierpliwości. Podziwiał ją, jej sumienność i zapał. Miała to wszystko, czego jemu tak brakowało, i wiedział, że jeśli kiedyś ręce mają być sprawne, to na pewno będą to ręce Karoliny.

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,
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

NIEOŚWIECONY

Sięgnął po rozum,
A tam bariera.
Pusto i ciemno
Jak jasna cholera.

TRELE

Usiadł ptak
Na czubku drzewa
No i sobie
Dla jaj śpiewa.

PODWYŻKI

Stopa się podniesie
Nawet w krótkim czasie,
Gdy włoży się buty
Na wysokim obcasie.

SPRAWIEDLIWOŚĆ

Założono opaskę
Na oczy Temidzie,
Żeby nie widziała,
Od kogo zło idzie.

FINANSISTA

Gdy cienko się przedzie
Mendzie na urzędzie,
To pieniędzy nie ma
I nigdy nie będzie.

Fraszki

KIBIC

Zna się na piłce,
Bo już w duecie
Grał w cymbergaja
Na parapecie.

CUDOWNIE

Po kolejnym
Cudzie
Znów strajkują
Ludzie.

POSTĘP

Nogi pędziły
Co sił.
Krok do przodu
Dwa w tył.

CHLEBAK

Wyjechał za chlebem,
Bo nasze piekarnie
Mają chlebowawców,
Ale płacą marnie.

SNAJPER

Na chybił-trafił
Jednym strzałem.
Trafił w dziesiątkę
Niewypałem.

KORZENIE

Ojciec na wsi,
A syn wrasta
Coraz głębiej
W beton miasta.

INTELEKT

Nawet w tęgiej głowie
Tylko dużo szumu
Gdy w niej zatrzęsienie
Chudego rozumu.

CHWAŁA

Mniej niż zero
Z wielkim zerem
Zwyciężyło
Walkowerem.

W KURORCIE

Westchnął jurny kogut:
Tyle kur dokoła,
A ja pod pantoflem
Siedzę jak pierdoła.

AUTORYTET

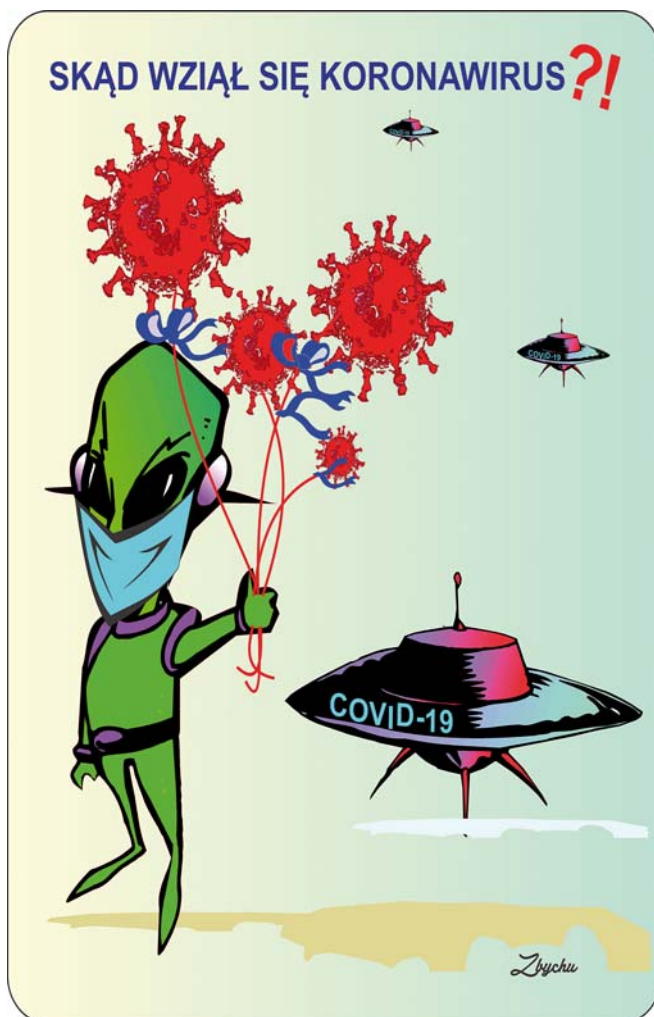
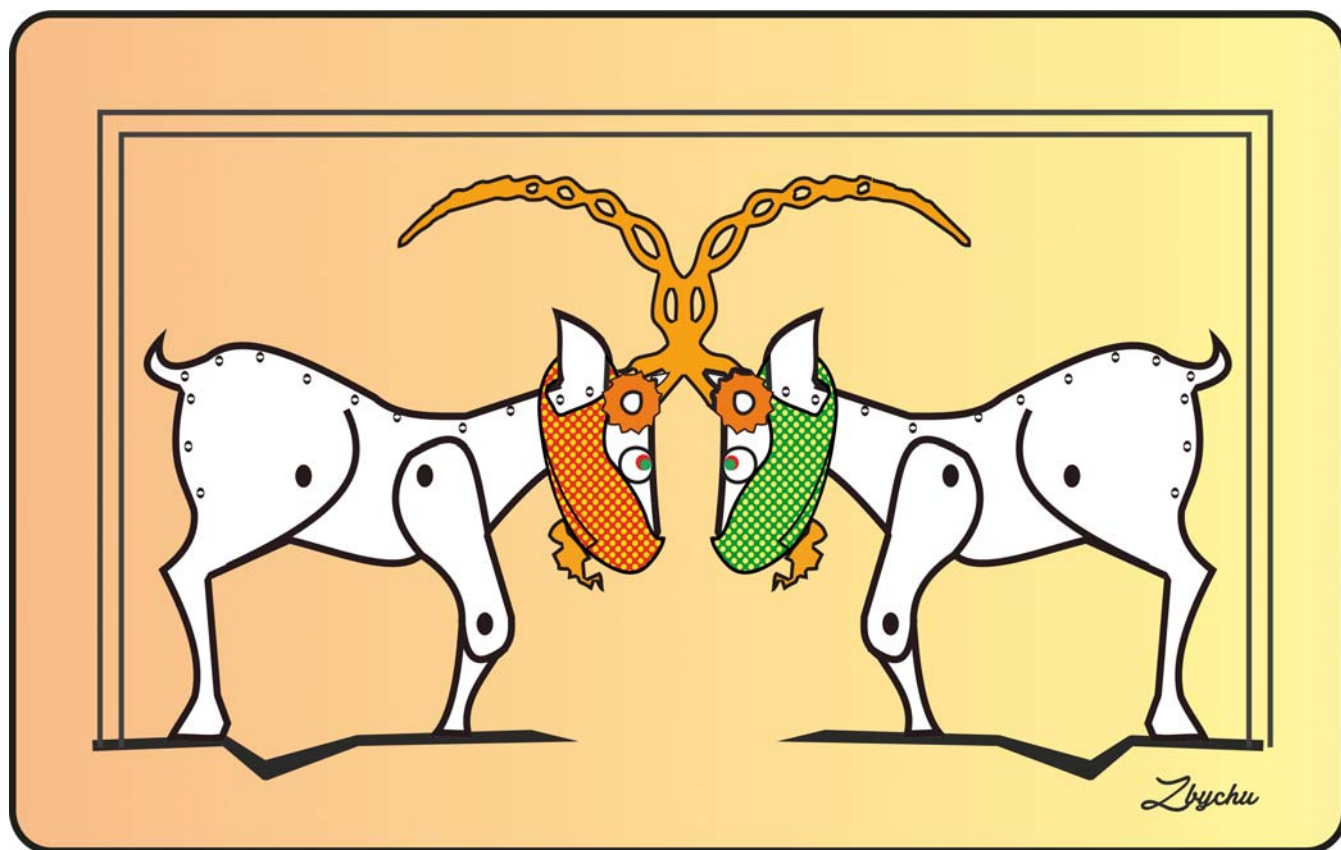
Kierowca z niego
Jest najlepszy
Dopóki auta
Nie rozpieprzy.



RYS. ANDRZEJ ROSSA



RYS. ANDRZEJ ROSSA



Kolejny raz przytrafił mi się taki uczeń, żaliła się znajoma nauczycielka. „Nie może usiedzieć w ławce, wychodzi z niej i spaceruje po klasie. A kiedy wreszcie usiądzie, to cały czas trzepocze rękoma i szura nogami. Po prostu przeszkadza w prowadzeniu lekcji”.

Matka tego niespokojnego, a zarazem bardzo sympatycznego chłopca, wciąż ponawia prośby o cierpliwość, o wyrozumiałość. Ona rozumie trudności nauczycielki, ma przecież w klasie przeszło dwadzieścioro dzieci i nie może zajmować się tylko jej synem. A poza tym w klasie są jeszcze inne „wiercipięty”.

W domu chłopiec jest nieco spokojniejszy, nie ma bowiem przymusu nieruchomego siedzenia, nie jest ciągle przywoływany do porządku, strofowany. Rodzice rozumieją, że to nie jego zła wola i że nikomu nie chce robić na złość (tak twierdzi babcia).

Dzieci z niepokojem ruchowym wcale nie jest mało, a w kolejnych latach wzrasta ich liczba. Obraz ich niepokoju jest różny, jak również jego nasilenie. Na ogół nie tylko nie

Dzieci – motyle

potrafią usiedzieć w miejscu, ale odpowiadają, zanim pytający dokończy swoje pytanie, nie słuchają co się do nich mówi, mają też trudności w podporządkowaniu się regułom gier i zabaw. Jeżeli bawią się same, to przerzucają się z jednej czynności na drugą, w zabawie zajmują dużą przestrzeń, wokół nich jest zawsze nieporządek. Często są to nie tylko „wiercipięty”, ale też „gadudy”, nieustannie „paplają”, przerywają innym rozmowę. Stosunkowo często zapominają i gubią różne rzeczy, na przykład długopis, książkę, strój gimnastyczny. Gdzieś położą, gdzieś rzucą, potem nie wiedzą gdzie. Gorzej, jeżeli zachowują się nieuważnie na ulicy, potrącając przechodniów albo wybiegając na jezdnię.

„Wiercipięty” są zazwyczaj dziećmi inteligentnymi, jednak z powodu chwilowej uwagi trudno im się skupić nad lekcjami. Niejednokrotnie szybko zapamiętaują, jednak mało do-

kładnie i raczej wybiórczo. Ich uwaga okazuje się znacznie bardziej skupialna, jeżeli robią coś, co je pasjonuje.

Rodzice na ogół już wiedzą, że przyczyny ruchowego niepokoju są różnorodne. Jedną z nich jest zakłócenie w przewodzeniu impulsów nerwowych w mózgu, co z biegiem lat może się samoistnie wyrównać. Jednak przy nasilonym i uporczywym niepokoju dzieci wymagają leczenia farmakologicznego.

Bywa, że przyczyny są związane z rozwojem cywilizacji, między innymi z chemiczną obróbką żywności, a także z zawartością ołowiu w powietrzu. Pośpiech codziennego życia, brak regularności i spokojnego rytmu czynności przyczyniają się do narastania niepokoju. Czynniki natury wychowawczej, takie jak strofowanie i karanie dziecka, mogą tendencję do ruchowego niepokoju znacznie nasilić.

Dzieci niespokojne ruchowo często wymagają specjalistycznego leczenia, a zawsze odpowiednich ćwiczeń wspomagających skupialność uwagi, a także harmonię ruchów. Istnieje wiele metod zaliczanych do tak zwanej terapii pedagogicznej, którymi mogą posługiwać się także rodzice, odpowiednio do tego przygotowani przez specjalistę. Jednakże tym, czego najbardziej potrzebują niespokojne dzieci, jest to, czego im samym brak: spokoju i cierpliwości, okazywanych im przez rodziców oraz nauczycieli.

Patrząc na takie ruchliwe, podskakujące i wymachujące rączkami dziecko, warto pomyśleć, że jest ono jak motylek o drgających skrzydełkach, siadający to tu to tam. I kiedy tak pomyślimy, przejdzie nam złość na dziecko oraz własne zmęczenie.

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

11 marca nikt nie przypuszczał, że nasze dzieci idą tego dnia do szkoły po raz ostatni w tym roku szkolnym. I że przez najbliższe miesiące nie zobaczą swoich kolegów, nie wyjadą razem do kina, nie wyjadą na wakacyjny wycieczny, a moja córka Gabriela, pasjonatka piłki nożnej dla dzieci z niepełnosprawnością intelektualną, nie weźmie udziału w treningach.

Jeden mały wirus zmienił życie całego świata. Tylko jak to wytłumaczyć córce?

Jak uchronić dziecko z niepełnosprawnością przed panicznym, nieopisanym lękiem o najbliższych, gdy wokół słyszy o zarazie i zgonach, a na ekranach telewizorów pojawiają się obrazy trumien i masowych pochówków? Te przeżycia pozostaną w córce na zawsze.

Tym większa była jej radość, gdy usłyszała: wracamy do treningów. Razem ze swoją drużyną „Pełnosprytnych” 23 maja znowu wybiegła na murawę. I choć nie mogli wejść do szatni, nie rzucili się sobie w ramiona, a twarze skrywali za maskami, to jednak radość była ogromna. Dali z siebie wszystko.

Przez godzinę wydawało się,

Radość powrotu

że wrócili do świata sprzed 11 marca i że szykują się do turnieju, którego w czerwcu mieli być gospodarzami. Ale niestety, turniej musimy przełożyć. Nie wiadomo, na jaki termin.

Jednak nie ze wszystkiego musimy zrezygnować. Szykuje-

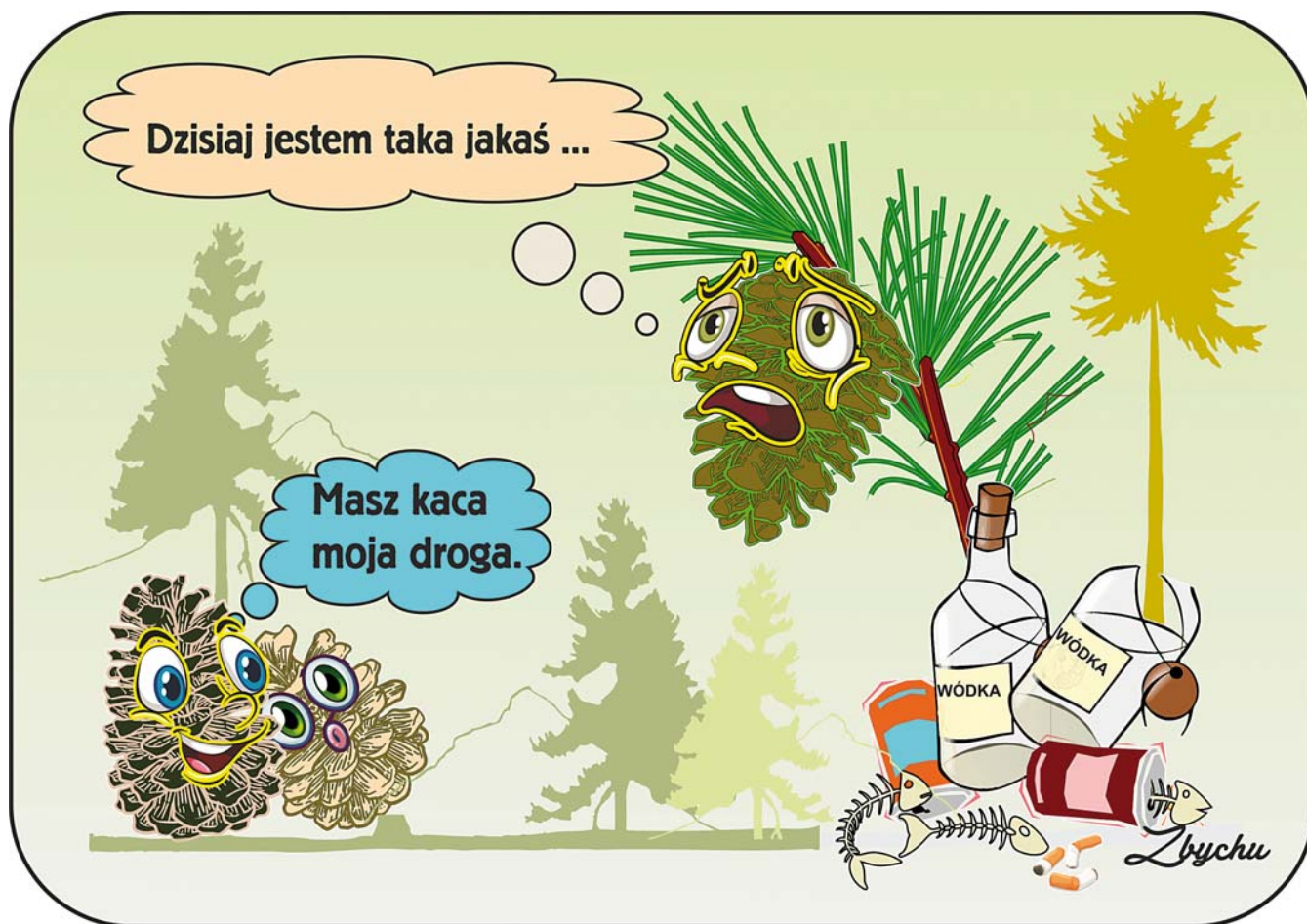
my się do półkolonii piłkarskich, które planujemy w pierwszym i ostatnim tygodniu wakacji. Przez tydzień pod kierunkiem naszych trenerów będziemy doskonalić technikę gry w piłkę. Poza tym czekają nas zajęcia z muzyki gospel, warsztaty pla-

styczne i wiele innych atrakcji. Cieszymy się na myśl o tych atrakcjach w swoim towarzystwie. A na koniec każdego turnusu, w sobotę, „Pełnosprytni” stoczą pojedynki piłkarskie z rodzicami.

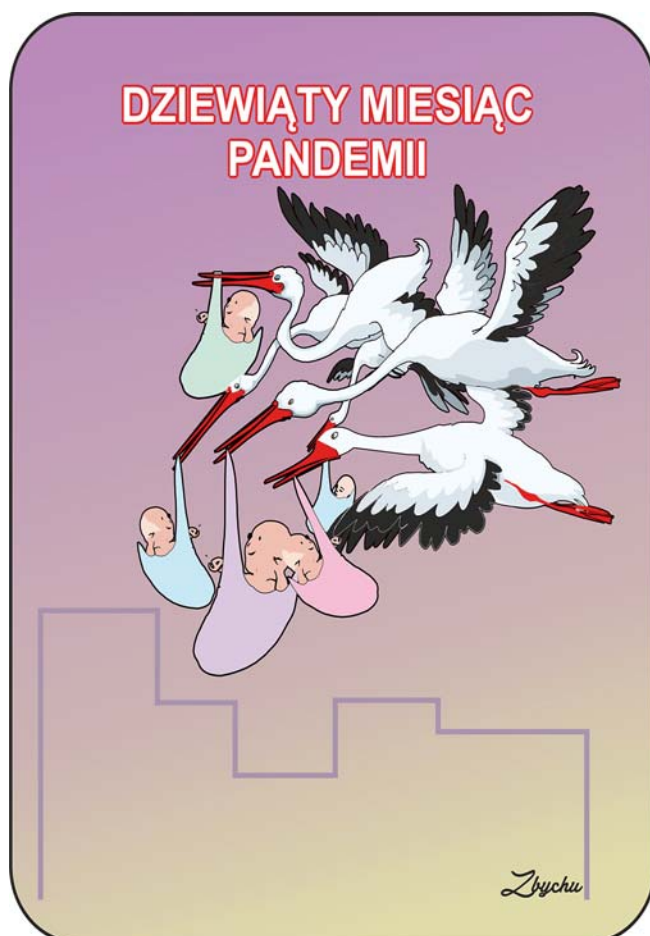
DARIA KRZYSZKOWIAK



FOT. DARIA KRZYSZKOWIAK



rys. (2x) ZBIGNIEW NOWAK



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