

PISMO RUCHU TWÓRCZEGO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

FILANTROP

n a s z y c h c z a s ó w

Nr (313) 12 • Poznań • grudzień 2020 • Nr indeksu 327948 • ISSN 1231-8876



**Na zdjęciu Tomasz Baumann
— uczestnik Środowiskowego Domu
Samopomocy „Iskra” w Poznaniu**

Więcej w artykule „Mimo pandemii — ciągłość terapii”. Str. 28 i 29



FINANSUJĄ



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych



POWIAT
POZNAŃSKI

PATRONUJĄ



W NUMERZE:

- Uczymy się siebie
nawzajem** str. 6 i 7
- Bez Was
brak nam radości** str. 8 i 9
- Sztuka wolna
od stereotypów** str. 17
- Jak chorowałem
na COVID** str. 23
- Szczęście — mieć pasję
i ukochanych ludzi** str. 24 i 25
- Koziołki i egipskie psy** str. 27
- Z „Hyćki” do muzeum** str. 30 i 31
- Zmieniać świat na lepszy** str. 35
- Słona wyprawa** str. 36

ALDONA WIŚNIEWSKA

Kto się pyta
O Jezusa
Ten nigdy
Nie zbłądzi.
Będzie szedł
Wprost do stajenki,
Gdzie trzech królowie
Witają
Dzieciąteczko
W żłobie.
Pan we własnej
Osobie
Z serca błogosławi.
Nie zostawi
Nikogo bez pomocy.
Nawet najgorszy
Złoczyńca
Godzien jest miłości
Tej ziemskiej
I tej boskiej.
Panie mój,
Dokąd iść,
By cię odnaleźć?
Betlejem daleko,
A wiem,
Że na mnie czekasz.
Małą rączkę
Wyciągasz niezdarnie,
Płaczesz
I wołasz mnie.
Gdzie ja jestem?
Na drogach
Rozstajnych.
Cierpię niedostatek.
Lecz uczuciem
Darzę
Niebieskie Pachole
Dane mi przez Boga
Na rozstajnych
Drogach.

Cyfryzacja nie straszna

Powstają platformy elektroniczne umożliwiające załatwianie spraw urzędowych zdalnie, bez wychodzenia z domu. Taką właśnie możliwość daje system iPFRON+, zapewniający kompleksową elektroniczną obsługę programów i zadań realizowanych bezpośrednio przez PFRON w postaci e-usługi.

System został wdrożony w ramach projektu „Uniwersalna platforma do projektowania i realizacji programów wsparcia osób niepełnosprawnych wraz ze zintegrowanym modułem analitycznym – system iPFRON+”.

Projekt jest dofinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa na lata 2014 – 2020, zaś okres jego realizacji trwa od 1 marca 2020 roku do 28 lutego 2023 roku.

Jak działa iPFRON+, jakie działania są obsługiwane przez ten system oraz jakie korzyści niesie dla przedstawicieli organizacji pozarządowych realizujących zadania z zakresu rehabilitacji zawodowej i społecznej osób

niepełnosprawnych, wyjaśniono na e-learningowym spotkaniu konsultacyjnym, przeprowadzonym na platformie ZOOM 20 listopada.

Omówiono między innymi zadania obsługiwane przez system, a także cele i sposoby współpracy zespołu projektowego z grupą konsultacyjną NGO.

Ważnym punktem spotkania była możliwość zadawania pytań oraz zbieranie uwag i sugestii dotyczących rozwoju oprogramowania. **Oprac. KK.**

Usługi opiekuńcze

158 mieszkańców gminy Murowana Goślina zostanie objętych wsparciem psychologicznym, fizjoterapeutycznym, terapią zajęciową i poradnictwem dietetycznym. To w ramach projektu Centrum Wsparcia Osób Potrzebujących i ich Opiekunów wraz z Dziennym Domem Pomocy. Wniosek na realizację tego przedsięwzięcia złożyło do Urzędu Marszałkowskiego Województwa Wielkopolskiego Stowarzy-

zenie „Každy jest Ważny” z Murowanej Gośliny i OAK Usługi Opiekuńcze sp. z o.o. z Poznania.

„30 osób otrzyma bezpłatnie usługi opiekuńcze w Dziennym Domu Pomocy (z uwagi na pandemię w podziale na mniejsze grupy – cykle), 120 osób otrzyma bezpłatnie pomoc sąsiedzką, w tym 30 osób z możliwością teleopieki, a kolejnych 8 osób otrzyma bezpłatnie usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania.

Oferowane będzie również wsparcie dla opiekunów faktycznych” – czytamy na stronie internetowej Powiatu Poznańskiego.

Projekt będzie realizowany z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb osób wymagających wsparcia oraz ich rodzin. Jest kierowany do osób bez względu na wiek, które z powodu choroby albo niepełnosprawności potrzebują pomocy w codziennych sprawach życiowych. **Oprac. KK.**

Ćwicz dla zdrowia

Jak i czy w ogóle korzystać z zajęć rehabilitacyjnych w czasie epidemii? To pytanie zadaje sobie zapewne niejedna osoba z niepełnosprawnością. Z powodu koronawirusa na komunikację i współpracę zdalną przeszła większość placówek rehabilitacyjno-terapeutycznych oraz organizacji pozarządowych. Jedną z takich organizacji jest Fundacja „Avalon” prowadząca bezpłatną rehabilitację dla osób z niepełnosprawnościami w ramach projektu „Aktywność kluczem do niezależności”.

Projekt jest współfinansowany ze środków PFRON.

Mając na względzie sytuację epidemiologiczną w kraju, Fundacja umożliwia uczestnictwo w projekcie w trybie zdalnym. Projekt jest kierowany do osób po 16 roku życia posiadających ważne orzeczenie o niepełnosprawności ruchowej lub neurologicznej (symbol R-05 lub N-10). Aby skorzystać z rehabilitacji online należy mieć dostęp do Internetu na urządzeniu (komputerze, tablecie lub smartfonie) posiadającym mikrofon i kamerę.

W ramach projektu osoby z niepełnosprawnościami mają możliwość odbycia indywidualnych zajęć z fi-

zjoterapeutą, psychologiem i logopedą oraz wzięcia udziału w zajęciach sportowych. Także w zajęciach neurologopedycznych, których celem jest usprawnienie komunikacji z otoczeniem. Konsultacji można zasięgnąć również stacjonarnie, po wcześniejszym umówieniu się. Podczas rozmowy fizjoterapeuta pomoże osobie z niepełnosprawnością dopasować zajęcia dostosowane do indywidualnych potrzeb i możliwości. Więcej informacji pod numerem telefonu: (22) 349 97 71, 796 324 328 lub drogą e-mail: fundacja@fundacjaavalon.pl **Oprac. KK.**



Karolina
Kasprzak
POZNAŃ

Utrata pracy w czasie pandemii

Epidemia przyczyniła się do znaczącego pogorszenia stanu gospodarki na całym świecie. Konsekwencje wstrzymania działalności niektórych branż zaczynają być widoczne gołym okiem w wielu państwach, w tym także w Polsce. Branże usług kosmetycznych, gastronomicznych, hotelarskich i kulturalnych doznały kolejnego kryzysu nim zdążyły podziwiać się z wcześniejszego, który miał miejsce wiosną. Jak w czasie epidemii na rynku pracy radzą sobie niepełnosprawni?

Pytanie otwiera całą lawinę refleksji. Sytuacja osób z niepełnosprawnościami jest skrajnie trudna, żeby nie powiedzieć dramatyczna. W nieco lepszym położeniu znajdują się osoby uczęszczające na warsztaty terapii zajęciowej lub do środowiskowych domów samopomocy, bo te mogą liczyć na wsparcie w zakresie rehabilitacji zawodowej i społecznej. Od niedawna placówki rehabilitacyjno-terapeutyczne ponownie realizują swoje działania w trybie zdalnym. Co z osobami z niepełnosprawnościami, które ukończyły edukację, nie korzystają z zajęć w WTC lub ŚDS i nie mogą znaleźć pracy? Wiele takich osób szuka

dla siebie ratunku korzystając z ofert agencji prac tymczasowych, jednak często odbijają się tam od drzwi do drzwi. Nielu pracodawców – w obliczu groźby bankructwa finansowego – decyduje się zatrudnić nowych pracowników.

Fundacja „Aktywizacja” przedstawiła raport z drugiej edycji badania na temat rynku pracy osób z niepełnosprawnościami w czasie pandemii koronawirusa. Jak informuje na swojej stronie internetowej, w drugiej edycji badania wzięło udział 367 osób z całej Polski. Badanie było przeprowadzone w dniach 14 – 30 września 2020 roku, na tej samej grupie respondentów, co w pierwszej edycji badania (w kwietniu 2020 r.). Dzięki temu można było dokonać porównania wyników i prześledzić dokładniej losy aktywności zawodowej osób z niepełnosprawnościami w czasie pandemii.

Wyniki badania pokazały, że 21,8% badanych straciło pracę z powodu pandemii, zaś 34,6% nie otrzymało nowej umowy po upływie terminu obowiązywania dotychczasowej umowy. W grupie osób pracujących spadł

odsetek liczby zatrudnionych na podstawie umowy o pracę – z 98% na 94,2%. Wzrósł z kolei odsetek liczby zatrudnionych na chronionym rynku pracy – z 21% do 24,9%. Aż 21,2% badanych osób z niepełnosprawnościami w czasie pandemii nigdzie nie pracuje.

„W wyniku porównania danych obu edycji badania należy stwierdzić, że pomimo trudnej sytuacji na rynku pracy i utrudnionych warunków świadczenia pracy, badane osoby z niepełnosprawnościami wykazują się dużą aktywnością na rynku pracy, a także potrzebą pozostania na nim (...). Jednocześnie patrząc na wysoki wskaźnik utrzymania zatrudnienia przy równoczesnym obniżeniu jego jakości należy uznać, że pracownicy z niepełnosprawnościami wykazują się dużą adaptacją do warunków rynkowych” – czytamy na stronie Fundacji.

W całej Polsce żyje ponad 3 miliony osób z niepełnosprawnościami, które mają prawne potwierdzenie niepełnosprawności. To dane statystyczne, bo w rzeczywistości ludzi z niepełnosprawnościami jest

znacznie więcej. Osoby z głębokimi niepełnosprawnościami są w pełni zdane na pomoc ze strony rodziców lub opiekunów prawnych. Ale te, które starają się samodzielnie i niezależnie funkcjonować w życiu codziennym, również potrzebują wsparcia najbliższych. W ich przypadku to właśnie utrata pracy w dobie epidemii spowodowała konieczność opuszczenia dotychczasowego miejsca zamieszkania i powrotu do rodzinnego domu.

Rynek zatrudnienia w trudnym czasie gospodarczego kryzysu zawęził się do określonych dziedzin. Posiadając odpowiednie kwalifikacje i doświadczenie zawodowe można złożyć aplikację na oferty zatrudnienia m.in. w sektorze administracji publicznej lub w branży IT, jednak nie każdy ma możliwość podjęcia tego rodzaju zajęć. Na jedną ofertę pracy przypada średnio kilkanaście osób. Wkrótce może ich być dużo więcej, bo redukcja etatów trwa. Jak wygrać walkę o pracę i wykazać się „dużą adaptacją do warunków rynkowych” żyjąc w stresującej, pandemicznej rzeczywistości?

Najlepsze praktyki

Fundacja Instytut Rozwoju Regionalnego opublikowała na swojej stronie internetowej wyniki dziesiątej edycji konkursu „Samorząd Równych Szans”, który rokrocznie nagradza najlepsze inicjatywy samorządowe podejmowane na rzecz osób z niepełnosprawnościami. W konkursie mogą brać udział samorządy z całej Polski.

Celem konkursu była promocja najlepszych praktyk jednostek samorządu terytorialnego w zakresie polityki na rzecz praw osób z niepełnosprawnościami oraz poprawy ich jakości życia. O nagrodę „Samorząd Równych Szans” mogły się ubiegać jednostki samorządu terytorialne

go – na szczeblu gminnym, powiatowym i wojewódzkim. Przy ocenie projektów zgłoszonych do konkursu brana była pod uwagę między innymi oryginalność działań podejmowanych w ramach realizacji projektu, wpływ działań projektowych na poprawę sytuacji osób z niepełnosprawnościami, zakres współpracy z innymi podmiotami przy realizacji projektu.

Działania zgłaszane do konkursu dotyczyły zatrudniania osób z niepełnosprawnościami, działalności kulturalnej na ich rzecz, aktywności fizycznej, dostępności architektonicznej, edukacyjnej, informacyjnej, dostępności towarów i usług – zwłaszcza usług publicznych,

dostępności wyborów oraz działań na rzecz kobiet z niepełnosprawnościami. Radę Nagrody tworzyli między innymi przedstawiciele PFRON.

W kategorii powiat grodzki głównymi nagrodami uhonorowano następujące miasta: Jastrzębie-Zdrój – za projekt „Działania na rzecz osób z niepełnosprawnością na terenie miasta Jastrzębie-Zdrój”, Katowice – za projekt „Katowickie Centrum Usług Społecznych Integracja”, Konin – za projekt „Mieszkania wspomagane dla osób z autyzmem Azymut – Samodzielność”.

W kategorii powiat ziemski/województwo laureatami zostali: Powiat Legionowski – za

projekt „Aktywizacja zawodowa, społeczna i integracja osób niepełnosprawnych”, Województwo Wielkopolskie – za przedsięwzięcie pn. „Inkubator Innowacji Społecznych WINS”, Województwo Zachodniopomorskie – za projekt „Wsparcie osób niesamodzielnych oraz opiekunów – „Dobre Wsparcie – system lokalnych usług społecznych”.

Laureaci w kategorii gmina to: Gmina Andrychów – za projekt „Wsparcie osób oraz rodzin osób niepełnosprawnych z gminy Andrychów”, a także Gmina Kęty – za projekt „Zakupy bez barier”.

W każdej z wyżej wymienionych kategorii przyznano również wyróżnienia. Pełna lista nagrodzonych w dziesiątej edycji konkursu „Samorząd Równych Szans” jest umieszczona na stronie www.bazadobrychpraktyk.firr.org.pl **Oprac. KK.**

20 października nasz Warsztat Terapii Zajęciowej w Murowanej Goślinie, podobnie jak wszystkie WTZ-ety, z powodu zwiększonego zagrożenia epidemiologicznego ponownie zawiesił stacjonarną pracę z naszymi uczestnikami. Jest to sytuacja bardzo trudna zarówno dla nich, jak i dla naszych terapeutów. Wiemy, jak ważna jest dla ich rozwoju codzienna działalność w WTZ. Są oni dla

nas bardzo ważni, dlatego nie chcemy ich zostawiać w tym trudnym czasie samym sobie.

Dlatego pozostajemy z nimi i ich rodzinami w stałym kontakcie telefonicznym, jak również za pośrednictwem mediów społecznościowych. Stworzyliśmy dla nich na Facebooku specjalną grupę zamkniętą, w której zamieszczamy posty z zadaniami. Nagrywamy krótkie filmiki, w których informujemy,

Znowu

jakie zadanie i w jaki sposób należy wykonać. Zamieszczamy filmiki z propozycją rozgrzewki, by mogli – patrząc na nas na ekranach swoich komputerów czy telefonów – również dane ćwiczenia wykonać.

Założyliśmy dla uczestników również konwersację w aplikacji Messenger, na której mogą się kontaktować w łatwy sposób z nami oraz między sobą. Widzimy, jak wiele radości sprawia im zamieszczanie tam swoich zdjęć i krótkich postów. Możemy się w ten sposób łączyć przez kamerkę, nawzajem się zobać i porozmawiać. To dobry lek na samotność. Z rozmów prowadzonych z uczestnikami naszego WTZ i ich rodzicami można wywnioskować, że największym problemem dla nich w obecnej sytuacji jest tęsknota. Nieustannie powtarzają, że bardzo tęsknią za sobą, za zajęciami, za nami.

Wiemy jak ważne dla naszych uczestników jest poczucie sprawstwa, aktywność,

działanie, dlatego regularnie przygotowujemy dla nich różne zadania zgodnie z ich możliwościami. Zaopatrujemy ich w różne karty pracy, udzielamy instrukcji, szukujemy materiały do wykonania pracy. Mogą to być na przykład tiulowe spódniczki dla lalek, misiów, królików albo wypychanie przygotowanych części do stworzenia maskotek, poduszek, ozdób świątecznych. Materiały te dostarczają w sposób bezpieczny, bezkontaktowy terapeutki w swoich grupach wychowawczych.

Uczestnicy po wykonaniu prac i zadań bardzo chętnie dzielą się z nami i między sobą zdjęciami obrazującymi ich pracę i jej efekty (przykłady takich fotografii ilustrujących domowe działania uczestników publikujemy w niniejszym materiale – przyp. red.).

Staramy się wspierać naszych podopiecznych w tym innym czasie, wspierać również ich rodziców. Bardzo chcielibyśmy odpowiedzieć na najczęściej zadawane przez



będziemy razem

nich pytanie: kiedy wrócimy do Warsztatu. Mamy szczerą nadzieję, że nastąpi to jak najszybciej i znowu będziemy mogli być razem, razem pra-

cować, razem spędzać czas, cieszyć się nawzajem swoją obecnością.

HANNA PRZYBYLSKA
TERAPEUTA ZAJĘCIOWY



Altruista, nie urzędnik

Organizują pomoc dla osób i rodzin w najtrudniejszych sytuacjach życiowych, załatwiają formalności pogrzebowe zmarłym, którzy byli samotni, wspierają osoby z niepełnosprawnościami w staraniach o leczenie i rehabilitację, informują osoby uzależnione o możliwościach leczenia. Lista działań zawodowych pracowników socjalnych jest długa.

21 listopada obchodzony był, jak co roku dzień pracownika socjalnego. Tegoroczne obchody, z powodu epidemii COVID-19, ograniczone zostały do wydarzeń online, jednak nie zabrakło słów uznania dla codziennego trudu pracowników socjalnych. Święto to zostało ustanowione na mocy ustawy o pomocy społecznej. Obchody dnia pracownika socjalnego zostały zapoczątkowane w 1989 roku, w miejscowości Charzykowy.

Przypomnijmy, że pracownicy socjalni najczęściej są zatrudniani w ośrodkach pomocy społecznej, miejskich ośrodkach pomocy rodzinie czy w ośrodkach interwencji kryzysowej. Realizują szereg zadań wynikających z wyżej wymienionej ustawy.

Ludziom kojarzą się najczęściej z urzędnikami pracującymi w sektorze usług administracji publicznej. Ale pracownik socjalny to nie typowy „urzędnik” pracujący w godzinach 7.00-15.00. Posiadacz dyplomu pracownika socjalnego powinien znać obowiązujące przepisy prawne, ale też być altruistą, zawsze gotowym do udzielenia pomocy drugiemu człowiekowi, niezależnie od jego koloru skóry, poziomu wykształcenia czy poglądów politycznych.

Pracownicy socjalni w swojej pracy stykają się z ubóstwem, bezdomnością, alkoholizmem, wykluczeniem społecznym. Dlatego też niezwykle ważną cechą osobowości, jaką winien posiadać przedstawiciel tego

zawodu, jest umiejętność uważnego słuchania. Nie da się pomóc człowiekowi w potrzebie słuchając „wrywkowo”, bez gromadzenia faktów i rzetelnego zbierania informacji.

Ponadto pracownik socjalny powinien stanowczo przeciwstawiać się niehumanitarnym praktykom dyskryminującym osoby i grupy narażone na wykluczenie społeczne.

Wart podkreślenia jest fakt, że pracownicy socjalni wykonują swoje obowiązki zawodowe z narażeniem życia i zdrowia, na przykład odwiedzając w środowisku zamieszkania osoby uzależnione oraz agresywne z powodu zaburzeń psychicznych wywołanych uzależnieniem. Nie bez przyczyny zawód pracownika socjalnego określany jest jako „ekstremalny”. Pracownicy socjalni często padają ofiarą agresji fizycznej i werbalnej, a także niechęci ze strony ludzi, którym zobowiązani są pomagać.

Sporo dyskusji wywołała swego czasu w Internecie kwestia wysokości wynagrodzenia pracowników socjalnych. Nietrudno się domyślić, że zarobki w tym zawodzie nie są wysokie. Płaca jest niska i z trudem wystarcza na utrzymanie rodziny.

Badanie przeprowadzone w Wielkiej Brytanii wskazało, że zawód pracownika socjalnego zalicza się do najbardziej stresujących profesji w skali światowej.

Przewlekły stres towarzyszący przedstawicielom tego zawodu potwierdzają również polskie badania Najwyższej Izby Kontroli, realizowane w porozumieniu z Generalnym Inspektorem Pracy, które wskazały, że organizacja i warunki pracy często nie pozwalają pracownikom socjalnym na skuteczną pomoc. Trzeba rozwiązań systemowych, które wciąż tkwią w martwym punkcie.

KAROLINA KASPRZAK

PIĘĆ LAT WARSZTATU

Uczymy się

Warsztat Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach w tym roku obchodzi 5-lecie działalności. Jest placówką terapeutyczną dla osób z niepełnosprawnościami z terenu miasta i gminy Pobiedziska, prowadzoną przez Stowarzyszenie na rzecz Osób Niepełnosprawnych i Aktywności Lokalnej „Dla Ciebie” w Pobiedziskach.

Utworzenie tej placówki było jednym z najważniejszych celów Stowarzyszenia. Udało się go zrealizować dzięki życzliwości wielu ludzi, przede wszystkim władz Powiatu Poznańskiego i Gminy Pobiedziska, a także rodzin i przyjaciół osób z niepełnosprawnościami. W prace nad tworzeniem Warsztatu zaangażowali się ludzie o wyjątkowej wrażliwości, którzy nie skąpili wolnego czasu i wysiłku, żeby przygotować to miejsce jak najlepiej. By

spełniało wymagane standardy i aby każdy czuł się w Warsztacie jak w drugim domu.

WTZ w Pobiedziskach został otwarty 15 grudnia 2015 roku. Stary budynek, dawny sklep, a później zakład krawiecki stał się miejscem terapii i społecznej rehabilitacji dla 20 osób z niepełnosprawnościami. Tu uczą się przekraczania granic, przeżywania sukcesów i porażek, doskonalą swoje talenty twórcze, poznają swoje mocne i słabe strony, a przede wszystkim spotykają się, integrują.

Jedną z inicjatorek utworzenia Warsztatu była Małgorzata Halber, ówczesna prezes Stowarzyszenia. Pomagali rodzice, wolontariusze, sponsorzy. Obecnie z zajęć terapeutycznych w Warsztacie korzysta 25 osób z niepełnosprawnościami, a w przyszłym roku dołączy kolejne 5 osób. W ciągu 5 lat działa się wiele – organizo-



Amanda Krzyszczak – autorka tekstu „Nasz drugi dom”.

TERAPII ZAJĘCIOWEJ W POBIEDZISKACH

siebie nawzajem

wane były wycieczki, wyjazdy nad morze, wyjścia do teatru, zajęcia zumbi, artystyczne spotkanie pod tytułem: „Tanczne Integracje”, konkursy, a także nowe obowiązki, nauka

i praktyka. Codziennie uczymy się siebie nawzajem. Każdy dzień w Warsztacie jest przygodą.

MARIA CWOJDZIŃSKA
KIEROWNIK WTZ



Uroczystość otwarcia Warsztatu. Od lewej: Małgorzata Halber, Dorota Nowacka, burmistrz Miasta i Gminy Pobiedziska oraz Janusz Szofiński, prezes Stowarzyszenia „Dla Ciebie”.



Podczas zajęć.



Uczestnicy Warsztatu na wyjeździe rehabilitacyjnym w miejscowości Rowy – rok 2018.

MOJE NOWE ŻYCIE W WTZ

Chodzę do WTZ w Pobiedziskach od września 2017 roku dzięki Weronice Wieczorek, bo dzięki niej dowiedziałem się o takim miejscu i namówiła mnie, abym tam uczęszczał.

17 lat temu zdarzył mi się wypadek przy pracy. Miałem zmiażdżone stopy, wstrząs mózgu i złamaną rękę.

Byłem cały rok w łóżku, ale dzięki dobrej opiece nauczyłem się sam chodzić. Moja zmarła siostra Luiza, która była psychologiem w ośrodku pomocy, namawiała mnie 3 lata po wypadku, abym zapisał się do WTZ na zajęcia, ale odmówiłem. Jednak siedzenie w domu, ból kręgosłupa, otyłość i osamotnienie – wszystko to zaczęło mi przeszkadzać.

Potrzebowałem pomocy. Weronika przekonała mnie, że dzięki WTZ odnajdę się w życiu. Na Facebooku pokazała mi zdjęcia osób, które tam chodzą. Bardzo mi się to spodobało. Dopełniłem wszystkich formalności i tak zostałem członkiem zespołu WTZ.

Szybko przystosowałem się do warunków i jakoś nie miałem z tym problemu. Uświadomiłem sobie, że poznanie nowego towarzystwa jest mi bardzo potrzebne. Zacząłem wychodzić z lenistwa. W WTZ zawsze się coś dzieje. Poznajemy i wykonujemy różne prace potrzebne w życiu codziennym.

Codziennie ćwiczenia i masaże pomogły mi w chodzeniu i utrzymaniu się na nogach. Po prostu dochodziłem do siebie, uczyłem się żyć na nowo.

Niestety, na razie pozostaję w domu, bo wybuchła pandemia koronawirusa. Większość czasu w tym roku siedzimy w domach, ale mamy zajęcia zdalne w Internecie. Nie wiemy, kiedy znów wrócimy do naszych

pracowni, ale mam nadzieję, że na wiosnę.

KUBA KRYGIER

NASZ DRUGI DOM

15 grudnia nasz Warsztat Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach obchodził piątą urodzinę. Jestem jego uczestniczką od samego momentu otwarcia naszego WTZ. Powstał dzięki zarządowi naszego Stowarzyszenia „Dla Ciebie”, a także dzięki naszym rodzicom, wolontariuszom, sponsorom i przede wszystkim pani Małgosi Halber. Mój tata też bardzo pomógł w pracach budowlanych.

Jestem bardzo szczęśliwa, że taki Warsztat został u nas w Pobiedziskach utworzony. Dzięki niemu nie muszę być całe dnie w domu. Spotykam się z kolegami, koleżankami i naszymi terapeutami. Mamy pięć pracowni: arteterapii, gospodarstwa domowego, komputerową, edukacyjno-muzyczną, technik różnych i rehabilitacji.

Uwielbiam w każdej pracowni spędzać czas. W każdej dzieje się coś innego i ciekawego. W pracowni technik różnych robimy różne rękodzieła, które sprzedawane są na wielu kiermaszach i nie tylko.

Dzięki pieniądзом ze sprzedaży co roku możemy wyjeżdżać nad morze i na różne wycieczki. Dla mnie WTZ jest jak drugi dom, w którym mogę miło spędzać czas z dużą, drugą rodziną.

AMANDA KRZYSZCZAK

DWA LATA W WTZ

Do WTZ zaczęłam chodzić dwa lata temu i bardzo mi się tu podoba. Najbardziej lubię zajęcia gospodarstwa domowego i pracownię komputerową. Trudności mam w pracowni technik różnych, bo czasami nie daję sobie rady z klejeniem. Jest tutaj miła atmosfera, a zajęcia są dla mnie ważne i pouczające.

PAULINA OSIŃSKA



Bez Was



Wszystkie opublikowane tu zdjęcia prac plastycznych przedstawiają dzieła uczestników z kilku pracowni Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk”: ceramicznej, technik różnych, ogrodniczo-bukieciarskiej oraz plastycznej, którą prowadzi autorka tekstu Agnieszka Kuźlak (na zdjęciu).



brak nam radości

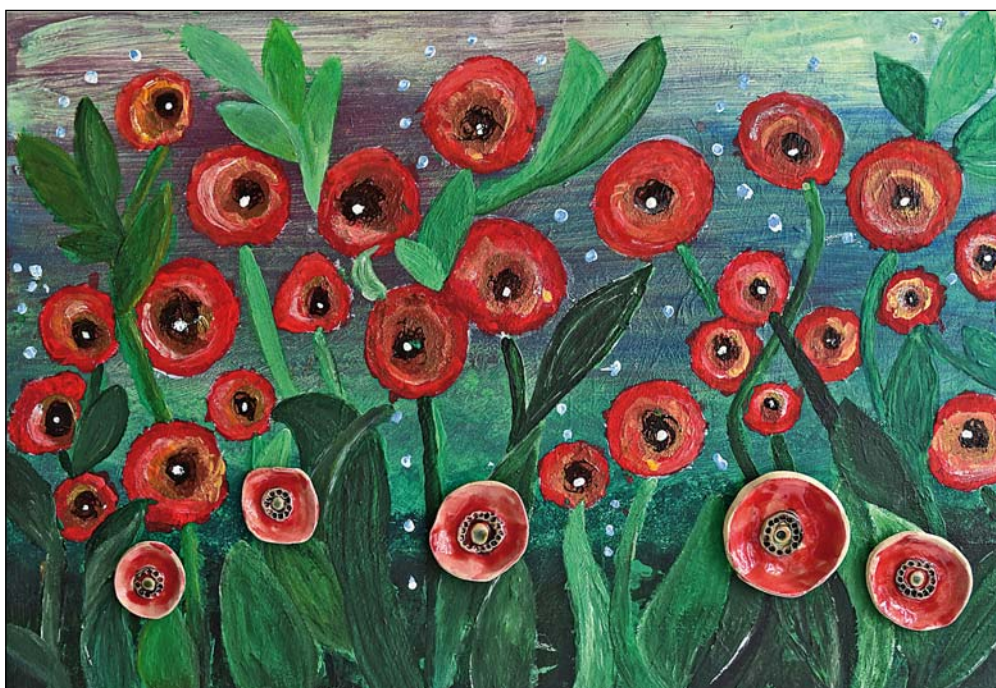
Czas, w którym wszyscy się znaleźliśmy, jest czasem niezwykle trudnym. Próbuje się w nim na nowo odnaleźć. Każdy z nas zadaje sobie pytanie – jak długo to jeszcze potrwa?

Nasz Warsztat Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie nie jest już tym samym Warsztatem bez Was, uczestników. Brak w nim radości, codziennego gwaru i ciepła płynącego z serc. Do pracy uczęszczamy tylko my, Wasi terapeuci i pracownicy Warsztatu.

Każdego dnia bardzo nam Was brakuje. Wiemy, jak bardzo jest to dla Was trudne i niezrozumiałe. Przychodząc do pracy każdego dnia gorąco o Was myślimy, wszystko co robimy, robimy z myślą o Was. Wszystko, co złe kiedyś minie i znów się spotkamy. Aktualnie sprzątamy w pracowniach, wykonujemy również prace porządkowe na terenie ośrodka, wspominając wspólne chwile spędzone z Wami. Kochani, bądźcie zdrowi!

AGNIESZKA KUŹLAK
TERAPEUTKA

PRACOWNI PLASTYCZNEJ
WTZ „PROMYK” W KONARZEWIE



Wszystkie barwy jesieni

Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk” w Kornarzewie można było podziwiać wszystkie barwy jesieni: różne odcienie żółci, czerwieni, brązów i przygaszonej zieleni. Uczestnicy w pracowni ogrodniczo-bukieciarskiej z zapalem tworzyli prace o tematyce jesiennej, w tym bukiety z kolorowych liści.

Pomimo płynących z mediów przytłaczających wiadomości o rozwoju pandemii, uczestnicy i terapeuci starali się realizować plan pracy, z zapalem i uśmiechem na twarzy. Był to miło i wspólnie spędzony czas. Był wyjazd do kina w Buku, były zajęcia muzyczne, nauka zumbi, wyjścia do biblioteki i spotkania

społeczności. Powoli zapominaliśmy o wiosennej izolacji, ciesząc się z bycia razem.

Niestety Covid-19 powrócił, atakując nas z zdwojoną siłą. Od 20 października decyzją Wojewody Wielkopolskiego zajęcia w Warsztacie zostały zawieszone, uczestnicy zostali w domach, korzystając z zajęć zdalnych proponowanych przez terapeutów w mediach społecznościowych.

Dbajmy o siebie nawzajem przestrzegając zasad bezpieczeństwa. Bądźmy dla siebie mili i serdeczni. I niech dobro zawsze zwycięża.

BEATA NEJMAN-GUZIK
DOROTA GOGOLEWSKA
TERAPEUTKI W TZ „PROMYK”



Mój jesienny spacer

Wponiedziałkowe popołudnie wybrałem się z rodziną i psem na spacer do lasu w Zakrzewie. Jestem z siebie bardzo dumny i bardzo się cieszę, gdyż udało mi się tego dnia zebrać kilka bardzo ładnych podgrzybków.

W lesie miałem okazję zobaczyć również spadające liście z drzew – żółte, czerwone, po-

marańczowe. Pod drzewami, w blasku słońca, tworzyły niezwykły dywan, mieniący się różnymi kolorami. Pogoda tego dnia dopisała, było dość ciepło i przyjemnie. Nasz rodzinny spacer był bardzo udany. Cieszę się, że miło i wspólnie spędziliśmy czas.

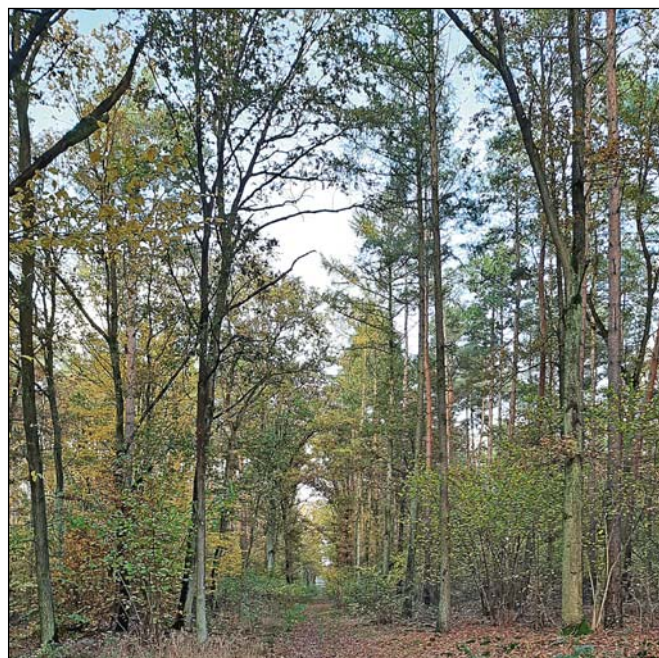
MIKOŁAJ LAMBRYCZAK
UCZESTNIK WTZ „PROMYK”
W KONARZEWIE



FOT. ARCHIWUM AUTORA



FOT. (3X) MIKOŁAJ LAMBRYCZAK



Muzyka – sama radość

Basia to uśmiechnięta i energiczna uczestniczka naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk”. Z zaangażowaniem uczestniczy w zajęciach umuzykalniających. Śpiew przy akompaniamencie gitary czy keyboarda daje Basi dużo radości i wiary w własne możliwości.

W październiku Basia była uczestniczką pracowni muzyczno-teatralnej, w której nie tylko rozśpiewała się, ale też opanowała pamięciowo tekst piosenki „Przydział Twój”. Poszerzyła też zakres swoich wiadomości na temat tego utworu, autora słów, kompo-

zytora, muzyki, wykonawców. Podzieliła się ze swoimi koleżankami i kolegami z grupy, że ten mało znany utwór wykonany został przez znanego muzyka i kompozytora Jarosława Kukulskiego. Dla Basi i jej terapeutki to duży sukces.

Muzykoterapia to ważna dziedzina psychoterapii. Poprawia samopoczucie, uwalnia od napięcia psychicznego, wzmacnia poczucie bezpieczeństwa, budzi aktywność wewnętrzną, pozwala odreagować negatywne emocje. A tego wszystkiego bardzo potrzebują nasi uczestnicy.

MARZENA
GOLEŃ-NIEDZIELA
TERAPEUTKA ZAJĘCIOWA
PRACOWNI MUZYCZNO-TEATRALNEJ



FOT. ARCHIWUM WTZ „PROMYK”

Zdalna terapia „Gościennych”

Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy „Gościenni” w Kórniku w województwie wielkopolskim, podobnie jak uczestnicy wielu innych placówek rehabilitacyjno-terapeutycznych, z powodu pandemii koronawirusa realizują zajęcia zdalnie, z wykorzystaniem nowoczesnych kanałów komunikacji.

Wiosenna przerwa w zaję-

ciach wpłynęła niekorzystnie na ich samopoczucie, chociaż terapeuci dokładali starań, aby tak się nie stało. Przesyłali filutki z przykładami zajęć realizowanych w poszczególnych pracowniach, materiały do pracy domowej oraz kontaktowali się systematycznie z uczestnikami przez aplikację Messenger.

Jesienią wprowadzono za-

jęcia zdalne. W dni powszednie w godzinach 10.00-12.00 uczestnicy widzą się na wideo-spotkaniu rozmawiając ze sobą i biorąc udział w zajęciach, a po godzinie 12.00 każdy uczestnik odbywa indywidualne zajęcia z terapeutą. W korzystaniu z narzędzi informatycznych pomagają uczestnikom rodzice i opiekunowie.

ROBERT WRZESIŃSKI

Fragment znanego tekstu z kabaretu Olgi Lipińskiej „Idziemy przez życie w podskokach” stał się motywem przewodnim muzycznych spotkań uczestników Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie. Od wspólnego zaśpiewania tego tekstu zaczynamy nasze muzyczne spotkania.

Pięknie się bawimy, a cały czas przyświeca nam inny, legendarny już tekst piosenki Jerzego Stuhra „Śpiewać każdy może”. Na zajęciach spotykają się osoby w różnym stanie emocjonalnym, z różnymi niepełnosprawnościami i nie ukrywamy, nie każdemu dzień się zaczął tak, jakby sobie tego życzył. Wspólne spotkania z muzyką sprawiają, że w żyłach zaczyna szybciej krążyć krew, nogi same odrywają się od podłogi, a na twarzach uczestników pojawia się promienny uśmiech. Słuchamy, śpiewamy grupowo i solo, uczymy się nowych utworów oraz śpiewamy te piosenki, które uczestnicy najbardziej lubią. Zajęcia nie są obowiązkowe, ale przychodzą wszyscy – bo chcą. Muzyka to taka dziedzina sztuki, która potrafi poruszyć najczulsze struny w naszym organizmie.

W „promykowych” zajęciach muzycznych piękne jest to, że uczestnicy szanują się nawzajem, słuchają swoich występów, nagradzają gromkimi brawami. To powoduje, że nikt nie bierze się przed występem, rzuca się sobie całą nieśmiałością i staje się wokalistą. Ogromnie szczęśliwi są nasi śpiewający uczestnicy. I o to w tym wszystkim chodzi!

Pandemia pokrzyżowała jednak nasze muzyczne plany, ale my to wszystko z pewnością nadrobimy.

RÉNATA STACHOWIAK
TERAPEUTKA WTZ „PROMYK”
W KONARZEWIE



FOT. KAROLINA KASPRZAK



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Śpiewający uczestnicy



Mój idol i miasto nocą

Każda coroczna edycja „Złotu Talentów” mobilizowała mnie do uczestnictwa w tym niezwykle ciekawym spotkaniu twórców z własnym pomysłem i z własną pracą. Również w tym roku zastanawiałem się, co przygotować na „złoty” konkurs.

Gdy czytałem kategorie tegorocznego konkursu, najbardziej przypadł mi do gustu temat „Mój idol”. Przywołałem w pamięci koncert country w letnim plenerze w wykonaniu gwiazdy Urszuli Chojan. Jej muzyka była pełna życia i radości. Niestety, jej nagła śmierć podczas krę-

cenia wideoklipu w USA przerwała karierę artystki. Dlatego postanowiłem, że mojego idola Urszulę Chojan przedstawię na specjalnym plakacie i to właśnie będzie moja praca na tegoroczny „Złot”, jak się okazało, z powodu pandemii zorganizowany zdalnie.

O współpracę przy plakacie poprosiłem koleżankę Sylwię, która się zgodziła mi pomóc. Naszą pracę zaczęliśmy od zebrania materiału z Internetu: zdjęć artystki oraz gadżetów związanych z country. Odnaleźliśmy ballady i utwory filmowe oraz teksty piosenek, które inspirowały nas do stworzenia plakatu. Zrobiliśmy trzy wersje, każda kompozycja reprezentowała inną wersję wizualną w formie collage. Pierwsze dwa układy plakatu nie przekonywały nas, więc trzeba było pomyśleć nad trzecią wersją. Trzecia kompozycja plakatu wydała się nam najbardziej czytelna i przekonująca nasze przesłanie dla odbiorcy.

Rozpędzony w działaniu postanowiłem podjąć się udziału w drugiej kategorii, której temat dotyczył fotografii robionej w nocy. Aparat od kilku lat towarzyszy mi podczas wojaży i spacerów. W okolicach domu jest jezioro swarzędzkie i długi spacerowy pasaż. Będąc na wieczornym spacerze postano-



wiełem uchwycić blask księżyca w odbiciu tafli jeziora. Ten urokliwy widok, który udało mi się zapisać na fotografii, długo pozostanie w mojej pamięci. Mam nadzieję, że prace, które wykonałem, zainteresują odbiorców, a o wynikach moich zmagani postaram się poinformować.

MICHAŁ OGONIAK
UCZESTNIK W TZ W SWARZĘDZU



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Skradziona tożsamość

Konieczność przejścia na naukę i pracę zdalną sprawiła, że wielu Polaków musiało zaopatrzyć się w urządzenia służące do jej realizacji. Nie sposób korzystać z nich bez prądu i... Internetu. Posłusznie założyli więc konta w licznych aplikacjach służących do komunikowania się i społecznościowych jak: Zoom, Microsoft Teams, WhatsApp, Google Duo, Messenger. Nawet Facebook, któremu młodsza platforma Instagram, popsła statystyki dotyczące liczby nowych użytkowników, w okresie pandemii zyskał ich całkiem sporo.

Wszyscy wiemy, że bez używania Internetu bardzo trudno funkcjonować w dzisiejszych czasach. Praca i nauka online, wizyty lekarskie w formie online (tak zwane teleporady), zakupy online, nawet tradycyjne czytanie książek wyparły mobilne czytniki. Cyfryzacja postępuje i nie wszyscy są w stanie za nią nadążyć. Chylę czoła przed ludźmi, którzy mogą pozwolić sobie na „luksus” nieużywania Internetu, choć jednocześnie wiem, że są przez to narażeni na wykluczenie z pełnego udziału w życiu społecznym. Ów „luksus”, poza spokojem i wolnością od natłoku informacji, jakimi każdego dnia bombardują nas przeróżne portale i strony internetowe, ma także drugą stronę medalu, niekorzystną niestety: bez komputera i Internetu w domu nie załatwimy najprostszej sprawy urzędowej jak na przykład złożenie wniosku o wydanie nowego dowodu osobistego. Rosnąca liczba zakażeń spowodowała, że organy administracji publicznej przestały obsługiwać interesantów stacjonarnie.

Większość ludzi dość sprawnie przestawiła się na tryb zdalny szybko opanowując obsługę przeróżnych platform i stron. Użytkownicy technologii cyfrowych często bez zastanowienia podają w Internecie swoje dane: począwszy od imienia i nazwiska, wykształcenia i zajmowanego stanowiska, a skończywszy na adresie zamieszkania, numerze PESEL czy kodzie CVV z karty kredy-

towej. O tym właśnie będzie niniejszy artykuł. O kradzieży tożsamości i kłopotach z niej wynikających.

Być może ktoś z czytelników naszego miesięcznika po przeczytaniu poprzedniego akapitu tego tekstu stwierdzi: „Kradzież tożsamości? E tam, mnie to nie dotyczy. Jestem przecież ostrożna/y, wiem co to RODO i czym grozi ujawnianie wrażliwych danych”. Ale czy jesteś pewna/pewien, że stosujesz odpowiednie metody zabezpieczeń jak chociażby uwierzytelnianie dwuskładnikowe przy logowaniu się w serwisach społecznościowych? Czy wylogowujesz się z każdej aplikacji mobilnej natychmiast po zakończeniu korzystania z niej? Czy pamiętasz, aby przynajmniej raz na kilka miesięcy zmieniać hasło do logowania w bankowości internetowej? Czy regularnie skanujesz swoje urządzenia pod kątem zagrożeń? Niewielu z nas to robi.

Kradzież tożsamości – to wbrew przekonaniom niektórych wcale nie tak rzadkie zjawisko. Dochodzi do niej najczęściej w sytuacji zagubienia dowodu osobistego, paszportu bądź innego dokumentu lub w przypadku włamania na konto bankowe lub w serwisie społecznościowym. Konta w serwisach społecznościowych są najczęściej wybierane przez cyberprzestępców jako formy ataku. Użytkownicy mediów społecznościowych zostawiają w nich mnóstwo danych i informacji. Facebook, Twitter, Instagram, Snapchat i Google wynajmują nam za darmo wirtualną przestrzeń do użytkowania, w której przebywanie zabiera wiele czasu, jaki moglibyśmy przeznaczyć na robienie czegoś pożyteczniejszego. Hakerzy nieustannie poszukują coraz nowszych metod na wykradanie haseł, danych kart kredytowych, adresów, zdjęć i innych prywatnych informacji. Mając nasze dane mogą rozsyłać spam naszym znajomym. Będąc w posiadaniu loginu i hasła do naszego konta w aplikacji społecznościowej mogą rozsyłać z niego także do naszych znajomych wiadomości z prośbą o pilny przelew.

Znajomy może myśleć, że faktycznie dopadł nas brak gotówki przy kasie w sklepie i wykonać przelew na wskazany numer konta bankowego. W ten sposób można utracić wszystkie swoje oszczędności.

„Kradzież konta na Facebooku” – to jedna z popularniejszych fraz wpisywanych w wyszukiwarkę Google w ciągu ostatnich paru miesięcy. Oznacza to, że cyberprzestępcy nie próżnią i powinniśmy uczynić wszystko, aby nasze dane nie trafiły w ich ręce. Pierwszym krokiem, jaki powinniśmy uczynić, aby zabezpieczyć nasze konta w serwisach społecznościowych, jest zastosowanie wyżej wspomnianej metody uwierzytelnienia dwuskładnikowego we wszystkich serwisach społecznościowych i aplikacjach. Polega ona na wprowadzeniu dodatkowej formy weryfikacji tożsamości, jak na przykład numer telefonu, na który w momencie logowania otrzymujemy kilkucyfrowy kod weryfikacyjny. Warto sprawdzić również w ustawieniach kont dane dotyczące miejsc logowania się i jeśli któregoś nie rozpoznajemy wylogować się z sesji. Takie kroki nie wykluczają co prawda w stu procentach włamania się do kont, ale znacząco pomagają je zabezpieczyć. Niestety, wielu ludzi, w większości młodych, ale nie tylko, wciąż nie ma dostatecznej świadomości w tej kwestii lub lekceważąco się do niej odnosi. Żeby zrozumieć wagę problemu, czasem trzeba go doświadczyć.

Warto wiedzieć, że kradzież tożsamości wiąże się nie tylko z przejściem przez cyberprzestępców naszych kont w serwisach społecznościowych i bankowości mobilnej. Uzyskanie dostępu przez nieupoważnioną osobę do naszych danych nakłada ryzyko wykorzystania ich, na przykład do zaciągnięcia pożyczki lub kredytu. Oznacza to spore problemy.

Jeśli zauważymy na kontach i portalach podejrzane logowania się z miejsc, których nie odwiedzaliśmy, zmianę daty urodzenia albo hasła (to ostatnie powoduje,

że nie możemy zalogować się na konto) lub jeśli widzimy w historii konta bankowego nietypowe operacje bankowe, których nie dokonywaliśmy, powinniśmy jak najszybciej zgłosić sprawę na policję, a także – w sytuacji podejrzanych operacji bankowych – zmienić hasło do logowania i zastrzec kartę płatniczą.

Internet daje wiele możliwości, nie tylko tych pozytywnych. Pokusa ciągłego bycia online, eksponowania w sieci swojego wizerunku, a co za tym idzie, posiadania kont w licznych serwisach i aplikacjach otwiera szeroko drzwi cyberprzestępcom, którzy bez skrupułów wykorzystują nasze gapiostwo. Nawet pobierając zwykłą aplikację do cyfrowej obróbki zdjęć ze sklepu Google Play możemy nieświadomie ściągnąć na swój telefon oprogramowanie do szpiegowania, przy pomocy którego hakerzy wykradną nasze dane na nim zapisane. Swego czasu rozgłos w Internecie przyniosła aplikacja do czyszczenia pamięci RAM urządzenia ze śmieci, która zamiast czyścić śmieci czyściła konta bankowe użytkowników. Stosunkowo szybko została usunięta z oficjalnego sklepu Google, ale niestety całkiem spora grupa osób zdążyła paść jej ofiarą. Była do tego stopnia perfekcyjnie opracowana, że zawierała nawet liczne komentarze i recenzje użytkowników.

Kradzież danych to także kradzież zdjęć naszych dzieci, które udostępniamy na portalach społecznościowych. Jeśli już decydujemy się je umieszczać, powinniśmy udostępnić je wyłącznie bliskim znajomym. Wystawiając je na publiczny widok i zezwalając na ich kopiowanie, pozwalamy aby były rozsyłane po sieci, głównie za sprawą pedofilów. Warto pomyśleć również o tym, że nasze dzieci szybko dorosną, a w Internecie nic nie ginie. Oglądanie po latach przez ich znajomych ze szkoły czy pracy takich fotografii z dzieciństwa może przynieść więcej szkody niż pożytku.

KAROLINA KASPRZAK

Cudem uratowani z płomieni

„Zostań w domu” – głoszą hasła profilaktyczne w związku z epidemią. Jak realizować ten nakaz, kiedy domu się nie ma, bo wszystko dosłownie „poszło z dymem”? 43-letni Mariusz Grobelny ze wsi Luciny koło Śremu w województwie wielkopolskim, wraz z żoną i nastoletnią córką, w ciągu paru chwil stracił cały dorobek życia. Zdążyli uciec z płonącego domu tylko dzięki temu, że feralnego wieczoru poszedł później spać.

„Piszę te słowa, ale tak naprawdę nie wiem, co powiedzieć. W piątek 20 listopada byliśmy zwyczajną rodziną, jakich wiele. Żona, mąż i nastoletnie dziecko, mieszkający w domu z kredytem do spłacenia. Dzisiaj wciąż jakimś cudem jesteśmy we trójkę, nad głową wisi kredyt, tylko domu już nie mamy...” – pisze zrozpaczony mężczyzna na portalu siepomaga.pl, gdzie zo-

stała udostępniona zbiórka dla pogorzalców.

Na dzień 22 listopada zbiórka na wspomnianym portalu wsparło ponad 740 osób. Na liczniku widniała kwota przeszło 32 tysięcy złotych, jednak to wciąż zbyt mało. Opinie specjalistów wskazały, że dom jest nie do uratowania. Trzeba będzie zrównać go z ziemią i zbudować od nowa. Był ubezpieczony, ale nie wiadomo jeszcze, jak długo potrwa procedura oraz jaką kwotę pokryje ubezpieczyciel. Straty zostały wstępnie oszacowane na minimum pół miliona złotych.

Była około 23.30, kiedy żona pana Mariusza spała, zaś on rozmawiał z córką w pokoju. W pewnym momencie zgłoś światło, wdarł się zapach spalenizny, a parę chwil później pojawił się dym. Panika, szok i stres na szczęście nie przeszkodziły panu Mariuszowi w zachowaniu

przytomności umysłu. Obudził żonę i nakazał natychmiastową ewakuację. Z domu uciekli w lekkich ubraniach. Spłonęło wszystko: meble, ubrania, przybory toaletowe, podręczniki szkolne, urządzenia AGD. Udało się ocalić jedynie telewizor. To, czego nie strawił ogień, zalała woda. Strażacy walczyli z pożarem przez kilka godzin. Rodzinie zapewniono tymczasowe schronienie i podstawową pomoc, także psychologiczną.

Zapłon pojawił się na dachu i szybko zajął drewnianą konstrukcję. Przyczyną pożaru były najprawdopodobniej panele fotowoltaiczne odpowiadające za podłączenie prądu lub zwarcie instalacji do ogrzewania budynku.

„Gdybyśmy położyli się z córką wcześniej spać albo gdyby pożar wybuchł dwie godziny później, prawdopodobnie cała Polska mówiłaby za pośred-

nictwem mediów o trzyosobowej rodzinie, która spłonęła żywcem. Na szczęście żyjemy i możemy poprosić o pomoc, bo wszystko, co mieliśmy poszło z dymem” – pisze mężczyzna na stronie zbiórki.

Zbiórka została zweryfikowana przez Fundację Siepomaga. Czytelnicy naszego miesięcznika, którzy chcieliby wesprzeć pogorzalców, mogą uczynić to wpisując w pasek przeglądarki link: <https://siepomaga.pl/pozar-luciny> lub tytuł zbiórki w wyszukiwarce: „Nocny pożar w Lucinach – pomagamy rodzinie, która straciła dach nad głową!”. Zdjęcia obrazujące skalę pożaru można znaleźć na stronie zbiórki. Osoby, które chciałyby udzielić rodzinie pomocy w budowie nowego domu, mogą kontaktować się z Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Śremie, tel. (61) 28 36 107, ops@ops.srem.pl **Oprac. KK.**

Niesłyszący mają gorzej

Maseczki – medyczne, jednorazowe, materiałowe, różnokolorowe. Od wiosny tego roku stały się elementem garderoby niemal wszystkich Polek i Polaków. Dlaczego niemal wszystkich? Rozporządzenie Rady Ministrów w sprawie obowiązku zakrywania ust i nosa w miejscach publicznych zwalnia z noszenia maseczek osoby z całościowymi zaburzeniami rozwoju, niepełnosprawnością intelektualną w stopniu znacznym lub głębokim, zaburzeniami psychicznymi oraz wszystkie osoby, które z powodu niepełnosprawności nie są w stanie samodzielnie zakryć i odkryć ust oraz nosa.

Obowiązek noszenia maseczek w przestrzeni publicznej szybko spotkał się z niechęcią Polaków. Do lekarzy pierwszego kontaktu zaczęły ustawiać się długie kolejki pacjentów usilnie starających się pozyskać zaświadczenie o stanie zdrowia, które z tego obowiązku mogłoby zwolnić. Astma, wada serca, przewlekły katar... Każdy pacjent ma inny powód. Są jednak osoby, którym maseczki, z

istotnej przyczyny, naprawdę utrudniają codzienne funkcjonowanie i nie chodzi o trudności związane ze swobodnym oddychaniem. Mowa o ludziach z niepełnosprawnością narządu słuchu, którzy odczytują komunikaty z ruchu warg osób, które do nich mówią.

Jak zrozumieć, co mówi lekarz, kiedy na twarzy ma osłonię ust i nosa? Jak komunikować się w urzędach, placówkach służby zdrowia, na poczcie i w sklepie, gdzie brak tłumaczy języka migowego? Problemy osób niesłyszących w czasie pandemii zostały dostrzeżone przez różne środowiska i organizacje społeczne, nie tylko w Polsce, ale również w innych krajach Unii Europejskiej. Stowarzyszenia zrzeszające osoby niesłyszące wskazały na rozmaite trudności tych osób w czasie epidemii koronawirusa, z których największą było nawiązywanie kontaktu z służbą zdrowia.

Człowiek, który miał kontakt z osobą zakażoną koronawirusem i którego ta osoba wskazała do sanepidu jako źródło

kontaktu, zostaje umieszczony w bazie Głównego Inspektoratu Sanitarnego (GIS) i jest automatycznie obejmowany dziesięciodniową kwarantanną. O fakcie kwarantanny powiadamia telefonicznie automat – jest to głosowe powiadomienie: „Nałożono kwarantannę. Prosimy nie opuszczać miejsca zamieszkania i stosować się do zaleceń sanepidu. Może się z tobą kontaktować policja”. Jak takie powiadomienie ma odebrać osoba, która nie słyszy? SMS-y, czyli krótkie wiadomości tekstowe, nie są w takim przypadku wysyłane. Aby taki SMS został wysłany, GIS musiałby wcześniej otrzymać informację, że kwarantanną zostanie objęta osoba niesłysząca. Jeśli takiej informacji nie ma, automat dzwoni.

„Z jednej strony wzrasta świadomość problemów związanych z upośledzeniem słuchu, a tłumacze języka migowego są obecnie powszechnym widokiem przy ważnych komunikatach rządowych. Z drugiej strony, wybuch pandemii w ostrym świetle pokazał problemy tej społeczności – ostrzega

Mark Wheatley, dyrektor wykonawczy Europejskiej Unii Osób Niesłyszących, mówiąc że coraz bardziej stają się oczywiste niedociągnięcia systemowe w tym obszarze” (cytowana wypowiedź pochodzi ze strony www.wiadomosci.onet.pl).

Maseczki pomagają chronić się przed zakażeniem koronawirusem. Ich używanie jest konieczne, jeśli chcemy być zdrowi. Jednocześnie, jak wspomniałam, uniemożliwiają osobom niesłyszącym czytanie z ust, co naraża je na wykluczenie z uczestnictwa w życiu społecznym. Tak zwana „niewidzialna niepełnosprawność”, bo o takiej mówimy w przypadku osób z uszkodzeniami narządu słuchu, sprawia że problemy tej grupy ludzi pozostają niezauważone. Służby ratownicze nie są w stanie zapewnić osobom niesłyszącym dostępu do tłumacza języka migowego. Pisanie na kartkach na niewiele się zdaje, bo ludzie całkowicie pozbawieni słuchu mają problem z odczytywaniem komunikatów w języku polskim.

KAROLINA KASPRZAK

Twórczość artystyczna osób z niepełnosprawnościami – to temat, który zyskuje coraz więcej zainteresowanych wśród rodziców i opiekunów, a zwłaszcza wśród osób zajmujących się zawodowo rehabilitacją i terapią ludzi z różnymi dysfunkcjami. Właśnie w placówkach rehabilitacyjno-terapeutycznych jak warsztaty terapii zajęciowej i środowiskowe domy samopomocy oraz w domach pomocy społecznej i zakładach opiekuńczo-leczniczych odbywa się terapia przez sztukę.

Terapia przez sztukę, zwana arteterapią, traktowana jest jako spontaniczny sposób tworzenia, nie wymagający od osób angażujących się w nią wiedzy, na przykład w temacie malarstwa, lub też dorobku artystycznego jak ma to miejsce w przypadku profesjonalnych artystów. Liczą się: motywacja, talent, ciekawe pomysły, a także chęć rozwijania nabywanych systematycznie umiejętności. Być może w momencie lektury tego zdania któremuś z czytelników nasunie się spostrzeżenie: czy na takich wyłącznie fundamentach można wykształcić talent, którego nie powstydziliby się żaden profesjonalny twórca?

Sztuka osób z niepełnosprawnościami oznacza o wiele więcej aniżeli tylko kreślenie na papierze amatorskich szkiców. Człowiek z niepełnosprawnością tworzy – w moim odczuciu – przede wszystkim po to, aby wyrazić siebie, swoje emocje, pragnienia, potrzeby i przeżycia. Wiele przedsięwzięć artystycznych podejmowanych jest z myślą o potencjale twórczym osób z różnymi niepełnosprawnościami. Realizacja form arteterapii umożliwia uczestnikom zajęć uwolnienie się od negatywnych myśli, a także pomaga w nawiązywaniu relacji z ludźmi o podobnych zainteresowaniach, w otwieraniu się na nowe znajomości. U osób nieśmiałych i z problemami zdrowia psychicznego, dzięki zaangażowaniu w proces twórczy, wzrasta po pewnym czasie pewność siebie, a także umiejętność eksponowania własnych predyspozycji i możliwości. Poprawia się samoocena, dzięki czemu polepszeniu ulegają również relacje z innymi.

Według definicji Brytyjskiego Stowarzyszenia Arteterapeutów arteterapia jest formą psychoterapii, która wykorzystuje

Sztuka wolna od stereotypów

formy sztuki jako narzędzie służące komunikacji. Takimi formami są między innymi malarstwo, rzeźba, rysunek, ceramika, metaloplastyka, fotografia, grafika komputerowa, tkactwo i inne. Pomysły na tematy dzieł artystycznych rodzą się często spontanicznie, na przykład podczas spaceru czy interesującej rozmowy albo obserwacji jakiegoś zdarzenia. Czasem są inspirowane przez terapeutów, jednak wybór formy i sposób wykonania danej pracy należy do twórcy z niepełnosprawnością. To on ma prawo zdecydować, w jakiej formie chce przedstawić odbiorcy dane zagadnienie, co chce w swojej pracy szczególnie podkreślić oraz na co zwrócić uwagę. Ważne, aby sposób prezentacji był dostosowany do możliwości percepcyjnych twórcy – wzrokowych, słuchowych, dotykowych, intelektualnych. Aby miał on możliwość zmierzenia się z wyzwaniem któremu, mimo ograniczeń funkcjonalnych, będzie w stanie poddać.

Sztuka osób z niepełnosprawnościami powstaje dzięki wyobraźni i w tej właśnie wyobraźni cały proces twórczy się rozpoczyna. Eksponowanie zdolności twórczych ludzi z niepełnosprawnościami przynosi wymierne korzyści nie tylko im samym, ale całemu społeczeństwu, gdyż za pośrednictwem różnych form sztuki osoby z ograniczeniami sprawności dostarczają odbiorcom bogactwa doznań i przeżyć, dzielą się tym, co dla nich najważniejsze, pokazują swój świat, swoje możliwości, dążenia i marzenia. Sprzyja to przeciwdziałaniu ich społecznemu wykluczeniu, a więc przyczynia się do kształtowania pozytywnego wizerunku osób z niepełnosprawnościami.

Jak wiele różnorodnych talentów i pasji posiadają ludzie z ograniczeniami sprawności, pokazują przedsięwzięcia oraz wydarzenia artystyczne, inicjowane przez instytucje

publiczne, organizacje pozarządowe i placówki wsparcia. Jednym z takich przedsięwzięć jest organizowany od 2003 roku przez PFRON Ogólnopolski Konkurs Plastyczny „Sztuka Osób Niepełnosprawnych”. Przypomnijmy, że jest to największy w kraju przegląd dorobku artystycznego placówek terapeutycznych zajmujących się rehabilitacją zawodową i społeczną osób z niepełnosprawnościami. W konkursie mogą brać udział uczestnicy warsztatów terapii zajęciowej i środowiskowych domów samopomocy oraz mieszkańcy domów pomocy społecznej posiadający aktualne orzeczenie o niepełnosprawności. Ubiegłoroczna edycja konkursu, która przebiegała pod hasłem: „Podróże moich marzeń”, zgromadziła blisko dwa tysiące prac. To pokaźny dorobek.

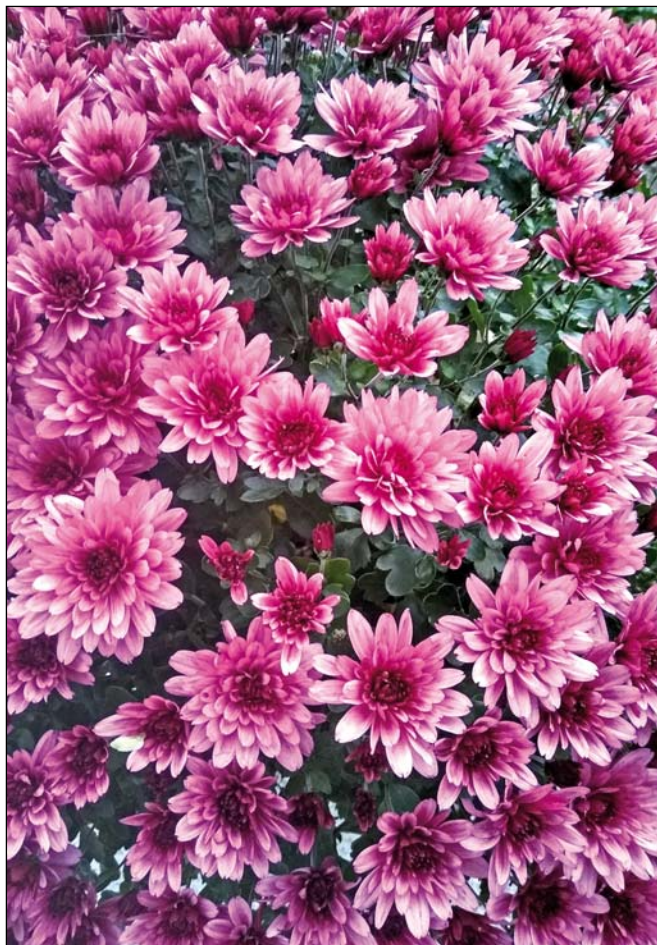
W tym roku – z powodu epidemii – regionalne edycje konkursu rozstrzygnięto bez uroczystego wręczania nagród, a ogólnopolskie rozstrzygnięcie i wręczenie nagród zostało przeniesione na rok przyszły. Tegoroczna edycja przebiegała pod hasłem: „Tajemnica mojej wyobraźni”. Twórczość artystów biorących udział w dotychczasowych edycjach konkursu można było oglądać między innymi w Zamku Królewskim w Warszawie, w Belwedermie, w Sejmie RP, Międzynarodowym Centrum Kultury w Krakowie, w Narodowej Galerii „Zachęta”, Muzeum Historycznym Miasta Stołecznego Warszawy, w Bibliotece Uniwersytetu Warszawskiego i innych miejscach. Sztukę osób z niepełnosprawnościami poznało więc szerokie grono odbiorców.

Nieprofesjonalni artyści w tym roku prezentowali swoje dzieła w następujących kategoriach: malarstwo i witraż, rysunek i grafika, tkanina i aplikacja, rzeźba kameralna i płaskorzeźba oraz fotografia. Na regionalną, wielkopolską edycję konkursu wpłynęło w tym roku 217 prac z 61 placówek

aktywizujących osoby z niepełnosprawnościami. W kapitule konkursu zasiadła między innymi dr Anna Skupień, dyrektor Oddziału Wielkopolskiego PFRON. W każdej kategorii kapituła przyznała nagrody i wyróżnienia. Twórcze sukcesy, które odnieśli niepełnosprawni w poszczególnych kategoriach konkursu, są wielką radością dla nich samych oraz dla ich terapeutów i opiekunów. Artyści włożyli sporo pracy w przygotowanie tych dzieł. Nie byłoby to możliwe, gdyby nie zaangażowanie terapeutów, którzy na każdym etapie działania doradzali, wspierali, inspirowali, motywowali.

Każda edycja konkursu „Sztuka Osób Niepełnosprawnych” pokazuje jak wielu utalentowanych twórców z niepełnosprawnościami żyje w naszym społeczeństwie. Tego rodzaju przedsięwzięcia nie tylko promują ich sukcesy artystyczne, ale w szczególności pomagają przełamywać bariery i stereotypy na temat osób z niepełnosprawnością. Wciąż niedostateczna wiedza różnych grup społecznych o potrzebach, ograniczeniach i możliwościach osób z ograniczeniami sprawności powoduje, że są one wyłączone z pełnego uczestnictwa w życiu społecznym. Nadal panuje przekonanie, że niepełnosprawni są słabsi, mniej produktywni, wymagający pomocy w pełnieniu ról zawodowych i społecznych. To mit, z którym należy walczyć. Osoby z niepełnosprawnościami są zdolne do podejmowania wysiłku i nastawione na osiągnięcie celu. Dzieła tych nieprofesjonalnych twórców nie powstają „na kolanie” – są rezultatem ciężkiej, żmudnej pracy. Praca ta jest konsekwentnie realizowana w placówkach terapeutycznych, bez udziału których nie sposób mówić o roli arteterapii dla poprawy jakości życia osób z niepełnosprawnością.

KAROLINA KASPRZAK



Co można



A.M. Krystosik
Gromadzińska
SZCZECIN

11.11. 2020.

Piszę dziś do Was, rodzice, a przede wszystkim do Mam dzieci chorych i niepełnosprawnych. Proszę, byście odważyły się opowiedzieć o Waszym macierzyństwie, o miłości, którą obdarzacie swoje dzieci, o miłości, której doświadczacie, na której budujecie.

Tylko my możemy pokazać dziś światu, że nasza codzienność ma sens, że jest piękna, chociaż bywa trudna, że warto. Opowiadajcie, rozmawiajcie, piszcie na forach. Może uda się nam pokazać, że my też jesteśmy szczęśliwi, że dzieje się to dzięki naszym chorym, niepełnosprawnym dzieciom. Bardzo dziś potrzeba takich głosów. Piszmy też, mówmy głośno, czego nam brakuje, co naszym zdaniem można zrobić.

Nieuleczalna choroba dziecka, niepełnosprawność, są wpisane w każdy dzień, ale go nie definiują. Nie budujemy na cierpieniu, bólu i strachu, a na nadziei, na wierze, na dobru, na miłości, na przyjaźni i zaufaniu. To nasze fundamenty. Bez nich nasz świat szybko by runął.

Czasami mówi się, że chore dzieci kocha się bardziej. Powiem więcej, chore dzieci kochają bardziej. Głęboko w serce zapadają te chwile, w których umęczone, cierpiące, zarzucają na szyję ręce i mówią „Kocham Cię mamo”. Osiągnięcia naszych dzieci cieszą, bo kosztują więcej wysiłku wszystkich, ale przede wszystkim wymagają, czasami tytanicznej, pracy.

Życie z dzieckiem chorym czy niepełnosprawnym, czasami życie głównie dla dziecka, bo musimy zrezygnować ze swoich planów, albo mocno je zmienić, jest wyzwaniem, ale jest też cudowną przygodą, która przynosi nieopisaną radość, dumę i satysfakcję. Rozczuła, pozwala zrozumieć rzeczy ostateczne, a

dzięki temu świadomie docenić wszystko, co się ma i zobaczyć jak niewiele potrzeba do szczęścia. Bywa, że w naszych zmaganiach ocieramy się o śmierć, rozpaczliwie wyrwamy nasze dzieci z jej objęć, bo to jeszcze nie czas, bo nie chcemy się jeszcze rozstać. Czasami doświadczamy też cudów, bo coś, co jest niemożliwe i nieosiągalne, nagle się staje. Bardzo wielu rzeczy nie da się racjonalnie wytłumaczyć. Żyjemy chwilami gdzieś na pograniczu światów, tego co znane i tego co nieznanne. Mamy więcej okazji, by się zatrzymać, popatrzeć, pomyśleć... docenić. Mamy wiele okazji do świętowania, jesteśmy za wiele wdzięczni. Zaryzykuję stwierdzenie, że życie z dzieckiem chorym, niepełnosprawnym jest w swojej inności bardziej świadome, głębokie, jest niezwykle. Myślę, że wiele osób się ze mną zgodzi.

Ile z Was, Mamy, wiedziało, że Wasze dziecko, które nosicie pod sercem jest chore? Co wtedy czułyście? Co zobaczyłyście? Co Wami kierowało?

Ja wiedziałam. Oczywiście, po usłyszeniu diagnozy mój świat na chwilę się zatrzymał. Ale tylko na chwilę. Z pomocą męża, rodziny i przyjaciół rozpoczęłam walkę o syna. Miałam się na kim oprzeć. To nie była tylko moja walka, to nie były tylko moje decyzje. Każde dziecko ma oboje rodziców, ale szczęściem jest gdy oboje od samego początku kochają dziecko, bez względu na wszystko. Przeszliśmy prenatalne zabiegi. Pojechalśmy na drugi koniec Polski, bo tam byli specjaliści.

Nie bez przyczyny piszę o wspólnej walce. Nie wszystkie Mamy mają z kim walczyć o swoje dziecko, nie wszystkie walkę podejmują. Nie jest moją intencją ocenianie kogośkolwiek, bo do tego nie ma prawa nikt, a jedynie wskazanie, że by walczyć, trzeba być do tego przygotowanym. Ponadto pewnych decyzji, szczególnie tych najważniejszych, nie można podejmować mając za doradcę strach czy brak wiedzy. Nie powinno się też podejmować ich w pojedynkę. Jeżeli przy kobiecie z różnych przyczyn nie ma nikogo bliskie-

zrobić...



go, to musi ona wiedzieć gdzie może znaleźć pomoc i powinna chcieć jej szukać. Musi wiedzieć, komu może zaufać.

I tu pojawia się pierwszy czynnik, na który chciałabym zwrócić uwagę.

Stawiam więc pytanie: Jak my, jako społeczeństwo przygotowujemy młodych ludzi do radzenia sobie z trudnymi, dramatycznymi sytuacjami, które mogą stać się częścią ich życia? Jak przygotowujemy ich do bycia rodzicami dzieci chorych, niepełnosprawnych? Kto jest odpowiedzialny za to, by uświadomić młodym ludziom, że życie nie musi być wcale łatwe i przyjemne? Rodzina? Szkoła? Kościół? Czy jako społeczeństwo robimy wystarczająco dużo? Czy w ogóle coś robimy? Czy młodzi ludzie mają szansę oswoić się z cierpieniem? Czy mają szansę obcować z bólem innego człowieka? Co o nich

wiedzą? Czy zastanawiają się nad ich sensem? Większość z nich zapewne nie doświadcza ich osobiście, nie ma też możliwości współuczestniczenia w pokonywaniu trudów choroby. W większości młodzi chowani są pod parasolem, w wyidealizowanym świecie. A jest jeden bardzo prosty sposób, by lepiej przygotować młodego człowieka do życia, by uświadomić mu, że choroba, cierpienie są jego częścią, z którą można się oswoić, która nie musi przerażać. Mam na myśli wolontariat, który w naszym kraju traktowany jest marginalnie, a powinien być moim zdaniem wpisany w proces edukacji, jako zajęcie obowiązkowe.

Gdy byłam w liceum, miałam możliwość doświadczenia wolontariatu w szpitalu. Kilka dni i nocy, szczególnie noc w szpitalu, były doświadczeniem, które przygotowało mnie lepiej

do życia. To właśnie wtedy byłam przy łóżku chorych, osób starszych, ale też i młodych. Mierzyłam im ciśnienie, podawałam posiłki, rozmawiałam z nimi. W nocy słyszałam, gdy ciicho płaczą. Widziałam na izbie przyjąć osoby, które przywołane były z wypadków, zakrwawione, nieprzytomne. Widziałam wiele. Obserwowałam też lekarzy i ratowników. Byli różni. To też mnie wiele nauczyło. Wolontariat w szpitalu nauczył mnie, że nic nie jest oczywiste, że wszystko może się nagle zmienić, że chorzy i cierpiący mają takie samo prawo jak ja, by godnie żyć. Myślę, że właśnie to doświadczenie zaowocowało w późniejszym życiu i w dużej mierze dzięki niemu podjęłam wiele decyzji.

Młodych ludzi nie należy też izolować od problemów w rodzinie, zasłaniać „kotarą” chorób, na przykład chorób dziadków. To w rodzinie młodzi ludzie w naturalny sposób mają szansę współuczestniczyć w tym, co nieuniknione. Uważam, że młodzi ludzie mają prawo, a nawet obowiązek współuczestniczyć w chorobie starszych krewnych oraz w ich umieraniu.

Byłam z bliskimi przy dziadku, gdy umierał. Gaś na naszych oczach, już bez świadomości istnienia. Do dziś, chociaż minęło już wiele lat, na wspomnienie tych chwil, mam łzy w oczach, ale wtedy przekonałam się, doświadczyłam, że śmierć po prostu jest. Zaakceptowałam ten fakt. Nie przeraża mnie.

Co więc ważne? Łatwiej jest być rodzicem dziecka chorego, niepełnosprawnego, gdy rozumiało się wcześniej sens cierpienia i śmierci. Warto więc, by wolontariat na dobre wpisał się w programy kształcenia, a rodzina była miejscem, gdzie w poczuciu bezpieczeństwa, doświadcza się nie tylko radości życia, ale i smutku śmierci. Nie można przed nimi uciekać, nie jest dobrze, nawet w dobrej wierze, chronić młodych ludzi, przed takimi przeżyciami.

I CO DALEJ...

Podam kolejny przykład ze swojego życia. Będąc w ciąży wiedziałam, że moje/nasze dziecko jest nieuleczalnie chore. Zrobiliśmy, co mogliśmy. Nie wszystko się udało. Ciężę trzeba było wcześniej rozwiązać. Postanowiliśmy pobrać krew pępowinową, bo być może w przyszłości nasze dziecko bę-

dzie miało szansę, której nauka dziś jeszcze mu nie daje. Na spotkaniu z lekarzem, na którym miałam usłyszeć o przebiegu porodu i dalszych planach, pani doktor beznamytnym głosem powiedziała, że bym nie robiła sobie zbyt wielkich nadziei, że dziecko może nie przeżyć porodu, że w tej sytuacji wydawanie pieniędzy na pobranie krwi jest nieuzasadnione.

Nigdy tego nie zapomnę. To było jak nóż w serce. I w tym momencie chciałabym podnieść drugi problem, nad którym powinniśmy się pochylać. Kto jest odpowiedzialny za kształcenie umiejętności komunikacji lekarza z pacjentem? Może to nie na lekarzu powinna spoczywać odpowiedzialność rozmowy z rodzicem/pacjentem, a na osobie specjalnie do tego powołanej? Może na psychologa?

Być może pani doktor miała dobre intencje, być może w ten sposób chciała mnie przygotować na najgorsze, ale skutek był odwrotny. W jednej chwili straciłam szacunek do niej jako do człowieka i wiarę w to, że rzeczywiście będzie o moje dziecko walczył. W kolejnych latach pobytów w szpitalach z dzieckiem nie raz doświadczałam problemów w komunikacji między lekarzem a rodzicem małego pacjenta. Bo niby mamy prawo do informowania nas o stanie zdrowia, o przebiegu leczenia dziecka, ale niejednokrotnie wymuszać musiałam rozmowę z lekarzem prowadzącym i zawsze wtedy czułam się jak intruz. Rozumiem brak czasu, mnogość obowiązków, ale jednym z nich powinno być bieżące informowanie rodzica. Gdy komunikacja z lekarzem odbywała się bez przeszkód, wszystko układało się lepiej. Brak informacji, niedostępność lekarza – to było zawsze powodem do niepokoju, a nawet najkrótsza informacja dawała poczucie bezpieczeństwa. Osobną kwestią jest także sposób przekazywania informacji. Jak widać na powyższym przykładzie, może być on miazdzący dla rodzica, dla człowieka. Ale to umiejętność i należy ją kształcić. Kształcić już na studiach, ale też w środowisku pracy, gdzie młodzi lekarze, powinni uczyć się od tych z większym stażem, którzy powinni być autorytetami, nie tylko w dziedzinie wiedzy, ale też autorytetami moralnymi, a tacy z szacunkiem postrzegają wszystkich ludzi.

ciąg dalszy na str. 20 i 21



ciąg dalszy ze str. 18 i 19

Syn się urodził. Rozpoczął się kolejny etap naszego życia. Gdy usłyszałam jego płacz, poczułam niewypowiedzianą ulgę, szczęście i radość. Był w ciężkim stanie, leżał w inkubatorze na OIOM-ie. Mogłam go jedynie odwiedzać. Czułam się bezsilna. Stan syna pogarszał się. Czułam się zmęczona. Przez przypadek, chociaż podobno takie się nie zdarzają, Paweł trafił pod opiekę innego szpitala. Tam na izbie przyjęć lekarz sam wziął go na ręce i wiedziałam, że ten człowiek zrobi wszystko, co w jego mocy, by pomóc. Specjalistyczna opieka, znów OIOM, ale zupełnie inny. Znalazło się nawet dla mnie krzesło, by posiedzieć przy dziecku (miałam problemy po cesarskim cięciu). Pielęgniarka i lekarze byli ludzcy, profesjonalnie wykonywali swoje obowiązki, ale z wyczuciem i swego rodzaju łagodnością oraz zrozumieniem. Pamiętam ich twarze do dzisiaj. Szanse na przeżycie Pawła rosły, chociaż trudnych chwil nie brakowało. Lekarz jednak dzwonił do nas nawet w nocy podczas której ważyły się losy Pawła, informował... I chociaż minęło już 14 lat, ten właśnie lekarz jest wciąż

ważną osobą w naszym życiu.

Na początku była niepewność, było zmęczenie, skrajne zmęczenie po wielu nieprzespanych nocach. Ściągałam mleko, karmiłam i pielęgnowałam syna. Tuliłam go, śpiewałam mu. Zamieszkałam z synem w szpitalu na długi czas. Jadłam, co mi przyniesiono, ubierałam się w to, co mąż dostarczał z domu. Musiałam zrezygnować z pracy, a więc i dochodów. Cały świat, z wyjątkiem tego szpitalnego, przestał istnieć. Stan syna polepszał się. Mogliśmy zacząć planować powrót do domu. I wtedy, wraz z radością, pojawił się strach. Zdałam sobie sprawę, że zostaniemy nagle sami z naszym ciężko chorym synem.

Nie będzie w pobliżu pielęgniarki, nie będzie lekarza. Będzie tylko telefon.

Czy ktoś jest odpowiedzialny za wsparcie rodziców jak my? Czy istnieją jakieś systemowe rozwiązania?

BRAKOWAŁO NAM WSPARCIA

Ze strony kogo? Nie wiem dokładnie. Może pomocna byłaby pielęgniarka środowiskowa? Może położna? Żadna nas nigdy nie odwiedziła, ani

Co można

nie zadzwoniła. Może grupa wsparcia rodziców? Może forum dyskusyjne, ale Internet 14 lat temu nie był tak rozpowszechniony. Może psycholog? Może konsultant, który potrafiłby ocenić czy konieczny jest już telefon do szpitala czy problem możemy rozwiązać sami? Nie mieliśmy doświadczenia w postępowaniu z małym dzieckiem. Tym bardziej z chorym dzieckiem.

Jakiego wsparcia nam brakowało? Każdego. Począwszy od finansowego, poprzez ulotki, informacje, literaturę, po pomoc w codziennych czynnościach takich jak zmiany opatrunku, zastrzyki, czy zastąpienie nas przez jakiś czas przy dziecku przez kogoś, kto będzie wiedział w razie czego co ma zrobić.

Czy można wskazać jakieś rozwiązania pomocne z punktu widzenia rodzica?

Tak. Myślę, że każdy rodzic, który opuszcza szpital ze swoim chorym dzieckiem, powinien otrzymać ulotkę, na której znalazłby się informacje na temat jego praw, form pomocy, z której może korzystać i miejsc, w których może się o nią ubiegać. A powinna być ona zatytułowana: „Kochani Rodzice, nie jesteście sami. Pomożemy Wam”. Na ulotce powinien być adres strony internetowej, na której takie informacje i linki powinny się znaleźć oraz być na bieżąco aktualizowane. Czy jest taka strona? Uniwersalna, dla wszystkich rodziców, z odesłaniami do indywidualnych jednostek chorobowych. Wydaje mi się, że nie ma. To byłby punkt zaczepienia, dobry początek, zaproszenie do skorzystania z pomocy, uświadomienie rodzicom, że taka istnieje. Ulotka powinna być dołączana do wypisu i być dostępna w widocznym miejscu na każdym oddziale oraz izbie przyjęć, a także w poradniach i przychodniach oraz miejscach rehabilitacji.

My długo byliśmy nieświadomi, że możemy starać się o orzeczenie o niepełnosprawności dla naszego dziecka, że możemy ubiegać się o zasiłek z tego tytułu. Nie wiedzieliśmy, że możemy otworzyć w

fundacji konto, na które przekazywane mogą być środki w postaci 1% dochodów naszej rodziny znajomych, z których możemy refundować faktury. Nie wiedzieliśmy, że istnieją fundacje spełniające marzenia dzieci. O wszystkim dowiadaliśmy się przez przypadek, np. podczas wizyty u okulisty. Naprawdę tak było. Zastanawiam się teraz dlaczego? Przecież oboje wykształceni powinniśmy szukać informacji. Ale codzienne życie, troska i zmęczenie tak nas pochłaniały, że nawet nie pomyśleliśmy, by szukać. Permanentnie niewyspani, zawsze gotowi, by jechać do szpitala, a takie wyprawy zdarzały się często, po prostu nie szukaliśmy. Nie mieliśmy już na to siły. Naszym największym pragnieniem było „przespać się”. Gdybyśmy dostali ulotkę z kilkoma adresami, być może od samego początku mielibyśmy w naszym życiu nieco łatwiej, bo przynajmniej część problemów, w tym finansowych, można byłoby rozwiązać.

Byliśmy jednak zamknięci w swoim świecie, który skupiał się wokół Pawła, wizyt w szpitalu, badań, rehabilitacji. Może gdybyśmy wcześniej zaczęli poznawać innych rodziców, byłoby nam łatwiej. Rzadko ich jednak spotykaliśmy. Ci ze szpitalnych korytarzy byli trochę jak my, wycofani. Może gdyby przy szpitalach funkcjonowały grupy wsparcia, przez nie można byłoby dotrzeć do rodziców, którzy mają doświadczenia i się nimi dzielą. Obecnie wiele jest takich grup w Internecie i warto się na nich logować. Oczywiście nigdy nie mogą zastępować konsultacji z lekarzem, ale wymiana doświadczeń jest cenna i daje poczucie, że nie tylko ko my... Czasami wymiana informacji pomaga w organizacji życia domowego z chorym dzieckiem, które bywa wyzwaniem. Pisanie i czytanie może też działać jak doraźna terapia.

Wciąż jest również za mało szkoleń dla rodziców. My chcemy rozumieć chorobę naszych dzieci, nie jesteśmy jednak lekarzami i potrze-

zrobić...

bujemy wiedzy podanej w przystępny dla nas sposób. Pojawiają się pojedyncze inicjatywny webinarów dla rodziców, ale to wciąż kropla w morzu potrzeb. Byłoby nam łatwiej gdybyśmy mieli dostęp do dedykowanych nam, rodzicom, materiałów edukacyjnych. Webinaria, czaty, szkolenia, spotkania, warsztaty, a nawet konferencje... bardzo nam tego brakuje. Nie każdy podręcznik dla studentów medycyny, lekarzy specjalistów czy fachowa prasa jest dla nas zrozumiała. Potrzebujemy czegoś innego.

W świecie idealnym każda rodzina wychowująca dziecko chore, niepełnosprawne, powinna mieć możliwość skorzystania z opieki koordynatora, który pomagałby w rozwiązywaniu różnych problemów. Koordynator, gdy zajdzie taka potrzeba, wyszukiwałby i podpowiadał możliwe rozwiązania, udostępniałby kontakty, pomagał w koordynacji np. dostaw środków medycznych i pielęgnacyjnych, sprzętu medycznego i rehabilitacyjnego. Opiekun pomagałby zdobywać środki finansowe i byłby przewodnikiem w świecie spraw formalno-prawnych, z którymi trzeba się też mierzyć.

Na koniec wsparcie finansowe jest, ale czy jego kwota jest adekwatna do potrzeb? Wielu rodziców musiało zrezygnować z pracy, bo nasza obecność przy dziecku jest konieczna. Czy nie powinniśmy czuć się zabezpieczani finansowo i oczekiwać, że gdy nas zabraknie, nasze dzieci będą również miały środki, które zapewnią im godne życie? Chyba nie znam nikogo, kto by w tym względzie czuł się bezpiecznie.

Konieczność regularnej rehabilitacji i zapewnienie środków pielęgnacyjnych jest rzeczą tak oczywistą, że nawet wstyd o niej pisać. A wciąż jest problemem. Rodzice muszą sami zabiegać o tak podstawowe potrzeby swoich dzieci i samodzielnie je finansować.

O lekach nie powinienem też nawet wspominać, ale coraz

więcej rodziców musi korzystać z publicznych zbiorów, by móc je zakupić. Szczególnie mam tu na myśli kosztowne terapie, które dają szansę dzieciom, gdy refundowane takiej szansy już nie dają. Podobnie jest z leczeniem, które nie jest refundowane. Tylko dzięki ludziom dobrej woli, dzięki ich otwartemu sercu i portfelom, to co niemożliwe, staje się realne. Dzieci odyskują zdrowie.

Wielu z nas rodziców może i bardzo chce pracować, w pełnym lub niepełnym wymiarze godzin. W świecie idealnym pracodawca nie powątpiewałby czy damy radę pogodzić opiekę nad dzieckiem ze zobowiązaniami zawodowymi. W świecie idealnym nie byłoby to kryterium decydujące o zatrudnieniu. Faktu bycia rodzicem dziecka chorego, niepełnosprawnego nie możemy zataić, bo zawsze to dobro naszego dziecka będzie na pierwszym miejscu. Pracodawca ma prawo wiedzieć. Oczekuję jednak, że nie będzie to dla niego najważniejsze kryterium nas definiujące. Często to właśnie my jesteśmy lepiej zorganizowani, wykształceni, bardziej lojalni. A może na czas naszej nieobecności w pracy, z powodu np. hospitalizacji naszego dziecka, państwo powinno naszemu pracodawcy wypłacać dodatkową rekompensatę. Byłby to argument za zatrudnianiem rodziców jak my, opłacalny finansowo dla wszystkich. Dając nam możliwość pracy, państwo nie wypłaca nam zasiłku, a my płacimy podatki i zarabiamy na emeryturę. Ponadto praca jest dla nas niezwykle istotna. Nie tylko zapewnia naszym rodzinom środki do życia, ale też pozwala nam utrzymywać równowagę psychiczną. Często jest jedyną odeskoczną, bo na rozrywki już nie ma czasu ani środków. Praca trzyma wielu z nas „w pionie”, dając szansę na definiowanie siebie również jako specjalistę, jako dobrego pracownika, nie tylko rodzica.

Każdy z nas pewnie często zadaje sobie pytanie co możemy jeszcze zrobić by naszym dzieciom i nam żyło się

lepiej, w większym poczuciu bezpieczeństwa?

Trzeba nam dzisiaj mądrości, rzeczowej i spokojnej dyskusji. Potrzebne jest spotkanie z przedstawicielami wszystkich zainteresowanych stron. Konieczne jest wzajemne poznanie się. To jest proces. Nie dzieje się z dnia na dzień. Potrzeba ciężkiej pracy opartej na wiedzy. Trzeba podjąć działania, które będą odpowiedzią na konkretne problemy. By osiągnąć sukces, a może chociaż na początek konsens (nawet nie konsensus), trzeba problemy zidentyfikować, opisać i znaleźć różne sposoby ich rozwiązania. Wybrać optymalne. Nie można się spieszyć, nie można kierować się emocjami. Trzeba wykorzystać to, co już zostało zrobione, to co przynosi już efekty i pochylić się na tymi kwestiami, które pozostają nierozwiązane.

Zakończę cytatem autorstwa profesora Bartoszewicza, który jest tak uniwersalny, że może być również dla nas drogowskazem w pracy na rzecz naszych dzieci, ale też kolejnych pokoleń najsłabszych w społeczeństwie:

„Broń w życiu społecznym praw rozumu, z zasady bądź nieufny wobec wszelkich prądów antyintelektualnych (...). Bądź czynnikiem zgody, czynnikiem dobrze pojętego kompromisu. Całkowitej nieustępliwości, izolacjonizmowi, niechęci do współpracy i porozumienia z przeciwnikiem nie uważaj za cnotę stałości. Dopatruj się w tym raczej ciasnoty umysłowej i zbadać, czy nie kryje się tam na dnie zła wola. Ale nim tej pewności nie nabierzesz – nie rzucaj oskarżeń na wiatr, bo postąpisz niegodziwie, będziesz śmieszny i mały”.



FOT. (SX) AGATA KRYSOSIK-GROMADZIŃSKA

Wdzięczność

21.11.2020.

Coraz częściej zdaję sobie sprawę ile mam powodów do wdzięczności. Świat bardzo się zmienił od wiosny. Pandemia kładzie się złowrogim cieniem na naszą codzienność, na świętowanie. I chociaż wiadać światło w tunelu, bo kolejne firmy ogłaszają sukces w wynalezieniu szczepionki na koronawirusa, to daleko nam jeszcze do normalności.

Budzę się jednak rano i wstaję zazwyczaj bez pośpiechu i nerwowości z ciepłego łóżka. Włączam ulubione radio i idę do pokoju Pawła, by upewnić się, że dializa dobiega końca. Ostatni drenaż dwunastogodzinny zabiegu i zaczynamy nowy dzień. Paweł otwiera oczy.

Jestem wdzięczna, że noc była spokojna. Mogliśmy pośpać. Otwieram rolety, uchylam okna. Pojawia się ogród, nasza jabłonka, sroki skaczące po trawniku i sikorki buszujące wśród gałęzi. Świeże, czasami już mroźne powietrze, przegania resztki zaspiania. Włączam czajnik, by zrobić gorącą herbatę.

Ubieramy się. Nie muszę prasować szkolnego mundurka, ani swoich spodni, marynarki. Schludna bluzka wystarczy. Nie muszę pastować eleganckich butów. Nie szukamy czapek, rękawiczek i szalików, które z niewytłumaczalnych powodów często giną.

Jemy śniadanie. Mamy ulubioną herbatę i kawę, domowy chleb, a lodówka nie świeci pustkami. Nie muszę robić i pakować kanapek. By zacząć pracę, by Paweł był obecny na lekcjach, wystarczy uruchomić komputer. Jestem wdzięczna, że nie musimy pędzić ulicami pokonując poranne korki. Nie musimy marznąć, ani moknąć. Nie musimy się spieszyć, bo prawie wszystko zależy od nas. Nie zaskoczy nas zasypianie śniegiem ulica, śmieciarka, której nie da się wyminąć, brak miejsca na parkingu. W ogóle nas to teraz nie interesuje.

Poranki są spokojniejsze. Dają lepszy start. Domowe życie stosunkowo łatwo okieł-

znać. Jestem za ten poranny, spokojny czas wdzięczna, bo nigdy nie byłam fanem pośpiechu, dojazdów i konieczności zdążenia na 8 do szkoły i pracy.

Paweł zaczyna swoje zajęcia wcześniej niż ja. Mogę więc wszystko przygotować. Przeglądam pocztę, odpisuję na e-maile. Planuję co muszę zrobić do południa, a co po obiedzie. Będę pracować dłużej niż do 16, ale w środku dnia mam czas na przygotowanie obiadu, mam czas na rozwieszenie prania i mam czas na kawę. Mam wszystko pod ręką i na oku. Bardzo mi odpowiada taki sposób pracy i jestem wdzięczna, że tak mogę organizować swój czas. Zauważyłam nawet, że taka praca jest wydajniejsza, a jej istotną częścią jest poszerzanie wiedzy i umiejętności. Takich możliwości jakie mam teraz, nie miałam nigdy dotąd. Jestem za nie wdzięczna losowi.

Paweł koło 10 zjada drugie śniadanie. W szkole zawsze jest z tym problem i nie je nic przez wiele godzin. Teraz dostaje małe co nieco i z uśmiechem wcina. Czuję się spokojniej.

Na 13.10 musi być gotowy obiad. Wystarczy się dobrze zorganizować i jest to możliwe. Nawet jeżeli mam w tym czasie wykład, to Paweł bierze sobie jedzenie sam. Jestem ogromnie wdzięczna losowi, że tak nam już wyrósł. Że nie muszę już wszystkiego robić, a Paweł radzi sobie w kuchni. Radzi sobie z lekcjami, radzi sobie ze sprzątaniami. Pranie też robi. Oczywiście, zazwyczaj nie ma na to wszystko ochoty, ale sama świadomość, że da radę jest wspaniała. Dobrze jest mieć takie „podrośnięte” dziecko. A gdy czasami w przypływie uczuć mój syn zrobi mi i poda herbatę, to jest jak w raju. Jestem nieopisanie wdzięczna!

Codziennosc jest w miarę spokojna. Oczywiście gdy myślę, dlaczego tak jest, to cały spokój znika. Epidemia ma się coraz lepiej i zatrważa mnie to, co dzieje się w szpitalach, przeraża mnie liczba cho-

rych, liczba zgonów. Boję się, by ktoś z nas nie zachorował, by nie umarł. Dlatego jestem wdzięczna, gdy zasypiamy i budzimy się w dobrej formie. To teraz najważniejsze. Cała reszta liczy się mniej.

Nauczyłam się ostatnio robić zakwas i piec z niego chleb. Było to dla mnie wielkie odkrycie. Mąka, woda i szczypta soli. I naprawdę nic więcej! Za każdym razem, gdy patrzę, jak mój chleb rośnie, gdy dom wypełnia się jego aromatem (z niczym nieporównywalnym), to jestem ogromnie wdzięczna za to, że taki chleb możemy jeść. Trzy proste składniki, a nie ma nic lepszego.

Mijają dni, jeden za drugim. Monotonia nie przytłacza, a daje poczucie bezpieczeństwa. Jedynie co 6 tygodni musimy jechać na badania do Warszawy. Wtedy denerwuję się i martwię. Widzę to swoje zdenerwowanie, zdaję sobie z niego sprawę, ale nic nie mogę z nim zrobić. Zagrożenie oczywiście jest, wirusem można zakażać się wszędzie, każdy mijany człowiek może być jego nośnikiem. Denerwuję się na tych, którzy nie noszą masek, nie przestrzegają dystansu. Jestem kłębkiem nerwów, gdy musimy zostać na noc na oddziale. Tam nie da się odseparować od innych. Jest wspólna łazienka, wspólna kuchienka. A to, że wszyscy mieli test na koronawirusa, nie przekonuje mnie.

Strach przez zakażeniem, strach przed byciem poza domem, jest w obecnej sytuacji uzasadniony, ale myślę, czy jeszcze kiedyś będzie jak dawniej. Nawet gdy zostanie my zaszczepieni, czy wróci dawny styl życia? Nie wiem. Nie jestem przekonana. To już dziewiąty i nie ostatni miesiąc. Najgorsze podobno przed nami. Na pewno dobiejemy w covidowej rzeczywistości do dwunastu miesięcy, a myślę, że nawet osiemnastu. Czy po tak długim czasie da się jeszcze wrócić do starych nawyków? A może zostaną one wyparte przez nowe, do których coraz bardziej się przyzwyczajamy?

Wrócę jeszcze do wdzięczności. Miałam ostatnio taki moment. Gdy guzek syna okazał się tylko węzłem chłonnym, byłam wdzięczna. Bardzo wdzięczna. Tak bardzo nie chciałam usłyszeć niczego innego.

22.11.2020.

Wróciliśmy z badań. Wróciliśmy ze szpitala. Nie jest gorzej, co znaczy, że jest dobrze. Nasza codzienność domowa otula nas i uspokaja. Wdzięczna jestem za dzisiejsze niedzielne popołudnie, kiedy nic nie muszę, kiedy mogę. Kiedy mogę pisać, czytać, słuchać muzyki, kiedy mogę odpoczywać. I że mogę to robić w domu, z mężem i synem. Dziękuję.

Kończy się rok 2020. Bardzo trudny i inny niż wszystkie dotychczas przeżyte. Wiele za nami, jeszcze więcej przed nami. To, co było nie do pomyślenia, stało się codziennością. To, w co nie mogliśmy uwierzyć, wydarzyło się i wciąż dzieje się na naszych oczach. Większość z nas żyje zupełnie inaczej. Zmieniliśmy nawyki, przetwarzaliśmy potrzeby, przeorganizowaliśmy codzienność. Pozostaliśmy jednak z naszymi radościami i problemami.

Może jesteśmy zdrowsi, a może bardziej chorzy? Może mamy więcej przyjaciół, a może staliśmy się bardziej samotni? Może straciliśmy bliskich, a może nasza rodzina powiększyła się? Może mamy trochę więcej czasu, a może mamy go mniej? Może mamy więcej pracy, a może pracujemy mniej? Może straciliśmy wiele szans, a może odkryliśmy nowe? Może staliśmy się bardziej dojrzały, a może wcale się nie zmieniliśmy? Może jesteśmy szczęśliwsi, a może wciąż dążymy do szczęścia?

Jakoś się jednak trzymamy, pomimo wszystko. I za to powinniśmy być wdzięczni. Wdzięczni wszystkim tym, dzięki którym jest to możliwe, wszystkim tym, którzy są z nami, którzy walczą z nami o jutro, a czasami walczą za nas.

AGATA
KRYSTOSIK-GROMADZIŃSKA

Jak chorowałem na COVID

Sytuacja się powtórzyła. Stało się tak, jak wiosną. Znowu zamknęli Warsztat Terapii Zajęciowej w Śre-
mie. Rozumiem, że to wszystko dla naszego dobra... mo-
jego i twojego. Kolejny raz w
tym roku musiałem pożegnać
się z moją pracownią multi-
medialną.

Rozłąka z WTZ była jednak
inna niż ostatnio. Podczas prze-
bywania w domu ja i moi ro-
dzice, niestety, zachorowaliśmy
na koronawirusa. Czułem się
bardzo źle, miałem gorączkę i

boleły mnie wszystkie mięśnie.
Najgorzej chorobę znosił mój
tata, bardzo długo gorączko-
wał. Nasza kwarantanna trwa-
ła dwa tygodnie. Musieliśmy
przebywać w domu, nie wolno
było nam nigdzie wychodzić, a
obecność w domu kontrolowa-
ła policja.

Razem z rodzicami leżeli-
śmy w łózkach w izolacji, grali-
śmy w chińczyka. Bardzo lubię
tę grę. Uwielbiam wygrywać,
jednak czasem trzeba się pogo-
dzić z przegraną. Kiedy pozbie-
raliśmy siły, zaczęliśmy space-
rować do lasu, by się dotlenić.
Początki były trudne, ponie-
waż byliśmy jeszcze osłabieni.
Z czasem nabieraliśmy sił i le-
śne spacerowałyśmy ze zbier-
aniem grzybów, a było ich na-
prawdę sporo!

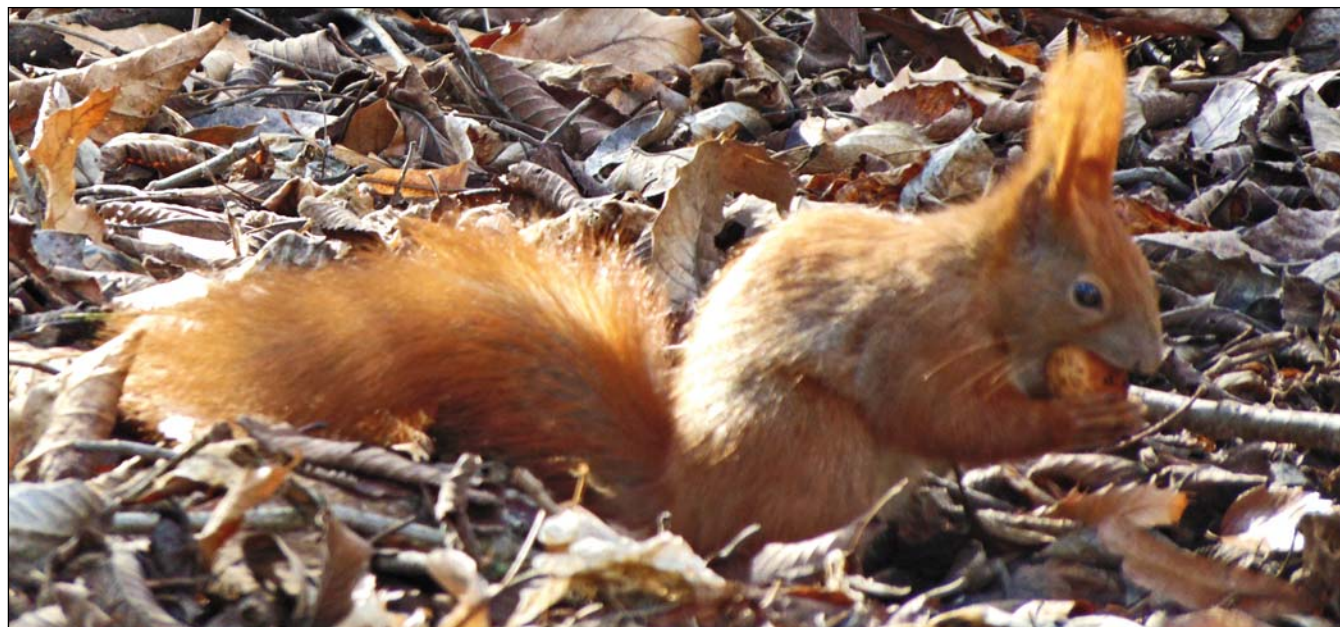
W miniony piątek bardzo
dużą radość sprawiły mi tera-
peutki z WTZ Dominika i Pa-
trycja, które przywiozły tecz-
ki z zadaniami. Bardzo lubię je
rozwiązywać, choć zdecydo-
wanie wolę to robić w warsz-
tacie z kolegami i koleżankami.
Od razu zabrałem się do pracy,
sprawia mi to wielką przyjem-
ność!

O nic się nie martwicie, bę-
dzie dobrze. Dbajcie o siebie,
życzę wszystkim zdrowia, że-
byśmy znów mogli wrócić do
ukochanego warsztatu i do co-
dziennych aktywności.

RAFAŁ BUREK
UCZESTNIK WTZ W ŚREMIE



FOT. (3X) ARCHIWUM RODZINNE AUTORA



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Szczęście – mieć pasję

Mam na imię Tomek i w tym roku skończyłem 30 lat. Urodziłem się z porażeniem czterokończynowym. Mieszkam w Komorowie w gminie Kaźmierz. Jestem absolwentem Zespołu Szkół Specjalnych w Szamotułach, a od ponad roku uczestnikiem Warsztatu Terapii Zajęciowej w Dusznikach. Od 23 lat zbieram

dzwonki, a zaczęło się to w czasie turnusu rehabilitacyjnego, po którym jako pamiątkę przywoziłem dzwonek z Dziwnówka.

Od tej pory tradycją stało się przywożenie z kolejnych turnusów takich pamiątek. Moimi zbiorami zainteresowali się członkowie rodziny, którzy także zaczęli ze swoich wypraw przywozić mi dzwonki. Z czasem dołączyli do nich przyjaciele, znajomi, znajomi znajomych, a nawet obcy ludzie.

W ten sposób moja kolekcja zaczęła się powiększać. Doczekała się nawet wielu wystaw w Buku, Rokietnicy, Kaźmierzu, Szamotułach i Dusznikach. Na pierwszej wystawie prezentowałem 190, a na ostatniej 2325 dzwonek! Na dzień dzisiejszy jest ich już 2677.

Oprócz zbierania dzwonek mam jeszcze jedną pasję. Wszystko zaczęło się, kiedy to jedenaście lat temu opisałem pierwszy raz swój dzień. Od tej pory codziennie spisuję, co się wydarzyło, jaka była pogoda, kto mnie odwiedził, no i oczywiście ile dzwonek dołączyło do mojej kolekcji. Dzięki prowadzeniu dziennika łatwo mi wrócić do wspomnień.

W jego prowadzeniu pomaga mi mama, babcia, rodzeństwo i kuzynostwo. Uszczęśliwiają mnie nie tylko moje pasje, ale i ludzie, którzy mnie otaczają, zwłaszcza rodzina. Mam trójkę rodzeństwa: Piotra, Jasia i Renię. Ja z nich jestem najstarszy. A nasi rodzice to Zofia i Roman. I na tym właśnie polega szczęście – mieć przy sobie ukochanych ludzi i móc rozwijać się dzięki swoim zainteresowaniom.

Jeżeli chcecie zobaczyć, co u mnie słychać, zapraszam na moje konto na FB <https://www.facebook.com/dzwonkitomka>

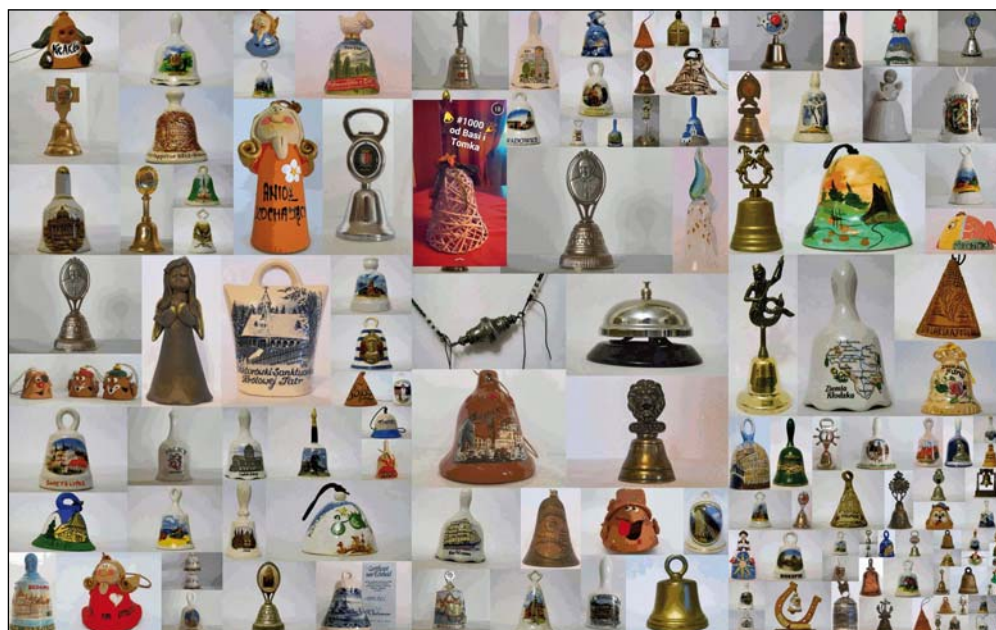
Z okazji Świąt Bożego Narodzenia życzę Wam, drodzy Czytelnicy, aby ten czas był czasem radosnym, błogosławionym, spędzonym w gronie najbliższych.

Niech Nowy Rok 2021 będzie dla Was czasem odnajdywania swoich pasji, ale przede wszystkim czasem dobra, miłości i spokoju.

TOMASZ GRZEŚKOWIAK



Pamiątkowe zdjęcie z obchodów trzydziestolecia moich urodzin. Na pierwszym planie moje rodzeństwo (od lewej): brat Janek, siostra Renia, brat Piotr i ja pośrodku.

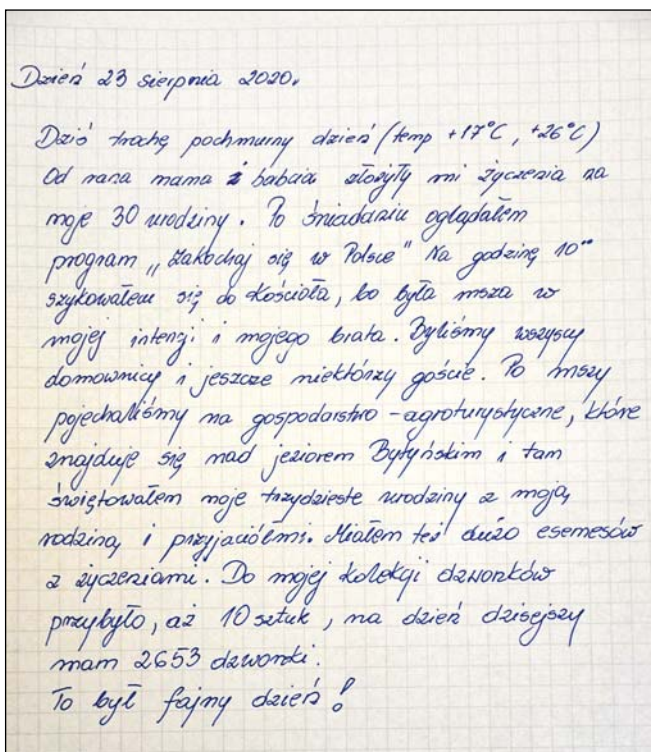


To tylko cząstka moich zbiorów. Na razie mam 2.677 dzwonek.

i ukochanych ludzi



Tomek przy swoim kalendarzu, w którym zapisuje z pomocą mamy wydarzenia każdego dnia.



A to notatka na temat moich urodzin. Ja mówiłem, mama spisała swoim ładnym, czytelnym pismem.



Ja przy swojej domowej kolekcji.



Dzwonki z Rzeszowa i Wadowic.



Dzwonki z Łukowa na Podlasiu.

Boccia tym razem zdalnie

W tym roku tradycyjny VIII Dusznicki Turniej „Boccia 2020”, zorganizowany w dniach 21 i 22 października przez Stowarzyszenie na rzecz Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej „Duszek” w Dusznikach, odbył się z powodu pandemii zdalnie.

Dlatego też, jak również na skutek trudności organizacyjnych, zasięg turnieju był mniejszy niż zwykle. Uczestniczyły w nim drużyny z powiatu szamotulskiego, reprezentujące: warsztaty terapii zajęciowej w Dusznikach i Wronkach, Centrum Integracji i Rehabilitacji w Szamotułach, Zespół Szkół Specjalnych również w Szamotułach oraz organizatora, czyli Stowarzyszenie „Duszek”.

Zdalna organizacja turnieju polegała na tym, że każda drużyna rozegrała mecz u siebie w ustalonych przez organizatora dniach, a następnie przekazała organizatorowi relację z meczu w formie filmu lub fotografii.

Zgodnie z tradycją naszego turnieju boccia również i tym razem nie wyłonił zwycięzców pierwszego, drugiego, trzeciego czy innego miejsca ani wyróżnień. Wszystkie drużyny otrzymały jednakowe nagrody; w tym roku były to bony upominkowe i kosze słodczy.

Najważniejsze, że mimo groźnej pandemii potrzyaliśmy naszą sportową tradycję dusznickiego turnieju boccia, ważną dla rehabilitacji zdrowotnej i społecznej osób z niepełnosprawnościami.

KRYSTYNA RUTKOWSKA



FOT. (5X) ARCHIWUM STOWARZYSZENIA „DUSZEK”

Koziołki i egipskie psy

Byliśmy w Muzeum Archeologicznym. Widziałam egipskie psy, stroje, malunki na ścianie i trumny i dużo figurek. I był posąg Kleopatry. I widziałam, jak dawniej ludzie mieszkali i jak się ubierali.

Widziałam zbroje średniowieczne. I były stroje do walki z Chin. A potem poszliśmy na Stary Rynek i były koziołki. I były flagi i balony. Bardzo mi się podobało.

ALICJA KANIKOWSKA



Z ekranu – do widzów

Festiwal Sztuki Naszych Dzieci – to wydarzenie artystyczne, które każdego roku promuje setki młodych talentów. Jego organizatorami są Zespół Szkół Specjalnych nr 105 im. Juliana Tuwima w Poznaniu i Stowarzyszenie na rzecz Uczniów i Absolwentów ZSS nr 105 oraz ich Rodzin „Trwanie”. Osoby z niepełnosprawnościami – uczniowie szkół specjalnych oraz uczestnicy placówek terapeutycznych z terenu Poznania i województwa wielkopolskiego – przygotowują na tę okoliczność prezentacje muzyczne oraz inscenizacje teatralne.

Redakcja naszego miesięcznika od lat patronuje temu przedsięwzięciu. Niestety, w tym roku, z powodu epidemii i związanego z nią zakazu organizacji wydarzeń kulturalnych w formie stacjonarnej, nie mogła odbyć się w Centrum Kultury Zamek dwudziesta pierwsza edycja Festiwalu. Wydarzenie zaplanowane na kwiecień odbyło się w listopadzie, w formie zdalnej. W tym roku pod hasłem: „Pół żartem, pół serio”. Artyści nagrali swoje występy, a następnie przesłali je do organizatora Festiwalu.

Nagrania można było oglądać na stronie internetowej ZSS nr 105 (www.105.edu.pl), a także na portalu społecznościowym, gdzie utworzony jest profil placówki. Nauczyciele i opiekunowie osób z niepełnosprawnościami dzielili się doświadczeniami w zakresie twórczych metod pracy 23 listopada na spotkaniu online. Zdalne warsztaty prowadzili: prof. dr hab. Kinga Ceynowa, prodziekan Akademii Muzycznej w Poznaniu i Artur Romański, aktor poznańskiego Teatru Animacji.

Organizację XXI edycji Festiwalu Sztuki Naszych Dzieci wsparli między innymi: Prezydent Miasta Poznania, Wielkopolskie Kuratorium Oświaty, Urząd Marszałkowski Województwa Wielkopolskiego, Centrum Kultury Zamek, darczyńcy, harcerze Hufca ZHP „Piast”, wolontariusze oraz patroni medialni – Telewizja Polska S.A Oddział w Poznaniu i nasz miesięcznik. *Oprac. KK.*

Mimo pandemii



– ciągłość terapii

Rzeczywistość, w której żyjemy od marca tego roku, spowodowała zmianę naszych przyzwyczajeń, a nawet zmieniła nasze ogólne podejście do życia. Zmian wymagało również funkcjonowanie placówki, w której pracujemy: Środowiskowego Domu Samopomocy, prowadzonego przez Stowarzyszenie na rzecz Osób Niepełnosprawnych „Iskra” w Poznaniu.

Zwiększająca się liczba zachorowań spowodowała, że zostaliśmy zmuszeni do zredukowania liczby osób uczestniczących w codziennych zajęciach stacjonarnych w „Iskrze”. Nasz kierownik Tomasz Popadowski dołożył wszelkich starań, aby zapewnić nam bezpieczeństwo pracy i higienę tak bardzo istotną w dobie pandemii.

Pomimo tych obostrzeń, przeszkód i trudności staraliśmy się na zajęciach utrzymać atmosferę pracy i ciągłość terapii, tak ważnej dla naszych uczestników. W poszczególnych pracowniach odbywały się

codzienne zajęcia i powstawały przepiękne prace plastyczne pod kierunkiem Marii Dolaty i Justyny Sroczyńskiej. Marcin Książak uprzyjemniał nam nasze działania terapeutyczne, wspomagając je przepięknym, muzycznym akompaniamentem.

W pracowni kulinarnej z Dominiką Szabelską codziennie coś piekliśmy bądź gotowaliśmy dla wszystkich. Dzięki spacerom Macieja Pelki utrzymywaliśmy doskonałą formę fizyczną. Natomiast ja, niżej podpisany, w pracowni komputerowej codziennie wymyślałem nam nowe sesje zdjęciowe czy też nagrywałem filmiki z uczestnikami. Mogliśmy też schronić się u Oli Koniecznej w pracowni edukacyjnej, gdzie czekały na nas gry edukacyjne i fascynujący świat wiedzy.

Z tęsknotą czekamy na powrót do normalności i życia takiego, jakie pamiętamy sprzed pandemii.

MARCIN KACZYŃSKI



Mają prawo odpocząć

„Czas na Kulturę” – to tytuł projektu realizowanego z inicjatywy poznańskiego Stowarzyszenia „Na Tak” ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury. Projekt zakłada organizację wydarzeń i warsztatów kulturalnych online, adresowanych do rodziców oraz opiekunów osób z niepełnosprawnościami.

Celem przedsięwzięcia jest umożliwienie rodzicom i opiekunom uczestnictwa w życiu kulturalnym, a także tworzenie możliwości aktywnego spędzania czasu wolnego i wypoczynku. Rodzice i opiekunowie osób z niepełnosprawnościami często pracują ponad siły – ich praca nie rozpoczyna się o 8.00 i nie kończy o 16.00. Trwa 24 godziny na dobę, dzień po dniu. Rodzice i opiekunowie muszą umyć, ubrać, nakarmić swoje pociechy, podać im leki, zawieźć do lekarza oraz na rehabilitację, załatwić formalności związane z uczestnictwem w turnusie rehabilitacyjnym. Nocami czuwają nad nimi.

Dlatego muszą zadbać o siebie, odpocząć. Dla większości rodziców i opiekunów osób z niepełnosprawnościami wygosparowanie choćby najkrótszej chwili wypoczynku nie

jest łatwe. Czują się odpowiedzialni (ponad miarę) za bezpieczeństwo, życie i zdrowie swoich dzieci. Te dzieci nie stają się samodzielne z chwilą ukończenia 18 roku życia. Potrzebują wsparcia i opieki cały czas, mimo że formalnie są dorosłymi ludźmi. Przemęczony i przepracowany do granic wytrzymałości rodzic lub opiekun nie będzie w stanie zapewnić właściwej opieki i pomocy swojemu dziecku.

Mając na względzie powyższe, organizator umożliwi rodzicom bezpłatny udział w wydarzeniach kulturalnych. Projekt ma ułatwić im dostęp do tego rodzaju wydarzeń. Każdy uczestnik projektu będzie mógł wybrać warsztat – muzyczny, taneczny, artystyczny lub kulturalny (z przewodnikiem). Osoby z niepełnosprawnościami w czasie trwania warsztatów będą miały zapewnioną pomoc ze strony asystentów osób niepełnosprawnych. Z wydarzeń kulturalnych można korzystać do końca grudnia, a następnie od wiosny 2021 roku. Projekt ma charakter cykliczny.

Szczegółowych informacji na temat projektu udziela Jakub Kleczek, specjalista do spraw projektów, tel. 665 860 760, e-mail: j.kleczek@natak.pl
Oprac. KK.



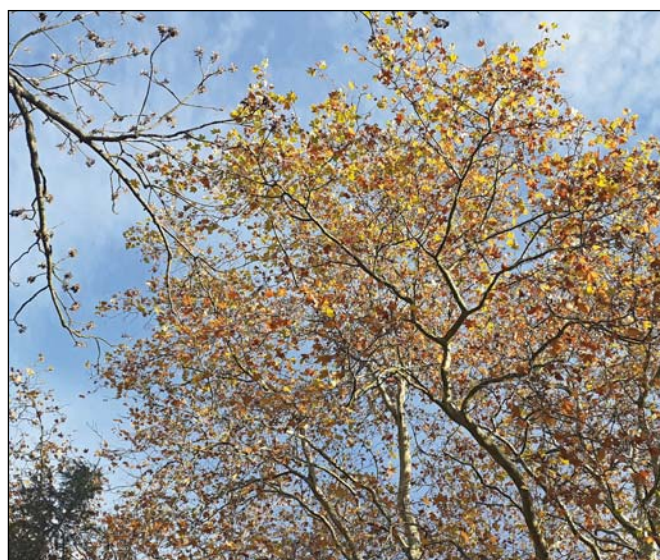
Przed nami „Hyčka” na Śródcu.



Przy stole miły poczęstunek.



Przemarsz z „Hyčki” do Muzeum Archidiecezjalnego.



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Z „Hyćki” do Muzeum

9 września uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy „Iskra” w Poznaniu w składzie: Karolina, Anna, Marta, Adam, Łukasz i Dawid wraz z terapeutami Maciejem i Marcinem pojechali samochodami do restauracji „Hyćka” na poznańskiej Śródcie. Po zaparkowaniu samochodów poszliśmy piechotą w kierunku „Hyćki”, gdzie spotkaliśmy kolegę

pana Marcina, który jest właścicielem „Hyćki”.

Pan Marcin opowiedział ciekawe historie o Śródcie. Po spacerze poszliśmy piechotą do restauracji „Hyćka”, gdzie czekał na nas pięknie nakryty stół. Gdy usiedliśmy przy stole, to pan Marcin opowiedział ciekawą opowieść, jak powstaje sok z hyćki, czyli z czarnego bzu. Pani kelnerka przyniosła na talerzach przepyszne pierogi.



Przed budynkiem dawnej Akademii Lubrańskiego, założonej w 1519 roku przez biskupa poznańskiego Jana Lubrańskiego. Gmach ten jest jednym z cennych zabytków renesansowego budownictwa w Polsce. Dzisiaj jest siedzibą Muzeum Archidiecezjalnego.



W tle obrazy Matki Bożej z Dzieciątkiem.

Po opuszczeniu restauracji poszliśmy piechotą do Muzeum Archidiecezjalnego. Po wejściu do muzeum zostawiliśmy w szatniach bluzy, kurtki i torby i z panem przewodnikiem poszliśmy do różnych pomieszczeń, gdzie podziwialiśmy obrazy, figury, stroje, kielichy, stare szafy, szachy z drewna. Był

też obraz z Janem Pawłem II. Po zakończeniu zwiedzania udaliśmy się do szatni, podziękowaliśmy panu przewodnikowi, wyszliśmy z muzeum i spacerem wróciliśmy do samochodów. Do „Iskry” wróciliśmy zmęczeni i szczęśliwi.

MARTA WAWRZYŃIAK



Przewodnik opowiada o dziełach sztuki.



Marek
Kalbarczyk
WARSZAWA

Białe i czarne

Zdecydowałem się na taki prosty tytuł, który jednak może znaczyć dużo i niedużo. Czy zatem jest o czym mówić, czy nie? W zwyczajnych okolicznościach chyba nie, ale kiedy jako niewidomy konfrontuję ze sobą przeciwstawne kolory, tytuł staje się frapujący, a więc wyjątkowy.

Czy niewidomi wiedzą, co to jest białe lub czarne, czy w ogóle mają pojęcie, co to jest kolor? Dla kogoś, kto widzi, pytania o kolory często są zbyt proste, by nad nimi się zastanawiać. A jednak jest o czym mówić. Dlaczego? Dla jednych kolory to codzienność, a przez to oczywistość – widzi się je i tyle. Dla innych coś kompletnie niedostępnego. Dla kogo? Dla niewidomych od urodzenia.

Jako niewidomy kiedyś ociemniały, jestem w tej sprawie po stronie ludzi widzących. Widziałem do trzynastego roku życia i wiem co to jest kolor, a nawet ich paleta. Ba, bawię się nimi, używam, wykorzystuję. Wiem również, co to są odcienie, a nawet ich pomieszanie, kiedy w jednym obrazie jedna barwa zachodzi na drugą, tworząc coś zupełnie nowego, co nawet nie ma nazwy i gdyby miało być opisane werbalnie, na przykład przez telefon, nic by z tego nie wyszło. Do tej pory, po 50 latach, zachowałem pamięć tych barw, które zdążyłem kiedyś zobaczyć. Nawet potrafię je nazwać, jeśli ktoś w moim dzieciństwie wypowiedział nazwę wspólnie oglądanego koloru, a teraz powtórzy to hasło, mogę mieć przed oczami właściwe jego wyobrażenie. Natęzę się, znaczy natęzę pamięć wzrokową i „widzę” przed oczami, akurat w moim przypadku przed jednym (lewym) okiem, bo zawsze potrafiłem patrzeć tylko nim, gdy drugie nigdy nie było aktywne, i już mi się przedstawia nieregularna plama o tej barwie. Kiedy nadal się wysilałam i walczyłam, by nabrała sensownych kształtów, o ile wcześniej jakoś to się udawało, teraz już nie.

Wiem, jak wygląda biel, czerwień, brąz, błękit, granat, fiolet, pomarańcz, czerni i wiele innych kolorów. Wiem nawet jak wyglądają odcienie żółci: ecru, kremowy, cytrynowy, słomkowy,



złoty, miodowy albo odcienie czerwieni: bordowy, buraczkowy, karmazynowy, poziomkowy, rdzawy, rubinowy, rudy, szkarłatny i wiśniowy. To wszystko powoli gdzieś ucieka i mogę wyobrazić sobie coraz mniej. Coraz bardziej są to nieregularne plamy albo przedmioty. Gdy zdołam „zobaczyć” któryś ze znanych mi przedmiotów, już nie jest porządnie zarysowany. Gubią się w moim wzrokiem bałaganie linie proste, względnie linie regularnie zakrzywione. Nie mam już przed oczami porządnego kwadratu, prostokąta, tym bardziej koła czy okręgu, lecz coś, co jedynie jest takie mniej więcej. Najwyraźniej z czasem słabną nie tylko oczy, nerwy wzrokowe, część mózgu odpowiadająca za widzenie, ale także pamięć obrazów.

Zastanawiałem się, jak „widzą” niewidomi, którzy nigdy nie widzieli. Już Państwu kiedyś opowiedziałem, jak mój przyjaciel wyobrażał sobie telewizor i autobus. Jak sobie radził z kolorami? Skoro nigdy ich nie widział, można uważać, że wcale, a jednak to nieprawda. W związku z tym, że nie udało mu się przeżyć sytuacji, kiedy na coś patrzy, a ktoś dobrze widzący wyjaśnia, co widać, jakie-

go jest koloru, znaczy nie mógł się dowiedzieć jak wyglądają barwy o określonych nazwach, nie mógł mieć jakiegokolwiek ich wyobrażenia, gdy ktoś później je przywołał. To oczywiste, ale trudniej jest zrozumieć co innego. Można bowiem sądzić, że niewidzący od urodzenia w ogóle nie mają żadnych wizualnych wyobrażeń, a jest inaczej, względnie bywa inaczej. Mój przyjaciel należał do tych, którzy mimo niewidzenia od zawsze, wzrokowe impulsy odbierają. Jak to możliwe?

Nie jestem okulistą i nie zajmowałem się tą dziedziną. Po prostu jako laik myślałem, że on nic nie widzi, to znaczy nie tylko rzeczywistości, która go otacza, ale także jakichkolwiek wyobrażeń. I owszem, nie był w stanie „zobaczyć” na życzenie konkretnego obrazu. Kolory jednak widział. Nie mógł rozpoznać bieli, czerwieni czy czerni, ale kolory, znaczy rozmaite kolorowe plamy „przed oczami” miał. Z czasem zrozumiał, że jedno z nich są wyraźne, nie ciemne, inne jasne. W jakiś sposób potrafił to odróżnić. Na tej zasadzie wychwycił kolor najciemniejszy i najjaśniejszy. Mimo, że nigdy ich nie widział w realnym świecie, nazwał je

jako czerń i biel. Nie mógł przypisać nazw wszystkim innym barwom. Skąd miałby wiedzieć, która z nich pasuje do określenia „czerwień” albo „błękit”, „zieleń” itd. Niewykluczone, że wszystkie barwy wydawały mu się odcieniami szarości, ale kiedy przypominam sobie nasze rozmowy, nawet to się nie zgadza. Co by nie rzec, wrażenie związane z bodźcem wzrokowym, kiedy przed oczami pojawia się plama czerwona musi być inne niż kiedy widać zieleną. Niewykluczone, że korzystając z najnowszej technologii można zanalizować, co „widzą” tacy ludzie. Kiedy spotkam się z moim okulistą, zapytam i przekażę Państwu jego odpowiedź.

Co jednak ja mam wspólnego z kolorami? Dążąc do głównego tematu artykułu, kiedy po drodze do celu rozpisalem się o widzeniu kolorów, wspomnę jeszcze, jak ja je widzę. Otóż po pierwsze coraz gorzej. Najpierw przez niemal 13 lat je oglądałem. Czy zobaczyłem dużo? Pewnie nie. Nie dość, że słabo widziałem, panował ustrój minimalizujący wszelkie możliwości. Dotyczyło to również oglądania. Kiedy można się swobodnie przemieszczać, korzystać z ludzkiej przemyś-

ności na każdy sposób, można zobaczyć świat na miliony sposobów. Najłatwiej zrozumieć to na przykładzie podróżowania. O ile w Polsce można zobaczyć typowe dla naszego krajobrazu barwy, podczas wyjazdu do Włoch zobaczymy o wiele więcej. Nie bez powodów pisarze, poeci, malarze i inni udawali się tam, by później wychwalać te niebywałe włoskie widoki. Wracali do kraju i narzekali na melancholię – uf, jak tu szaro, nieciekawie, nudno. Czytamy lektury i ktoś wychowany patriotycznie nie może się nadziwić. Czasem wręcz się oburza. Jak można tak myśleć! Inni jednak to rozumieją. Rzeczywiście, w porównaniu z urokiem krajobrazów śródziemnomorskich, podzwrotnikowych, tym bardziej bliższych równika, u nas jest mniej atrakcji. W poprzednim systemie większość naszych rodaków nie miała możliwości oglądania szerokiego świata. Ja wśród nich. Jednak widziałem tyle, ile było na wyciągnięcie ręki, względnie rzutu okiem. W wyniku głupich wypadków straciłem wzrok i z czasem pogarszała się moja wyobraźnia. Na szczęście nadal jąka jest. Ważne jest jednak coś zupełnie innego.

Wraz z pogarszaniem się wyobraźni, rozwijała się zdolność zamieniania na obrazy innych bodźców. I oto nabięrały specyficznych, wyobraźniowych barw różne rzeczy, a nawet pojęcia. Nie myślałem o tym aż do momentu, kiedy zacząłem pisać książkę pod tytułem: „16 kolorów w tali”. Miało to dotyczyć rozmaitych zajęć, których celem było zrehabilitowanie osób niepełnosprawnych wzrokowo. Liczbę 16 uznałem za wystarczająco dużą, by móc zorganizować zajęcia pomocne dla każdego niewidomego, ale kiedy stworzyłem już spis tych zajęć, lista wydała mi się bardzo nudna. Nic to, to tylko spis treści, a jednak zacząłem szukać pomysłu na jej ozdobienie. W pewnym momencie zdałem sobie sprawę, że myśląc o tematach, mam przed oczami kolejne kolory. Czy to przypadek? Być może, ale ubarwienie spisu treści kolorowymi hasłami mi się spodobało. I tak zajęcia komputerowe wydały mi się szare – może dlatego, że komputerowe obudowy kojarzę z szarością? Na tej zasadzie można sport przedstawić w odcieniach złota, dążenie do celu w odcieniach nadziei, a więc zieleni itd. Stworzyłem ten kolorowy spis treści głównie dla urozmaicenia, czasem zgodnie

z powszechnie znanymi skojarzeniami, kiedy indziej z moją własną wyobraźnią. Proszę sobie wyobrazić, kiedy już ta książka została rozdana, skontaktowali się ze mną niewidomi uczestnicy fundacyjnych szkoleń. Okazało się, że tak jak ja, także oni mają kolorowe wyobrażenia na każdą rzecz materialną, ale także na różne, abstrakcyjne pojęcia. To, że miłość kojarzy się z czerwienią, to oczywiste, ale jaki kolor nadać wierności, przyjaźni, złości, chciwości? Jak to się dzieje, że zwrócili się z tym do mnie nie tylko niewidomi, którzy kiedyś widzieli, ale także tacy, którzy nie mają pojęcia o obrazach! Czas na główną treść niniejszego artykułu.

Z paletą kolorów jest w moim przypadku związana również muzyka. Każdy dźwięk wywołuje przed moimi oczami, znaczy tym jednym, lewym, odpowiednie, barwne przedstawienie. Muzyka łagodna, rzekłbym regularna, ma kolor jasno niebieski, cicha, przesadnie spokojna – biały, intensywna, zaczepna, namawiająca do czynu – czerwony, a gwałtowna, poszarpana – czarny. Czy Wy też tak macie? Na tej zasadzie Chopinowska Etiuda Rewolucyjna jest czerwona jak „nie wiem co”, a ballady bliskie idealnej bieli. Bolero Ravela wygląda w moich oczach jak żółte, a utwory Maxa Regera jakby kompletnie zszarzały. To wszystko nic w porównaniu z eksplozją barw muzyki bardziej współczesnej, gdzie

kolędy Whitney Houston są niebieskie, „Schody do nieba” Led Zeppelin jaskrawo zielone, „Sen o Warszawie” Niemena różowy, a „Yesterday” Paula McCartneya, czyli Beatlesów może kremowy?

A co się dzieje, kiedy sam biorę do rąk gitarę i gram? Nie, nie jestem zawodowym muzykiem. Jestem tylko amatorem, ale gram tak, że mi się podoba. To ważne, by się podobało własne granie. Inaczej nie chciałoby się wziąć do rąk instrumentu. No więc gram różnie – lepiej i gorzej, gwałtownie i delikatnie, a za każdym razem wiem, w jakim gram kolorze. Nie jest to jednoznaczne, toteż może się zdarzyć, że ten sam utwór zagram inaczej i zmieni mi się jego wyobrażenie. Przecież grając reguluję sposób wykonania i raz „Hey Joe” Hendrixa będzie ostre, raptowne, krzykliwe, a kiedy indziej wolniejsze i spokojniejsze. Zaraz okaże się, że ta muzyka jest bordowa, a potem beżowa.

Tak samo jest, kiedy zasiodam przy syntezatorze. Uf, co za nazwa! Chodzi o instrument elektroniczny, który emituje różne dźwięki naśladując a to fortepian, a to organy, skrzypce czy flet. W zasadzie nie umiem na tym grać, ale umiem miło sobie brzdąkać. Mnie się podoba, więc gram. Nie mam słuchaczy, więc nie ma mnie kto krytykować. Na tym polega muzyka, że gra się nie tylko po to, by ktoś słuchał. Chodzi o upodobanie

do wypowiadania się. Można czynić to werbalnie, a można też muzycznie. To drugie jest bez słów, ale tak samo skutecznie uzewnętrznia emocje grającego. Właśnie po to gram. Za każdym razem wiem, w jakim kolorze. Skoro wszystko może się przedstawiać kolorami, granie na pianinie też. Jako amatorski grajek układam dłonie na klawiaturze jak potrafię. Nie wiele z tego wychodzi, gdyż nigdy nie ćwiczyłem gam, brzdąkam więc jedynie na białych klawiszach. One na szczęście są ułożone w jeden, regularny ciąg. Leżą jeden obok drugiego, są jednakowe i wiadomo ile zajmują miejsca. Nie widząc ich, mogę w nie skutecznie trafić. Wiem jaki należy wykonać ruch, by zagrać dźwięk wyższy od poprzedniego o kwintę. Wiem, jakie klawisze nacisnąć, żeby zagrać K-dur albo A-mol. Całe to moje granie to jedynie biała klawiatura. Jednak są tam też klawisze czarne.

I oto po raz pierwszy w życiu zagrałem na czarnych. Mój syntezator (dla mnie fortepian). Ma jak każdy białe i czarne, ale skoro jako nieuk potrafię tylko na białych, czarne omijam. Dosyć dobrze gram kilka piosenek, no i bawię się typowymi dla mnie improwizacjami. Jakoś zazwyczaj trafiam w te białe, podczas gdy nigdy mi się nie udawało trafić w czarne. No to od 51 lat je omijam.

ciąg dalszy na str. 34



FOT. (2X) ARCHIWUM FUNDACJI „SZANSA DLA NIEWIDOMYCH”

Białe i czarne Wigilijny nastrój

ciąg dalszy ze str. 32 i 33

Dzisiaj usiadłem do klawiatury i najpierw rozpędziłem się na białych, i brzdąkałem w tonacjach koloru niebieskiego. Kiedy się nieco znudziłem, pomyślałem żeby spróbować uderzyć w czarne. Ku mojemu zdziwieniu zaczął mi wychodzić jazz! Zupełnie zaskakujące, niespodziewane! Wyszło to wystarczająco dobrze, bym się nie nudził. To nie znaczy, że kto inny by się nie znudził, ale dla mnie nie ma to znaczenia. Robię takie rzeczy na jednej zasadzie – podobają mi się albo nie. W końcu gram dla siebie. Gdybym grał dla innych, musiałbym włączyć mocną cenzurę, ale teraz nie muszę. Właśnie przez konieczność cenzury, zawsze kiedy próbuję coś zagrać na pianinie czy gitarze przy innych osobach, wychodzi to marnie. Palce się usztywniają, głowa zamyka na treść i nic dobrego z tego nie wychodzi.

Jak znam życie, to zagranie na czarnych oraz granie jazzowe może się nie powtórzyć. Często bywa, że coś wyjątkowego pozostaje wyjątkowe na zawsze. Co to właściwie jest? Może mózg tylko czasem otwiera się na nieznane, na zasadzie przypadkowego zbiegu okoliczności? Jakies ścieżki wśród zwłok się otwierają i coś wychodzi, a kiedy się tym nie do końca steruje, na drugi raz się nie wie, jak to powtórzyć. Zobaczymy.

Zawsze marzyłem o graniu, między innymi na czarnych klawiszach. No i mi nie wychodziło. Ledwo w nie uderzyłem, a już wiedziałem, że nic z tego. Brakowało czasu, toteż wołałem wrócić do białych. Tak samo ze wszystkim. Człowiek nieustannie szacuje – robić to, co się robi dobrze, co się umie, czy zaryzykować i ćwiczyć coś nowego, co może rozwinąć, ale grozi utratą czasu. Stąd pewnie wywodzi się skostnienie ludzi starszych. Nie mają już czasu, więc nie tracą go na nowe i poprzestają na tym, co potrafią od dawna. Każdy tak ma, młodzi też, ale u starszych jest to wyraźniej widoczne, a u młodych jeszcze ukryte.

Jeśli o mnie chodzi, jestem rozdwojony – nie mam czasu, a przecież chcę nowego. Lubię docierać do celu, żeby to co robię było pożyteczne, a nie marne i niepotrzebne, toteż czasem porzucam nowe wyzwania na rzecz starych, ale zaraz, znu-

dzony powtarzalnością, wracam do innowacyjnych prób. Zamierzam więc sprawdzić, czy gra na czarnych znowu mi się uda. Jeśli tak, zacznę to ćwiczyć.

Życie często okazuje się niewdzięczne. Za dużo nas doświadcza. Dlaczego jest takie! Czy nie może być ułożone jak należy, by człowiek miał wybór między jednym dobrym i drugim dobrym? Zamiast tego ma wybór dobre i trudne oraz kiepskie albo złe i miłe zarazem! Uf, gdyby tak wszystko, co nas dotyczy, co mamy, było po prostu jednoznaczne! A tu niestety białe klawisze przeplecione są czarnymi i to tak, że gdy się nie widzi, nie wiadomo jak w nie trafić! Tak samo z uczynkami, bo czy zawsze wiadomo czy to, co chcemy zrobić, będzie dobre?

Kiedy gubimy się w myślach, mogą nam pomóc kolory. Wychają się nam przed oczy nawet wtedy, kiedy o nich nie myślimy. Dobro kojarzy się nam z niektórymi barwami, a zło z innymi. Mamy coś zrobić, nie wiemy, czy należy, a tu zjawia się w oczach niezamówiony kolor – u, jest kiepski! Sugeruje błąd. No to niewiele myśląc porzucamy pierwotny zamiar. Kiedy indziej odwrotnie – przed oczami nie wiadomo skąd barwy optymistyczne, no to jesteśmy „w domu”. Możemy wykonać nasz zamiar.

Kiedy zacząłem brzdąkać na czarnych klawiszach, zrobiło się tak miło, że już wiedziałem, że muszę to poćwiczyć. Kto by się spodziewał! Zwróciłem też uwagę na śmieszny przypadek. Zacząłem grać na tych czarnych i zaraz wyszło z tego coś jazzowego. Wróciłem do samych białych i jazz zniknął. W jego miejsce pojawiły się wariacje na temat „Let it be” Beatlesów – żaden jazz. Zmieniłem kolor uderzanych klawiszy, chcąc kontynuować „Let it be” na czarnych, ale okazało się to niemożliwe. Znowu brzmiał jazz. Ciekawe – jazz, wywodzący się z afroamerykańskiego muzykowania, bluesów, gospelsów i souli pasuje do czarnych klawiszy, a muzyka europejska do białych. Czy to samo zauważył mój niewidomy przyjaciel, wybitny jazzman, świętej pamięci Janusz Skowron, który tyle mi opowiedział o widzeniu w niewidzeniu?

Święta Bożego Narodzenia Są dla mnie szczególnym czasem bliskości z rodziną. Przygotowujemy potrawy wigilijne, wybieramy prezenty, a także chodzimy na roraty. Dzieci przychodzą do kościoła z lampionami. W dzieciństwie miałem kalendarz adwentowy, który odmierzał czas, jaki pozostał do świąt. Były to radosne dni.

Świętom towarzyszy miły akcent pieczenia pierników i ciastek, robienie porządków, ubieranie choinki. Przy każdej z tych prac zawsze pomagałem i pomagam, na miarę swoich możliwości. W każdym regionie Polski ktoś inny przynosi prezenty – może to być gwiazdorz, święty Mikołaj albo dzieciątko.

Z wigilią Bożego Narodzenia wiąże się wiele tradycji. Jedną z nich jest całodniowy post od potraw mięsnych. Pod stołem

niegdyś znajdowało się siano, a czasem siekiera, mająca symbolizować pokój i zgodę w rodzinie. Wieczerną wigilijną rozpoczyna się, gdy zabłyśnie pierwsza gwiazdka. Obowiązkowo jest przygotowane nakrycie dla niespodziewanego gościa. Dodatkowe nakrycie jest również wyrazem pamięci o zmarłym z rodziny. Przed łaniem się oplatkiem jest modlitwa. Rozpoczyna ją najstarszy członek rodziny.

Po kolacji wszyscy wspólnie śpiewamy kolędy. Potem następuje rozpakowywanie prezentów. Zwieńczeniem wieczoru wigilijnego jest pasterka. W mojej parafii odbywała się ona przez długie lata o godzinie 22.00, a nie, jak zazwyczaj, o północy. Miłym akcentem jest też obiad w gronie rodzinnym, w pierwszy dzień świąt.

KRYSTIAN CHOLEWA



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Zmieniać świat na lepszy

WX edycji Konkursu „Wielkopolska Otwarta dla Osób z Niepełnosprawnościami” 2020 Fundacja PODAJ DALEJ zajęła II miejsce i zdobyła wyróżnienie za projekty, które podnoszą jakość życia osób z niepełnosprawnościami.

Celem konkursu organizowanego przez Samorząd Województwa Wielkopolskiego było nagrodzenie działań (np. akcji społecznej, projektu społecznego, kampanii społecznej, usług) zrealizowanych w roku 2019 i 2020 w wielkopolskich społecznościach lokalnych na rzecz włączenia w życie społeczne osób z niepełnosprawnościami.

Kapituła konkursu zatwierdziła 24 zgłoszenia konkursowe i dokonała wyboru laureatów:

I miejsce i 20 tys. zł – krok po kroku HSA z projektem „Odkryj Nurkowanie HSA” (skrót ang. nazwy Stowarzyszenia Nurków Niepełnosprawnych – Handicapped Scuba Association);

II miejsce i 15 tys. zł – Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ za projekt „Mieszkania treningowe dla osób z niepełnosprawnością ruchową”;

III miejsce i 10 tys. zł – Stowarzyszenie „Na Górze” za projekt

„Puszczeni na głębokie wody”.

Wyróżnienia i po 2,5 tys. zł. otrzymali: Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ za audyt w instytucjach publicznych „Wielkopolska Dostępna” edycja 2019 i Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w

Nowych Skalmierzycach – za działania i warsztaty dla matek i dzieci z niepełnosprawnościami.

Gratulacje dla Iwony Grześkowiak i Macieja Wiatrowskiego, którzy prowadzą nagrodzone projekty oraz dla całego zespo-

łu Fundacji PODAJ DALEJ. To oni codziennie zmieniają świat na lepszy!

Więcej o nagrodzonych projektach na stronach www.mieszkaniatreningowe.pl oraz Wielkopolska Dostępna. **NA**



FOT. ARCHIWUM FUNDACJI „PODAJ DALEJ”

Zostali w domach

Osoby z niepełnosprawnościami uczestniczące w zajęciach organizowanych

w Klubie „Tacy Sami” na poznańskim osiedlu Czecha również dotknęły konse-

kwencje pandemii. Od 9 listopada Klub „Tacy Sami” jest ponownie zamknięty.

Pierwsza fala epidemii spowodowała, że uczestnicy zajęć klubowych musieli pozostać w domach. W okresie wakacyjnym sytuacja się ustabilizowała, dzięki czemu ponownie mogli brać udział w ciekawych spotkaniach i inicjatywach ukierunkowanych na integrację oraz aktywność sportową. We wrześniu wraz z opiekunami udali się na wyjazd do Darłówka. Odbýwały się spotkania na świeżym powietrzu, rozgrywki sportowe na boisku pobliskiej szkoły.

– Podczas wiosennej przerwy w zajęciach zamieszczaliśmy na stronie internetowej informacje, jak zachowywać się podczas epidemii i zapobiegać rozprzestrzenianiu się wirusa. Zachęcaliśmy uczestników do wykonywania prac w domu, a następnie prezentowania ich w Internecie. Wszyscy członkowie Klubu otrzymali bezpłatne maseczki – powiedział Paweł Grochowski, opiekun Klubu.

ROBERT WRZESIŃSKI



Uczestnicy Klubu „Tacy Sami” podczas wakacyjnego spaceru.

FOT. ARCHIWUM KLUBU „TACY SAMI”

Wokresie świąt Bożego Narodzenia sporą popularnością cieszą się jarmarki. Odwiedzając je możemy poczuć świąteczny nastrój. Z oddali słysząc śpiew kolęd i pastorałek, widząc przystrojone budki z przysmakami i świątecznymi ozdobami. W ciągu ostatnich kilku lat miałem okazję uczestniczyć w tego rodzaju wydarzeniach.

Jarmarki świąteczne są również dobrą okazją, aby odwiedzić nieznane dotąd miasta, a szczególnie ich zabytki, które wyglądają imponująco. Wyjazdy jednodniowe nie obciążły mojego budżetu, ponieważ płaciłem tylko za bilet autobusowy. Zwiedzałem indywidualnie, bez przewodnika, dzięki czemu nie miałem narzuconego tempa, co przy moim schorzeniu jest istotne.

Pierwszym miastem, do którego wybrałem się na jarmark świąteczny było Drezno, położone za naszą zachodnią granicą. Miasto jest przepiękne i ma mnóstwo zabytków. W Niemczech są znakomicie przygotowane jarmarki świąteczne. Na takim właśnie jarmarku byłem również w Berlinie. Zwiedziłem Mur Berliński i Bramę Brandenburską. Byłem

Miejskie jarmarki

także w Parlamencie Niemiec (Budenstag) oraz na wieży widokowej, skąd widziałem całe miasto. Pojechałem także do miasta Gorlitz.

Na świątecznym jarmarku

byłem i we Wrocławiu. Miasto od czasu mojego ostatniego pobytu znacznie zmieniło się. Budki świąteczne były rozstawione wokół całego rynku. Odwiedziłem też słynną Panoramę Racławicką. W tym

roku z uwagi na epidemię koronawirusa nie pojechałem na żaden jarmark świąteczny, ale zamierzam to uczynić jak tylko sytuacja epidemiologiczna się ustabilizuje.

KRYSTIAN CHOLEWA



FOT. ARCHIWUM AUTORA

4grudnia przypada Barbórka, czyli Dzień Górnika, święto obchodzone w dniu świętej Barbary z Nikomedii, patronki dobrej śmierci i trudnej pracy. Tego dnia świętują nie tylko górnicy, lecz także geolodzy i inne osoby wykonujące zawody związane z poszukiwaniem paliw kopalnych. Kilka lat temu zwiedziłem kopalnię soli w Wieliczce. Miałem okazję zobaczyć jak dawniej pracowali górnicy.

Zakłady górnicze nie były wówczas zaopatrzone w mechaniczne narzędzia do pracy, jak ma to miejsce obecnie. Górnicy wszystkie prace wykonywali ręcznie, zaś sól była wywożona koniami. Przed pandemią kopalnię soli w Wieliczce odwiedzało wiele grup szkolnych, rodzin z dziećmi i osób indywidualnych. Kopalnia jest dostosowana do potrzeb osób z niepełnosprawnością narządu ruchu – znajduje się w niej winda osobowa. Zwiedzanie odbywa się na dole, dokąd turyści schodzą schodami. Ja także postanowiłem zejść po schodach. Z powodu niepełnosprawności nie było to łatwe, ale dałem radę, z czego byłem bardzo dumny.

Słona wyprawa

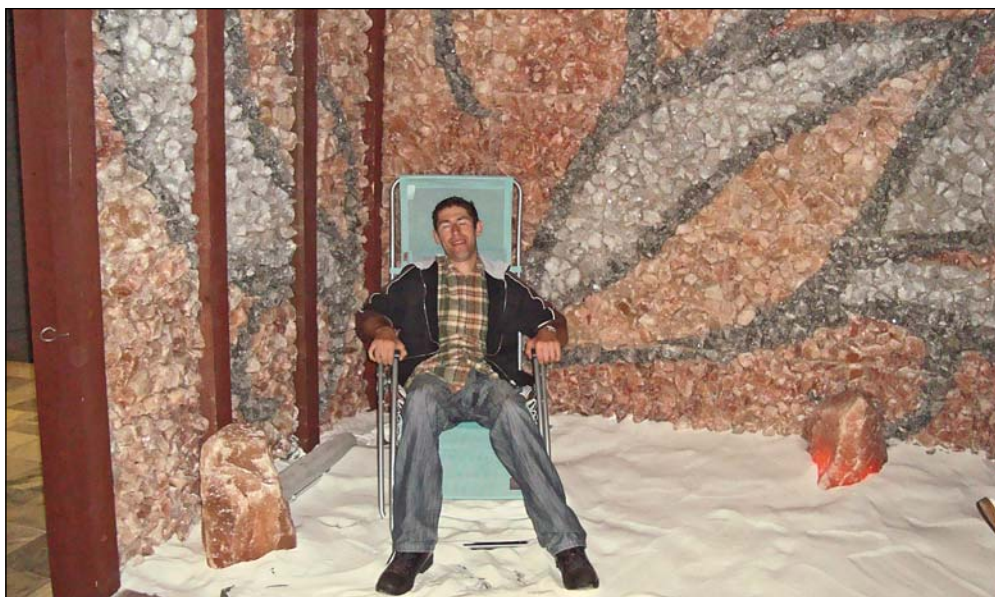
Górnicy pozdrawiają się słowami: „Szczęść Boże”. Jest to tak zwane pozdrowienie branżowe. Zwiedzanie całego obiektu trwa kilka godzin. Na dole kopalni znajduje się kaplica świętej Kingi, a także dużo ciekawych zabytków i ekspozycji. Będąc w tym miejscu

ma się wrażenie jakby się było w grocie solnej.

Warto odwiedzić też zabytkową kopalnię srebra w Tarnowskich Górach w województwie śląskim. Byłem tam w latach dziewięćdziesiątych, podczas wycieczki szkolnej. Zwiedzanie odbywa się z przewodnikiem, a

turyści mają możliwość płynąć na specjalnych łodziach. Cała podziemna trasa liczy około 1800 metrów. Kopalnia jest wpisana na listę światowego dziedzictwa UNESCO. Polecam to miejsce.

KRYSTIAN CHOLEWA



FOT. ARCHIWUM AUTORA

Jesień kojarzy się z szybko zapadającym zmierzchem i deszczową aurą. W tej porze roku najbardziej lubię chodzić na spacer, gdyż mogę wówczas podziwiać piękne krajobrazy. Zielone liście przebarwiają się w żółte i czerwone barwy, a ich szelest pod nogami daje siłę do życia. W parku i lesie można oddychać świeżym powietrzem – w tych miejscach nie ma obowiązków zaślania nosa i ust.

Pod koniec września tego roku uczestniczyłem w jednodniowej wycieczce w góry opawskie. Była to moja ostatnia taka wyprawa w tym roku. Lubię spacerować góorskimi szlakami, podziwiać widoki i płynące strumyki. Chodzenie po trudnym terenie bardzo mnie wzmacnia, także psychicznie, bo uczę się pokonywania własnych ograniczeń i słabości.

Jesień to także czas intensywnej pracy przy zbiorze owoców i warzyw. W tym roku wrywałem marchew z ogródka, zrywałem też pigwy z drzewa, aby zrobić z nich sok, który jest dobry na przeziębienie. Przed pierwszymi przymrozkami zwożę traktorem buraki – w czasie zimy są pokarmem dla królików.

W drugiej połowie października przez 7 dni miałem pod opieką psa. Każdego dnia ustawiałem sobie grafik zajęć tak, by móc przespacerować się z nim przynajmniej 3 kilometry. Ko-

Jesień z książkami

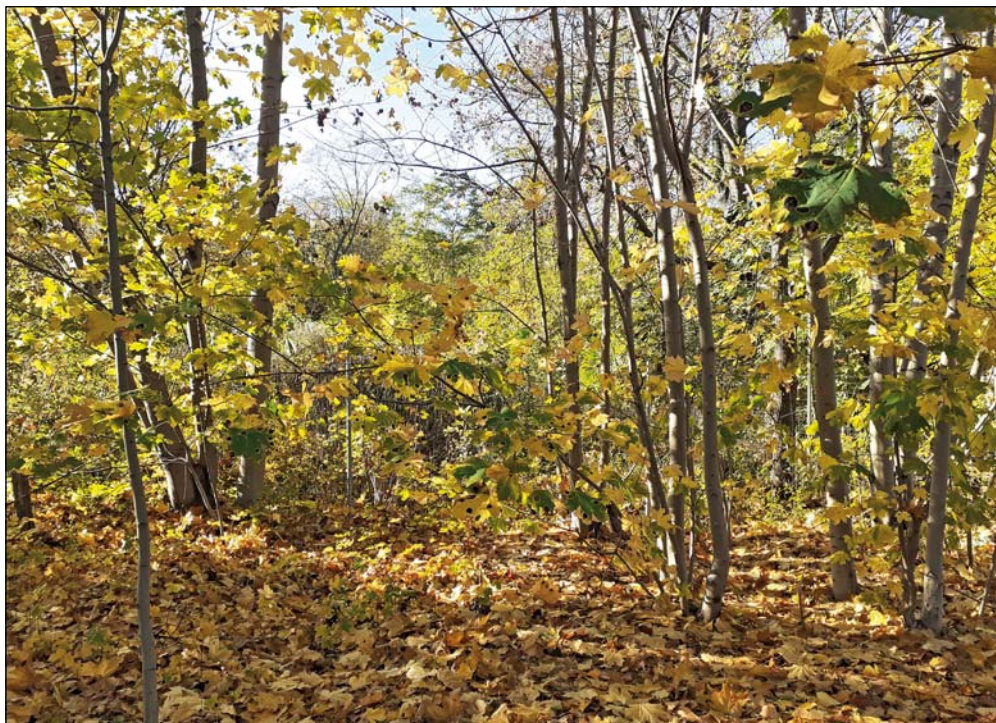
rzyść ze spacerów była obustronna – pies się przespacerował i był spokojniejszy, a ja zaliczałem w ten sposób rehabilitację ruchową.

W czasie wolnym, szczególnie w okresie jesienno-zimowym,

ale nie tylko, czytam dużo różnych książek i gazet. Kiedyś w ogóle nie lubiłem spędzać wolnego czasu w taki sposób, ale kilka lat temu uznałem to za pożyteczny nawyk. Czytanie rozwija, wzbogaca słowni-

two, poszerza horyzonty myślowe. Przy okazji można podyskutować ze znajomym lub przyjacielem na temat książki, którą się przeczytało.

KRYSTIAN CHOLEWA



FOT. ARCHIWUM

Dzień nadziei

My, niepełnosprawni 3 grudnia obchodzimy swoje święto. Jest nim Międzynarodowy Dzień Osób z Niepełnosprawnościami ustanowiony przez Zgromadzenie Ogólne ONZ w 1992 roku. Celem tego dnia jest nagłośnienie spraw, z którymi borykamy się na co dzień. Także naszych sukcesów i radości. Chcemy być traktowani na równi z innymi, bez taryfy ulgowej.

Mamy różne rodzaje niepełnosprawności. Każdy z nas ma inne potrzeby. Osobom z niepełnosprawnością ruchową najbardziej przeszkadzają wysokie krawężniki, schody i brak poręczy. Z kolei osoby z niepełnosprawnościami narządu wzroku muszą używać białej laski, aby bezpiecznie poruszać się w przestrzeni publicznej. Potrzebują też podręczników napisa-

nych pismem punktowym brajla. Z kolei osobom z dysfunkcjami słuchu bardzo potrzebni są tłumacze języka migowego, nie-

mal w każdej dziedzinie życia – na konferencji, w pracy, podczas załatwiania spraw urzędowych czy w trakcie wizyty u lekarza.



FOT. KAROLINA KASPRZAK

W moim odczuciu najbardziej narażone na dyskryminację są osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Ludzie często dokuczają osobom z zespołem Downa wyśmiewając ich wygląd, sposób mówienia i zachowywanie się. Uczmy dzieci, że choroba i kalectwo mogą przytrafić się każdemu. Nigdy nie dawajmy odczuć osobie niepełnosprawnej, że jest mało wartościowa.

Chciałbym, aby pracodawcy widzieli najpierw człowieka, a dopiero później jego ograniczenia wynikające z niepełnosprawności. By mieli świadomość, że zatrudniając pracownika z niepełnosprawnością dają mu szansę na lepsze życie.

Wszystkim osobom z niepełnosprawnościami z okazji ich święta życzę przede wszystkim zdrowia, wiary, nadziei i wytrwałości. Niech każdy dzień przynosi nowe cele i wyzwania pozwalające rozwijać zainteresowania i pasje. Bądźmy otwarci na ludzi i życzliwi każdemu.

KRYSTIAN CHOLEWA

Niektórzy ludzie są spychani do samotności wbrew ich woli, a niektórzy do samotności dążą. U podstaw dążeń do samotności pewną rolę odgrywają cechy temperamentu, bowiem przyczyniają się one do tego, że jeden człowiek czuje się dobrze w zgiełku, a drugi w ciszy.

Ludzie wybierając samotność zazwyczaj kierują się jednym z trzech powodów: pierwszym i najczęstszym jest obawa przed kolejnym psychicznym zranieniem, upokorzeniem, niespełnieniem oczekiwań cudzych i własnych. Dążenie do samotności jest w tym wypadku ucieczką.

Drugi powód dotyczy ludzi tak odmiennych od znajdujących się wokół nich, że brak jest wspólnych zainteresowań, wspólnego języka. Własne bogactwo osobowości skłania ich do wyboru życia na „samotnej wyspie”.

Wreszcie powód trzeci występuje u osób mających silną motywację osiągnięć, przy czym zdobycie celu wymaga w ich przekonaniu całkowitego oddania się, poświęcenia samego siebie. Inni ludzie po prostu przeszkadzają. Może tak być na przykład w wypadku dążenia do wybitnych osiągnięć naukowych czy zawodowych, ale także przy wyborze życia pustelniczego, gdy samotność jest poświęceniem dla osiągnięcia zbawienia.

Przy wszystkich trzech powodach wyboru samotności ludzie mogą odczuwać zadowolenie. Tak bywa u osób dorosłych. Jednak świadome dążenie do samotności występuje znacznie rzadziej, niż samotność wbrew własnej woli.

Poza grupą

Dla małego dziecka samotność zawsze łączy się z rozpaczą, ono nigdy jej nie wybiera. Każde rozstanie z matką znaczy dla niego jej utratę, bowiem małe dziecko jeszcze nie rozumie, że to, czego nie widzi, czego nie może przywołać płaczem lub gaworzeniem – nadal istnieje. Ale i nieco później, po drugim roku życia, gdy poznało już reguły odchodzenia i powrotów, dziecko nadal chce być w pobliżu bliskich sobie ludzi. Gdy ich nie ma – wpada w panikę, płacze i krzyczy, a potem zastęga w rozpacz. Dzieje się tak na przykład w szpitalu, jeżeli rodzice nie są dopuszczani do chorego dziecka. Na szczęście zdarza się tak coraz rzadziej.

Dopiero w późniejszych latach wieku przedszkolnego dziecko niekiedy chce się bawić samo, bo inne dzieci mu przeszkadzają. Nie jest to jednak dążenie do samotności i takie samotne zabawy z wyбором trwają zazwyczaj krótko.

Sytuacja może się zmieniać w wieku szkolnym, bowiem wówczas może zaistnieć jeden z dwu wymienionych powyżej powodów: ucieczka w samotność wskutek wyśmiewania przez kolegów, lub z powodu swojej od nich odmienności. Odmiennostwo prowadzące do samotności cechują zazwyczaj właściwości niepożądane. Pamiętam jednak, że z koleżanką o fascynującej urodzie

nie chcieliśmy się bawić. Z pewnością z zazdrości, ale także z onieśmienia. Nie zawsze więc odrzucenie przez grupę rówieśniczą wiąże się z tym, co niepożądane.

Jednakże w większości wypadków wyśmiewanie i odmiennostwo występują łącznie. Przy tym samotność, czy dokładniej: izolacja od rówieśników, jest zawsze bolesna.

Dzieci w młodszych klasach szkolnych często sobie do kuczą. Każdej słabości czy odmienności przyklejają etykietę, przezywają, wyśmiewają. Wojtka koledzy przezywali „kłapouchym”, nad jeziorem proponowali, aby wiosłował uszami. Otyłego Damiana nazywali „bulajem”, a wysoką i szczupłą Magdę „gilonem”. Nawet Krysia o pięknych, rudych włosach miała etykietkę: nie raz była „rudym rydзем”, nie raz „wiewiórką”. I choć w tym wypadku nie było to określenia przykre, to jednak Krysię bardzo one złościły.

Niektóre dzieci potrafią sobie z przezwiskami znakomicie radzić, i to na dwa sposoby. Albo odpowiadają „kto kogo przezywa, ten się tak sam nazywa”, albo po prostu się śmieją. Zazwyczaj same zauważają, że najważniejsze, to nie okazywać złości. Bowiem wówczas prześmiewcy nie doświadczą satysfakcji.

Takie dziecięce dokuczanie rzadko jest aż tak bolesne, aby prowadziło do chęci odizolowania się od grupy. Zdarza się tak, gdy wyśmiewana jest mniejsza sprawność dziecka, ruchowa czy umysłowa, jakaś fizyczna wada, czy widoczne w ubiorze ubóstwo. U dzieci takich powstaje poczucie mniejszej wartości, kompleks bycia innym, gorszym, odrzuconym. Takie dziecko jest otoczone rówieśnikami, ale naprawdę żyje na swojej „samotnej wyspie”. Samo się izoluje, aby uniknąć przykrości.

Nauczyciele nie zawsze wiedzą, kto kogo w klasie przezywa, w jaki sposób i dlaczego. Uczniowski światek żyje swoim własnym życiem. Najlepszymi sprzymierzeńcami ofiar dokuczliwości bywają same dzieci. Jednakże rodzi-

ce cierpiącego dziecka mogą mu pomóc, zbliżając jakieś wybrane dziecko do własnego, na przykład zapraszając je do domu czy na wspólną wycieczkę. Trzeba tylko dobrze tego sprzymierzeńcę dobrać. Zazwyczaj znajdzie się jakieś dziecko o dużej wrażliwości na cudzą krzywdę, dziecko empatyczne. Dzieci takie nazywa się niekiedy dziećmi o wysokiej inteligencji moralnej.

W jednej ze szkół integracyjnych dzieci dokuczały Marysi z zespołem Downa w taki sposób, że gdzie to było możliwe, rysowały buzie z charakterystycznymi dla tej genetycznej wady cechami. Olek, chodzący do tej samej klasy, zmazywał te buzie. Powiedział o tym swoim rodzicom, a ci zaprosili Marysię i pomogli jej wykonać piękną ozdobę z suszonych kwiatów. Namówili wychowawczynię do jej powieszenia w klasie. Potem nauczycielka wzięła inicjatywę w swoje ręce.

– Który z rysowników narysuje teraz pod tą piękną ozdobą buzie Marysi – zapytała – jest to przecież jej dzieło.

Nikt się nie zgłosił. Uczniowie byli zawstydzeni.

– No to niech każdy narysuje swoją karykaturę i zobaczymy, jakie są nasze buzie – zaproponowała.

Uczniowie z zapałem zabrali się do pracy i było dużo śmiechu. Najbardziej przejawiał swoje cechy Olek.

– Wyglądasz jak z Archiwum X – ocenił siedzący obok niego kolega.

A Marysia narysowała sobie z okrągłą buzią i skośnymi oczami.

– Teraz napiszcie swoje imiona i będzie z tego wspólna, wesoła pamiętka klasy – powiedziała pani.

W klasie tej już nigdy nie pojawiły się karykatury buzi Marysi. Rozwiązywanie bolesnych problemów uczniów niekiedy wymaga od dorosłych trochę wyobraźni. Zdarza się, że impuls do jej wyzwolenia pochodzi od dziecka.

IRENA OBUCHOWSKA

Z KSIĄŻKI „KOCHAĆ I ROZUMIEĆ” CZ. III



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Znowu ciężko pod górę, stromo. Spod stóp wysuwa się i spada kamyk, dwa, kilkanaście. Słyszę ich głucho łoskot i nagłą złowrogą ciszę, gdy sięgają dna, ja nie. Poranionymi palcami trzymam się mocno urwistej ściany i wchodzę, centymetr po centymetrze, do góry.

Zawsze mam nadzieję, że już nigdy nie będę tak się czuć, ale jednak nadchodzi taki moment. Miałam pisać z urwiska, może szkoda, że nie. Teraz już jestem bezpieczna. Metafory pomagają dzielić się tym, jak wtedy się czuję, jak bardzo chcę, by ktoś był z mną na tej przerażającej ścianie, z linką zabezpieczającą – swoją obecnością.

To było wczoraj. Marek był w pracy. Nie mogłam, nie umiałam, nie chciałam pisać do niego smsa, że czuję jakiś dziwny, przerażający lęk, wewnętrzne drżenie, które było we mnie dawniej, gdy piłam. Tym razem takie efekty wywołał nie alkohol, ale hydrokoryzyna i moja choroba. Były jednak tak podobne, że wracały stare, straszne wspomnienia, gdy z dnia na dzień żyłam w „pijanym zwidzie” od butelki do butelki, nie trzeźwiejąc.

Zaczęło się dziwnie. Dzień wcześniej czułam, że zapadam się, zamykam. Słyszałam pukającego, siedzącego obok Marka, powtarzającego: „Kochanie”, wołającego, jakby czuł, że gdzieś się oddalam. „Kochanie” – odpowiadałam i uśmiechałam się jedną z moich najlepszych masek. Nie byłam w stanie podejść do niego, przytulić się, powiedzieć, że coś się ze mną dzieje, bo wtedy chyba sama do końca nie zdawałam sobie z tego sprawy.

Następnego ranka Marek wyszedł do pracy, a ja płakałam. Nie wiedziałam po co, dlaczego płaczę, co boli w środku. Tylko ten lęk, jak czarna chmura, który spowijał wszystko. Wzięłam hydroksyzynę i zrobiło się jeszcze gorzej. Niby chodziłam, byłam nawet u koleżanki na kawie. Niby rozmawiałam, ale i jej nie mogłam opowiedzieć, co czuję. Dawno tak nie było, jednak powoli, powoli minęło. Wrócił Marek, który też miał ciężki dzień. Powiedziałam, że mój dzień też nie był przyjemny i mocno się do niego przytuliłam. Chyba dumna jestem z siebie, że nie przytłoczyłam go opowieściami o moim samo-

Codziennie pod górę⁽¹⁶⁾

poczuciu. Co by to zmieniło? Zmartwiłby się, zapytał czy nie trzeba do lekarza? Może jednak nie ziołowe leki, tylko mocniejsze trzeba brać? Może będzie trzeba. A może taki epizod się nie powtórzy.

Myślę o Marku, o tym, jak on się czuje. Szczegółowo nie opowiada, jak było w pracy, co go denerwowało, martwiło. Widzę, że stara się radzić sobie z depresyjnymi stanami. Mam wrażenie, że może u niego teraz odrobinę lepiej, choć kiedy wracał do pracy po tygodniowym urlopie było mu bardzo ciężko.

Pół urlopu przechorował. Nie miał gorączki, ale kaszel i duszności, jak zawsze u niego przy grypie. Zrobił test na obecność koronawirusa i wynik wyszedł negatywny. Może to tamten strach, bo przez tydzień upchnęłam go w tak ciasny kąt serca, że pewnie wreszcie musiał wyjść. Do tego martwiwy się o mojego terapeutę. To starszy człowiek i choruje już ciężko drugi tydzień. Kiedyś powiedział mi, że kiedy martwimy się o kogoś, to tak naprawdę często martwimy się o siebie, o własne emocje, o dostępność tej osoby dla nas samych. Wyobrażam sobie oburzenie może niektórych czytających, przekonanych o swojej bezinteresowności wobec innych. Nie kwestionuję, ale u siebie widzę bardzo dużo egoizmu pod pozornie dobrowolnymi działaniami. Może nic w tym złego, ale takie są fakty. Kiedy pytam kogoś: Jak się czujesz, co u ciebie?” to od razu jestem dobrą, wspaniałą osobą, która troszczy się o innych. Często słyszę to od tych, których wspieram: „Jak się cieszę, że zadzwoniłaś, nikt się o mnie nie martwi”.

Tak właśnie mówi moja ciocia, która ma przeszło 80 lat, czwórkę dzieci i siedmioro wnucząt. Martwią się o nią naprawdę i wiem, że dzwonią, ale ciocia jest mało. Zdrowie,

wiek i choroba serca bardzo ograniczyły jej aktywność. Wujek, jej mąż, przez cały tydzień jest na wsi. Przyjeżdża tylko na weekendy. Wnuki wpadają i czasem dzieci, ale dni są takie długie, gdy nie można ich wypełnić codziennymi obowiązkami. Więc dzwonię i słucham. Pewnie też robię to dla siebie, ale czy to ważne? Wyobrażam sobie, że jestem ciocią. Mam tyle lat i boję się śmierci. Dzwonek telefonu wyrывa mnie do życia...więc dzwonię.

Dość często myślę o śmierci. Ostatnio częściej. Nie mam myśli samobójczych. Jestem na szczęście w tej kwestii mało odważna. Zresztą nie myślę o śmierci jak o realnym rozwiązaniu, ale uldze, którą można poczuć, gdy jest bardzo źle.

Ciocia boi się śmierci. Kiedy o niej rozmawiamy, czuję że odczuwa jej bliską, chłodną obecność, gdzieś tuż, blisko. Wydaje się to takie nierzeczywiste. Tak, korzystam z tych rozmów z ciocią. Po nich patrzę na Marka z jeszcze większą czułością i miłością. Kiedy mam dobre dni, smutno mi, jak widzę gdy ludzie celowo utrudniają sobie życie, robią na złość, nie chcą zrozumieć. Rozumiem to, bo kiedy ja źle się czuję, robię to samo, czepiam się Marka o bzdury, chcę, żeby on mnie rozumiał, a jego – nie próbuję.

Przeczytałam niedawno taką myśl: „Niektórzy czekają, aż wszystko się ułoży, by odczuwać spokój. Inni znajdują spokój i wtedy wszystko się uклада”. Kontrowersyjnie pisał Anthony de Mello w „Przebudzeniu”, o czym chyba już kiedyś wspominałam, że spokój i szczęście nie zależą od okoliczności. Wiadomo, że nie zawsze potrafię z tej filozofii skorzystać, ale wyraźnie czuję, że kiedy przestaję chcieć wszystko kontrolować, a zwłaszcza to, na co nie mam wpływu, odzyskuję spokój. Kiedy kon-

centruję się na tym, co mam, a nie – czego nie mam, czuję szczęście. Szczęście to emocje wywołane stanem umysłu, nie zewnętrznymi okolicznościami.

Kiedyś też spotkałam się z hipotezą, że chorzy psychicznie i osoby uzależnione mogą mieć większe szanse na poczucie szczęścia, nie dzięki lekom, ale możliwościom terapeutycznym. Ja niby sama trafiłam na książki de Mello, ale nie całkiem, bo na mojej pierwszej psychoterapii grupowej poleciła je terapeutka. To było prawie 30 lat temu. Nie byłam gotowa na zmiany, choć wiele treści książki i tego, co działało się w trakcie terapii, bardzo do mnie przemawiało. Pamiętam jak podczas jednego ze spotkań grupy terapeutycznej usłyszałam przykre słowa o moim sztucznym uśmiechu i graniu roli grzecznej dziewczynki. Byłam zła na terapeutów, że tak mówili, ale w głębi siebie wiedziałam, że mają rację. Nie umiałam nic z tym zrobić dopóty, dopóki po tylu latach w rozmowach z moim obecnym terapeutą poczułam, zrozumiałam i „zaskoczyło”. Trudno to opisać, ale teraz w moim życiu staram się nakładać jak najmniej wesółych masek. Czasem, jak pisałam na początku, wyskakuje maska „Wszystko OK”. Taka złagodzona wersja tamtej, która była bezustannie przyklepiona do twarzy. Dobrze mi bez niej. Mogę oddychać, mogę czasem płakać.

Dawniej myślałam, że muszę być wesoła i silna, żeby mnie ktoś pokochał. Kiedy to wraca, ta konieczność samodzielności, czuję się tak, jak wczoraj. Mam prawo mieć gorszy dzień, prosić o wsparcie, a nawet być trochę nieznośna i marudzić. Wiem i czuję, że Marek kocha mnie też taką. Przecież ja też nie kocham go mniej, gdy jest smutny, zmęczony czy zły. Człowiek całe życie uczy się miłości. S.A.

Biała laska⁽²⁾

Pojechaliśmy jakieś osiem kilometrów. W wiosce przyjęto nas gościnnie, więc spędziliśmy tam około dwóch tygodni. A front się zbliżał. Huk dział był coraz głośniejszy. Mimo to pomagaliśmy przy żniwach. W południe przynoszono nam obiad, który na polu bardzo nam smakował.

Pewnego wieczoru, była może ósma, przyszli Niemcy i po polsku oznajmili, że zbliża się front i wszyscy muszą wioskę opuścić. Ludzie zaczęli płakać, budzono dzieci, wyganiano bydło. Myśmy też zabrali swoje bagaże i wyruszyliśmy w drogę. Kazano nam iść w stronę Kupientyna. Pamiętam ten wieczór – księżyc w pełni, piękna lipcowa noc, a nas gromada ludzi. Płaczące dzieci i ryczące bydło.

Uszliśmy jakiś kawałek i spotkaliśmy stanowisko artylerii niemieckiej. Ktoś zawołał po polsku: „Ludzie, gdzie wy idziecie?”. A gdy powiedziano, że do Kupientyna, usłyszeliśmy, że tam będą spadać największe pociski. Poradzono, abyśmy poszli gdzieś, gdzie teren jest położony nieco niżej, i tam czekali front. Zawróciliśmy więc do jakiejś leśniczówki przy niewielkim strumyku. Leśniczy dał schronienie w stodole. Znalazło się tam trochę siana, więc pokładliśmy się na ziemi i zmęczeni zasnęliśmy dosyć szybko. Niestety – ponownie przyszli Niemcy i oni zajęli nasze miejsca do spania. Wyszliśmy więc na podwórko i dopiero zaczął się płacz, bo cała wioska płonęła.

Któregoś popołudnia, kiedy już ziemniaki się dogotowywały, przyszli Niemcy i kazali opuścić to miejsce, bo front się zbliża. Zgaszono ognisko i ruszyliśmy w stronę lasku. Zanim tam do tarliśmy, zobaczyliśmy klucz samolotów sowieckich. Zaczęliśmy uciekać w stronę lasu. Słyszeliśmy świst pocisków, ale szczęśliwie dopadliśmy drzew. Nikomu nic się nie stało. Napiliśmy się tylko mleka, a następnie zaczęto kopać doły do spania. Pokła-

dliśmy tam jakieś szmaty i takie były nasze łoża. Trudno było jednak zasnąć, ponieważ przez całą noc słyszeliśmy bardzo głośną kanonadę. Mówiono, że to rosyjskie „katusze” tak huczą.

Nad ranem wszystko uciхло. Któryś z mężczyzn poszedł zobaczyć, co się dzieje. Po jakimś czasie wrócił z wiadomością, że w Sokółowie są już Rosjanie. Czym prędzej wróciliśmy więc do domu. Tata przebywał jeszcze w szpitalu. Wprawdzie rana była nieduża, ale w tym czasie zajmowano się bardziej poszkodowanymi. Było mnóstwo ludzi bez nóg, bez rąk. Niektórzy mieli wewnętrzności na wierzchu, więc moim tatą zajęto się dopiero na końcu. Kiedy wreszcie przyszła na niego kolej, okazało się, że ropa była już w nerkach i mimo, że usunięto mu nogę, na ratunek było już za późno. Miał pięćdziesiąt jeden lat. Pochowaliśmy go na cmentarzu w Wągrowie w grobie rodzinnym. Przez jakiś czas żyła też ciocia, która swoje pokaleczone ręce wyleczyła kamforą. Dostała jednak jakichś zaburzeń psychicznych. Opowiadała, że wszystkie bomby w nią spadały.

Miasto powoli zaczęło wracać do życia, otwierano sklepy. Niektóre były zniszczone, bo Niemcy przed ucieczką zabierali z nich, co się dało, a potem wrzucali do środka granaty. Brat zajął się handlem. Jeździł na wieś, przywoził owoce oraz liście tytoniowe, które kroiliśmy i robiliśmy z nich tytoń. Postawił na rynku stolik i zaczęliśmy sprzedawać. Ja natomiast wyrabiałam mydło. Nauczyłam się tego od mojej gospodni. Kupowałam łój, kałafonię, sodę kaustyczną – gotowałam to w garnku, aż się wszystko roztopiło, potem wlewałam w pojemnik do pieczenia ciasta, a gdy wystygło, kroilałam i tak oto otrzymywałam wspaniałe mydło do prania. Nawet się nim myliłyśmy.

Siostra zaczęła chodzić do szkoły. Trwało to mniej więcej rok. Brat poznał dziewczynę i postanowił się oże-

nić, a po ślubie wyjechał z żoną do Gdańska. Był rok 1945. Zostałyśmy same z mamą i siostrą. Dalej handlowaliśmy, bo nigdzie nie mogłam znaleźć pracy. Któregoś dnia spotkałam siostrę bratowej. Zaproponowała, abyśmy pojechały do Gdańska. Zgodziłam się. Był styczeń 1946 rok. Wsiadłyśmy do wagonu bydlęcego, bo innych nie było. Podróż okazała się ciężka, ludzi pełno, ale byliśmy młode. Wsiadłyśmy we Wrzeszczu, bo brat mieszkał w Brzeźnie i stamtąd było do niego najbliżej.

Gdy pierwszy raz zobaczyłam morze, czystą, piękną plażę, postanowiłam, że tu zostanę. Zaczęłam więc szukać pracy. Urząd zatrudnienia znajdował się we Wrzeszczu. Chodziłam tam codziennie, bo nie było mnie stać na bilet tramwajowy. Widziałam ruiny domów, wszędzie pełno gruzów, zarówno w Gdańsku, jak i we Wrzeszczu. Mimo to zaczynało się tam już normalne życie. Ludzie handlowali rozmaitymi rzeczami. Mama na drogę dała mi jesionkę taty, abym się okryła, gdy mi będzie zimno. Któregoś dnia ją sprzedałam i dałam trochę pieniędzy bratowej, bo wstyd mi było, że darmo u nich mieszkam. Wprawdzie brat pracował, ale uczył się jeszcze, więc też im było ciężko. Bratowa w tym czasie nie pracowała, bo była w ciąży.

Długo nie mogłam znaleźć pracy, aż wreszcie 10 lutego dostałam skierowanie do Sopotu. Pobiegłam tam i dowiedziałam się, że moja praca będzie polegała na zbijaniu skrzynek na śledzie. Ale postawiono mi warunek: muszę sobie znaleźć mieszkanie gdzieś bliżej, ponieważ z Brzeźna nie zdążę do pracy na siódmą rano. Bratowa poradziła mi, abym poszła do Jelitkowa i spytała o jakiś pokój. Z Brzeźna było to mniej więcej trzy kilometry, oczywiście brzegiem morza. Na drugi dzień już z samego rana wybrałam się więc do Jelitkowa. Spotkałam jakiegoś mężczyznę i spytałam o pokój. Skierował mnie

na posterunek milicji. Tam powiedziano mi: jeśli w jakimś domu nie ma kartki, że mieszkanie jest zajęte, mogę w nim zamieszkać.

Poszłam więc na poszukiwania. Domy niskie, parterowe. Sporo mieszkań otwartych. Po pewnym czasie napotoczył się milicjant i spytał, czy już coś znalazłam. Byłam niezdeterminowana. Zaprowadził mnie więc do czteropokojowego domu i wskazał mieszkanie, którego okna wychodziły na morze. Dodał jednak, że muszę mieć zaświadczenie z pracy oraz zameldowanie w Gdańsku. Niczego nie miałam, ale zapewniłam go, że mu to dostarczę.

Pobiegłam polami na skróty do Sopotu. Tam mi wypisali zaświadczenie, że jestem zatrudniona. Czym prędzej udałam się do Wrzeszcza, do urzędu meldunkowego. Pomogli mi wypełnić druczki i zameldowali jako mieszkankę Jelitkowa. Z tymi dokumentami wróciłam na posterunek milicji i wręczono mi klucze do mojego mieszkania przy ulicy Bałtyckiej 10. Kiedy otworzyłam drzwi, znalazłam się w kuchni. Stał tam kredens oraz nieduży stolik, było nawet wiadro i miednica, a dalej piec kuchenny na trzy fajerki. Z kuchni wchodziło się do dość dużego pokoju z piecem kaflowym. Stało w nim łóżko żelazne, jakaś uszkodzona kanapa i owalny stół oraz dwa krzesła. Za tym pokojem był jeszcze drugi, o połowę mniejszy, w którym z sufitu zwisała trzcina, ponieważ w czasie działań wojennych pocisk uderzył w dach domu.

W domu nie było kanalizacji, ale z jednej strony budynku znajdował się nieduży kran i tam wszyscy mieszkańcy domu zaopatrywali się w wodę. Do mnie należały również trzy komórki, za którymi stał ustęp wolnostojący, który w owym czasie leżał przewrócony, ponieważ podczas działań wojennych uderzył w niego pocisk. Dom odgradzony był żywopłotem od drogi, która wiodła z So-

potu do Brzeźna. Za nią już rozpościerała się plaża, a na niej wydmy porośnięte krzewami różnymi.

Pobiegłam do Brzeźna i powiedziałam bratowej, że znalazłam sobie mieszkanie, ale nie mam się czym okryć. Dostałam więc od niej kołdrę z dość dużą dziurą pośrodku, abym na tę dziurę położyła płaszcz, to nie zmarznę. Wręczyła mi też prześcierałko oraz garnek, dość wysokie, chociaż w połowie z dziurą. Pocieszyła mnie jednak, że gdy będę sobie w nim coś gotować, to przecież do wysokości dziury w zupełności dla mnie jedzenia wystarczy. Dała mi też kaszę jęczmieniową, trochę soli oraz zapalki. Wzięłam te wszystkie dary i poszłam na swoje gospodarstwo. Gdy dotarłam na miejsce, już robiło się szaro.

Nie miałam węgla, ale w jednej z komórek znalazłam deskę i małą siekierkę. Urabiałam więc trochę drewna i rozpaliałam w piecu kuchennym. Palilo się nawet ładnie. Postawiłam garnek, wsypałam trochę kaszy, posoliłam i ugotowałam mi się krupnik, który smakował mi jak nigdy przedtem, chociaż był bez oczka tłuszczu. Następnie zagrzałam trochę wody, umyłam się i poszłam spać. Obudziłam się, gdy było jeszcze szaro. Szybko pobiegłam do pracy. Nie miałam zegarka, wiem jednak, że trochę tolerowali moje spóźnienia.

Było nas sześć dziewcząt. Praca polegała na zbijaniu skrzynek. Każda z nas miała przygotowaną ramkę, gwoździe i młotek. Na tę ramkę kładliśmy deseczki i zbijaliśmy. Była to praca akordowa, ale mnie szło dość opornie. Uczono mnie, aby młotkiem uderzać w gwoździ raz, a dobrze, więc uderzałam raz a dobrze i wszystkie paznokcie miałam czarne. Po miesiącu jednak doszłam do wprawy, chociaż nie zostałam przodownicą.

Po powrocie do domu kombinowałam, skąd zdobyć drewno na opał. Pomyślałam, że wystarczy mi jedna komórka, natomiast dwie mogę spalić. Wzięłam więc małą siekierkę i zaczęłam odbijać deskę od komórki. Po chwili zobaczyłam sąsiadkę, która jeszcze nie wyjechała do Niemiec. Przyniosła mi dużą siekierę i pokazała, jak mam się do tego zabrać.

Potem już od niej pożyczalam siekierę. To była dobra kobieta. Miała dwoje dzieci, syna w wieku około piętnastu lat i córkę mniej więcej dwunastoletnią. Jej męża nie widziałam, może zginął na wojnie. Własną łodzią wypływała w morze i łowiła ryby. Kilka razy przyniosła mi dorsza. Widocznie litowała się nade mną, że mieszkam sama.

Gdy przyszedł czas odjazdu, przyniosła mi kilka talerzy, łyżek i noży. W komórcie miała trochę drewna. Dała mi znać, abym to wszystko zabrała. Pożegnała się ze mną i rano już jej nie było. Po jakimś czasie przyszła zamieć śnieżna. Zrobiło się zimno. W domu nie było światła, bo jeszcze Jelitkowo nie zostało podłączone do sieci elektrycznej. Obudziłam się rano, chciałam się umyć, a w wiaderku zamarzła woda. Za oknem jednak było biało. Nabrałam więc w miednicę śniegu, rozebrałam się do pasa, natarłam się nimi o dziwo, zrobiło mi się ciepło. Dostałam nawet kolory na twarzy. Gorzej, że moje buty zrobiły się dziurawe. Były to wprawdzie oficerki, podarowane mi jeszcze w Sokołowie po jakimś chłopcu, ale to wszystko przecież ma swój kres. Na szewca nie było mnie stać. W podeszwach powylażyły jakieś gwoździe i kaleczyły nogi.

Tego więc dnia, po przyjeździe z pracy, weszłam do jakiegoś otwartego mieszkania i wśród szpargałów znalazłam śniegowce na wysokim obcasie. Nie miałam jednak do nich pantofli, więc w obcasy nakładałam szmat i jakiś czas, póki mi się obcasy nie połamały, chodziłam w nich i miałam suche nogi. Wyplatę dostawałyśmy raz w tygodniu, w każdy wtorek. Była bardzo niska. Nasza tygodniówka wystarczała na chleb i opłacanie mieszkania. Moje koleżanki mieszkaly tu z rodzinami, więc miały trochę mniejszy problem.

W południe w zakładzie pracy dostawałyśmy gorącą kawę zbożową bez cukru. Każdy wyciągał, jak to nazywaliśmy, swój bosy chleb, nawet mężczyźni, którzy na pewno więcej zarabiali, ale mieli przecież rodziny. Po jakimś czasie wyznaczono nam prace na zmiany. Druga zmiana zaczynała się od godziny drugiej po południu,

a kończyła o dziesiątej wieczór. Rano mogłam dłużej pospać, natomiast wracałam do domu po ciemku. Przyjemnie było, gdy świecił księżyc. Gorzej, gdy wisiały ciężkie chmury albo szalała zamieć, światła nie było widać. Kiedyś wracając w takie zamieci i trzęsąc się z zimna, wpadałam w dół po bombie. Zamoczyłam sobie nogi do kolan, bo pod śniegiem była woda. Któregoś dnia koleżanki podarowały mi pończochy. Majster zaś kilka razy, gdy wychodziłam wieczorem, dał mi kilogram chleba, którego połowę przeważnie zjadałam, zanim doszłam do domu.

Wreszcie nadeszła wiosna. Pola się zazieleniły. Jelitkowo robiło się coraz ładniejsze. Rosło tam dużo drzew i krzewów różanych. Niedaleko, gdy szło się w stronę Brzeźna, był piękny, sosnowy lassek. Pod moim domem stała ławeczka, pomyślałam więc sobie, że będzie ładniej, gdy obok niej posadzę kwitnące krzewy z jakimiś białymi kwiatkami. Naprzeciw okna posadziłam też kilka krzaków różanych. Któregoś dnia wzięłam szmatę, stanęłam na stole, bo mieszkanie było zbyt wysokie, i wytarłam cały sufit i ściany, a także umyłam podłogę i okna. W apteczkę kupiłam gazę, która miała metr szerokości, i zrobiłam z niej firanki na okna. W mieszkaniu zrobiło się schludniej i przytulniej.

Jelitkowo zaczęło się powoli zaludniać. Otwarto dwa sklepy, jeden mięsny, a drugi spożywczy. Kiedyś w niedzielę rano zapukał do mojego okna milicjant. Powiedział, że jeśli jestem katoliczką, mogę iść na dziesiątą na mszę. Prze kościołem stało już dużo ludzi. Kiedy ksiądz wysiadł z samochodu, witał go chlebem i solą sam komendant posterunku, a milicjanci stali ustawieni w szereg. Od tamtej pory już w każdą niedzielę przyjeżdżał proboszcz z Oliwy i odprawiał mszę. Komendant milicji został po pewnym czasie zwolniony i od tej pory pracował jako kościelny w naszym kościele.

Pewnego dnia, gdy wracałam z pracy, spotkała mnie dziewczyna, którą dobrze znałam, i powiedziała, że blisko naszego przystanku tramwajowego w Jelitkowie wyremontowano bardzo

duży budynek. Siostra zakonna, która tam pracowała, szukała dziewcząt do sprzątania po remoncie. Zachęciła mnie, że tam dostanę obiad i jakieś wynagrodzenie. Następnego dnia nie poszłam więc do pracy, lecz zgłosiłam się do sprzątania. Weszłam na drabinę, a że nikogo nie było, zaczęłam śpiewać, jak to się mówi, na cały regulator. W długim i wysokim korytarzu echo mi pomagało, więc zdawało mi się, że śpiewam jak prawdziwa artystka. Przed odejściem siostra zakonna zaproponowała, abym jeszcze raz przyszła. Powiedziałam jednak, że w Sopocie mam zatrudnienie, którego nie chcę stracić. Wobec tego siostra poszła ze mną do dyrektora, który zapewnił mnie, że w zakładzie tym na pewno dostanę pracę.

Na drugi dzień zatrudniłam się już w nowym miejscu. Do pracy miałam teraz bardzo blisko, a ponadto znajdowała się tam stołówka, gdzie dostawałyśmy śniadanie i obiad, a gdy ktoś pracował na drugą zmianę, otrzymywał jeszcze kolację. Zakład ten po remoncie otrzymał nową nazwę: Ośrodek Szkoleniowy „Gedania”. Zaczęli tam przyjeżdżać z całej Polski młodzi ludzie na trzymiesięczny kurs samorządowy. Kiedyś nawet zorganizowano dziewięciomiesięczny kurs dla prokuratorów. Latem natomiast urządzano wczasy pracownicze. Początkowo pracowałam jako sprzątaczką, ale gdy zaczęły się kursy, przeniesiono mnie do stołówek; zostałam kelnerką.

Gdy nadeszły wakacje, przyjechała moja mama i przywiozła siostrę, która już mnie przerosła. W Sokołowie skończyła gimnazjum, więc mama zapisała ją teraz do liceum w Oliwie. Ucieszyłam się, że będzie ze mną mieszkać. Zaczął się rok 1950. Za namową jednej z koleżanek zapisałam się na kurs maszynopisania. Uczyli pisać ślepą metodą, wszystkimi palcami. Bardzo mi się to podobało. Kiedyś odwiedził mnie brat, który teraz studiował wieczorowo i powiedział, że u nich w zakładzie potrzebują maszynistek. On pracował tam jako technik budowlany. Zdecydowałałam się.

cdn.

IRENA ŻUROMSKA



Zbigniew M.
Nowak
KOŁOBRZEG

Szczygieł⁽²⁹⁾

– Też jestem tego zdania – uśmiechnęła się jak zwykle pogodna Adelina. Z całego stosu wybrała odpowiedni zwój igielitu.

Oplatanie obręczy szło sprawnie.

– Ładnie idzie, kiedy ktoś ma giętkie palce – powiedział, podziwiając terapeutkę. Zajęta nie odrzekła. Zerknął w bok. Kobieta przed twarzą synka trzymała otwartą papierową torebkę. Teraz karmiła go cukierkami.

– Magister i ta pielęgniarka... Luiza... to poważna sprawa? – Luiza o włosach jak jedwabne niteczki była zjawiskowo śliczną dziewczyną.

– Symonides jeszcze za nikim tak długo nie chodził.

– Nawet ładna byłaby z nich para.

– Ale Grecy podobno są niestali w uczuciach.

– Więc szkoda dziewczyny dla niego?

– Jeśli miałby sobie jak motylek polecieć dalej, to szkoda.

– Chyba że ona będzie pierwsza.

– Pierwsza, której nie została?

– Pierwsza w sensie szybsza i ona puści go kantem.

– Tak też może być... choć ja im życzę jak najlepiej... Nie wiem, czy wystarczy tego igielitu.

Wychylił się w bok i obejrzał opłot. Był równy, a obręcz zrobiła się zdecydowanie grubsza.

– Może wystarczy – powiedział.

– Jak nie wystarczy, to przyniosę więcej.

Obejrzał się. Podjechała winda i kolejni pacjenci wrócili z zajęć. Kobieta w dalszym ciągu karmiła dziecko cukierkami. Z oddziału dziecięcego, walcząc z wahniami drzwi, wydostał się chłopczyk, który mógł być równolatkiem tego siedzącego z matką. Wspierając się na protezie częściowo zakrytej niedopiętym pampersiem i ugniatając róg rozpiętej koszuli, z nadzieją w wielkich nieszczęśliwych oczach przyglądał się jedzącemu chłopcu. Łakomie przełykał

ślinę, nie spuszczać wzroku z torebki i cukierków.

– Jak nie starczy, to ja pojadę z panią – zaproponował Hubert. Wolał z góry zapobiec sytuacji, w której byłby znów narażony na wyczekiwanie.

– Jak chcesz – odparła Adelina. – Ale może jednak wystarczy tej żyłki. Popatrz, nawet niebrzydło, co?

– Nawet.

Wypychając wózek z mężczyzną w wysokim, metalowym gorsecie, który bardziej wyglądał na narzędzie wymuszonej tortury niż sprzęt ortopedyczny, z windy wyszła Anka. Pomogła mężczyźnie pokonać wysoki próg i widząc Adelinę, zboczyła w jej stronę.

– Co słyhać, Aniu? – pierwsza zapytała Adelina.

– Ach, mówię ci... – pielęgniarka westchnęła z wyrazem rezygnacji malującym się na twarzy. – Już dawno nie byłam taka zhatrana jak dzisiaj.

– Coś się stało?

– Byłam na gipsowni, a tam... sama wiesz. Ledwo się na piętro wtostałam... A wy co robicie?

– Poprawiamy konstrukcję wózka – odparł Hubert.

– Pokaż to na wizycie profesorskiej. Niech od razu robią takie poowijane i grube.

– Profesor nie ma od kilku dni – rzekła Adelina.

– Znowu ją wywiał? Gdzie tym razem?

– Podobno walczy o Instytut. Jeszcze ma jakieś nadzieje.

– Może to tylko pogłoski – poważniejąc, odparła Anka. – Tyle niestworzonych bajd krąży wokół. Może i to...

– Nie sądzę.

Hubert niespecjalnie orientował się, o czym obie rozmawiają. Mimochodem spojrzał w stronę kobiety z dzieckiem, która z jakąś irracjonalną konsekwencją nadal karmiła swoją pociechę słodyczami. Dwa metry przed nią stał chłopczyk, który wcześniej wymknął się z oddziału. Dokuśtykał aż tu i wciąż wpatrzony w torebkę cukierków, stał jak zakłęty. Międlil róg koszuli. Co chwilę przełykał ślinę.

– Biedny gzubek – rzekła Anka. – Cała tyłka melochów, ale klempa nie poczęstuje – do dała wystarczająco głośno, by kobieta w śliwkowym kostiumie mogła usłyszeć.

– W szafce mam pudełko krówek – powiedział Hubert. Wzruszał go i przejmował zalem złakniony chłopczyk. – Biedak zaraz język połknie.

Pielęgniarka bez słowa ruszyła po cukierki.

– Jestem wobec nieszczęścia tych dzieci całkiem bezradna – rzekła Adelina. – Przywożę je tu bez końca. Miejsc na oddziale brakuje... Jeszcze nie wiedzą, że żyją, a już cierpią. Czasem spać nie mogę, czasem wstyd mi, że na coś narzekam...

– Nieszczęście nie ma wieku.

– Ani litości.

– Rodzą się takie? Cierpią przez dorosłych?

– Nie każdego można winić. Sam wiesz, jak to jest, przeznaczenie potrafi dopaść w ciągu sekundy. Nawet mrugnąć nie zdążyś. Jednak nieodpowiedzialność, narkotyki... leki... niewłaściwe terapie hormonalne... alkohol... to bezsprzecznie wina rodziców... W tym tygodniu przywieźli dziewczynkę... Długo czekała na miejsce, od lata... Dziadek, kosząc trawę, zahaczył o jej nogi...

– Skosił ją?!

– To wszystko jest takie okropne... – westchnęła. – Już teraz niewiele można zrobić. A co będzie, jak nas zaczną zamykać? Gdzie te dzieciaczki znajdą wtedy pomoc?

– Zamykać?

– Mają restrukturyzować Instytut. A to znaczy ni mniej, ni więcej, że część oddziałów zostanie zamknięta... i jak znam życie, będą to oddziały z najciężej chorymi...

Rumor roztrącanych drzwi wyprzedzał siostrę Ankę. Pielęgniarka wróciła, ostentacyjnie niosąc krówki. Podeszła do chłopaczka i rozwinęła trzy cukierki.

– Masz, dądel, zjedz sobie – powiedziała donośnym tonem. – Te są jeszcze lepsze!

Owiniecie obręczy kół igie-

litową żyłką nie było tak łatwe, jak się na początku wydawało, i trwało znacznie dłużej. Jednak Adelina uporała się w końcu ze wszystkim.

– Resztę musisz sam wyćwiczyć. – Przykucnęła i zebrała do reklamówki pozostałe igielitowe żyłki.

Zacisnął palce. Był trochę obolały, głównie plecy mu dokuczały i barki. Jego mięśnie już zdążyły się zmęczyć nową pozycją. Cofał się trochę i popychał wózek do przodu. Wydawało się, że szybko wzmocni ramiona i kark oraz pozostałe muskuły. Jednak dziś mogłyby być kłopoty.

– To co... – rzekła Adelina – nic tu po mnie... Pójdę, a ty?

– Przejadę przez korytarz – odrzekł, ambitnie planując najbliższy czas.

Powoli ruszył w stronę drzwi. Teraz nie mógł ich sforsować. Adelina przepchnęła go i klepnęła w plecy.

– Radź sobie – rzekła mu nad uchem.

Przejechał kilka metrów i zatrzymał się. Obolałe ręce wsunął pod pachy. Cekał, aż odpoczną. Ciemnozielony gumolit pokrywający podłogę błyszczał światłem, które wpadało przez okno na końcu korytarza. Światło w tunelu... Tam trzeba było mu dojechać. Tam. Dokulać się, dotoczyć... Nie tyle marzył o tym, nie tyle pragnął, co musiał i ten przymus przepchnął go, wniknął w jego żyły i popłynął z krwią aż do głowy. Wiedział, że nie spocznie, póki nie dotrze tam... nawet gdyby miał zedrzeć dłonie, pozrywać ścięgna, jeszcze nieraz zagryźć wargi do bólu...

Kiedy przejechał następny kawałek, znów zatrzymał się, żeby odpocząć. Za dyżurką z klatki schodowej na korytarz weszła Amelia. Zobaczyła go. Uniosła rękę do góry i uśmiechnęła się. Cekała, aż podjedzie.

– Omal cię nie poznałam – rzekła, gdy zrównał się z nią. – Jeszcze nie widziałam ciebie tak samodzielnego. Świetnie sobie jedziesz. Teraz rozumiem, dlaczego nie chciałeś wózka elektrycznego.

– Zgnusniałbym na nim, zaniedbał ręce. Przestałbym się starać... – powiedział. – A tak...

– Jesteś uparty – rzekła z zachwytem. – Podziwiam cię...

– Czy ja wiem... Kiedyś byłbym dumny z takiej oceny.

– A dziś już nie?

– Dziś uważam inaczej...

– Tak?

– Uhm... Sądzę, że upór jest objawem pewnego defektu umysłowego i w prostej drodze prowadzi do nieszczęścia. Wolałbym uważać się za wytrwałego. Tak, wytrwałość w mojej ocenie jest prawdziwszą cnotą.

– Hm... Więc podziwiam cię... za wytrwałość.

W ręce schowane pod pachy zdążyła wrócić siła. Skręcił, żeby stanąć do Amelii przodem, i wtedy z wózka zleciało pudełko z krówkami.

– Coś zgubiłeś! – natychmiast zauważyła, schyliła się i podniosła zgubę. – Też lubisz krówki?

– Taka słabość – odparł. Chwilę manewrował wózkiem.

– Ja przepadam. Tylko niestety... sztuczna szczeka... Ponoć Japończycy je uwielbiają. Importują od nas, pewnie dla selenu.

– Te były dla dziecka.

– O! Którego? – W jej śmiejących się oczach pojawiła się ciekawość. – Dziecko? – powtórzyła pytanie.

Opowiedział, co zdarzyło się w przedsionku przy windzie.

– Wiesz, Amelio – rzekł na koniec – zupełnie nie pojmuję, jak ta kobieta mogła nie zwrócić uwagi na tamtego dzieciaka...

– Może było to czym innym, niż wyglądało? – odparła Amelia. – Często oczywiste rzeczy nie mają oczywistych wyjaśnień.

– Jesteś zbyt dobra. Bieda tego dzieciaka poruszyłaby kamień. Dlaczego nie ją?

– Widzisz... Czasem człowiek nie robi czegoś, co zrobić powinien, nie dlatego, że nie chce, że jest głupi i nie wie albo ma złą wolę... Ale może dlatego, że jest zadumany, ma gorszy dzień, jest mniej domyslny, bo zorientuje się nie w czasie? Później myśli o tym, sam się sobie dziwi i przed samym sobą jest mu wstyd. Tak czasem jest. Może z tą kobietą było podobnie?

– Myślę Amelio, że twoje serce jest za dobre.

– Może dlatego, że na rozruszniku? – zaśmiała się.

– Będzie mi brakować naszych rozmów.

– Nie mów, bo się rozplączę – rzekła i zdjęła okulary, które raptem zaszyły jej wilgocią. – Lepiej już pójdę, Hubercie. Przyjdę pod wieczór... A może ty mnie odwiedzisz? Na dole, w bibliotece. Może u mnie zrobimy sobie pożegnalne spotkanie? Przyjeżdż. Mam likier orzechowy. Dostałam, prosto z San Marino.

– Jeśli z San Marino...

– To jesteśmy umówieni? O dziewiętnastę? – spytała z całym swym zapalem i wdziękiem.

– O dziewiętnastę – potwierdził. – Będę o dziewiętnastę.

Kobieta odwróciła się i chciała odejść. Jednak zatrzymała się jeszcze.

– Och! Zupełnie zapomniałabym... cóż, już głowa nie taka... Przyniosłam ci coś. Myślę, że pobyt tutaj nie był ci niemiły. U siebie mam dla ciebie krzyżyk z Ziemi Świętej, na pamiątkę. A teraz...

Rozwinęła wyjęty z torebki niewielki obrazek.

– Zauważyłam, że często na nią spoglądałeś. Chyba ci się podobała – rzekła i wręczyła mu reprodukcję.

– Chińska dziewczyna – wyjaśniła – Vladimira Tretchikoffa.

Niemal godzinę później dojechał do końca, pod okno. Na wysokich drzewach rosnących z tej strony obok niewielkiego parkingu siedziało stado gawronów. Kłócili się między sobą o patyki do gniazda. Znów życie zaczynało się od początku, na nowo, i toczyło dalej, po staremu.

CZEŚĆ DRUGA

ROZDZIAŁ 31

Aleja lipowa przywitała ich późnopołudniowym cieniem. Kiedy znaleźli się na podjeździe, przez okno wyrzała Helena. Śpiesznie wyszła na podest i zbiegła po schodach.

– Kochani, nareszcie! – zawołała. – Jesteście... przyjechaliście... – szarpnęła drzwi i ucałowała go wzruszona.

– Nie płacz... jestem już... – szepnął równie przejęty.

– Widzę, syniu... Widzę... Chwała Bogu... już jesteś...

– Cześć, Huberku! – z tyłu zawołała Kasia.

– Kasiuniu! – roztkliwił się jej widokiem. – Jak ty urosłaś...

– Wreszcie przyjechałeś. Już nie leżysz? – spytała, obejmując go za szyję.

– Już mniej. Mogę siedzieć.

– Ale dobrze! – powiedziała i jeszcze mocniej przywarła do niego. Zachwiała nim. Helena natychmiast wyciągnęła ręce.

– Kasiu, ostrożnie, bo wyrócisz Hubka – rzekła na poły śmiejąc się, na poły z lękiem. – Bardzo zmęczyłeś się, syniu? Chodźmy do domu. Wszystko już czeka na ciebie...

Hubert spojrział na schody.

– Tato, dasz sobie radę? – zapytał.

Mateusz wysiadł z samochodu.

– Nie martw się – rzekł. – Na wszystko są odpowiednie procedury.

– Procedury? – zaśmiał się. – To brzmi całkiem poważnie.

– Masz łóżko! – zawołała Kasia, przytrzymując sukę. – Zobaczysz!

Mateusz wyciągnął z bagażnika wózek. Rozłożył go i obciążając, sprawdził, czy wszystko jest na swoim miejscu. Podjechał od strony Huberta i zablokował koła.

– Helenko, pomożesz nam tutaj? – poprosił. – Tylko trochę.

We dwójkę pomogli mu się przesiąść. Właściwie to go przenieśli. Na wózku znów poczuł się pewnie.

Obok kwitnącej forsycji skręcili za dom.

– Podjazd?! Zrobiliście mi podjazd do góry?!

Przed nim dość stromo wznosiła się pochylnia, którą Mateusz wymurował, zakrywając stopnie schodów.

– Będzie ci łatwiej wyjeżdżać do ogrodu, a kiedyś, jak my się z ojcem zestarzejemy, posłuży nam – rzekła uradowana Helena. – Powiem ci, że na tym wózku wyglądasz znacznie lepiej. – W obawie trzymała rękę na jego ramieniu. Zrozumiał to i uściśnął jej dłoń. Uśmiechnęła się szczęśliwa.

– Spójrz, jak ładnie wyrosła winna latorośl. W tym roku sięgnie piętra – rzekła u szczytu podjazdu. – A tu... – dodała, kiedy skręcili na taras. – Zobacz...

– Czy to jest... – zająknął się. Tego nie spodziewał się wcale, a ojciec nawet słówkiem się nie zdradził.

– A co? Nie mówiłem, że zobiję? – z dumą w głosie rzekł Mateusz. – Jak ci się podoba?

– Kapitalnie – wyrzekł pełen uznania. – Kapitalnie...

– Trochę kanciasty, bo nie mogłem dostać odpowiednio mocnych rurek i musiałem użyć kątowników. Ale sam powiedz, robi wrażenie, co?

– Aż słów brakuje, tato... Świetny pionizator.

Mateusz podszedł do stołu i zakręcił korbką. Leże podniosło się trochę.

– Jest na kółkach – powiedział i dla demonstracji ruszył konstrukcją. – Może jeździć.

– Ojciec dwa tygodnie go składał.

– Trochę kłopotów miałem z tym ślimakiem, ale ostatecznie wystarczyła zwykła zębatka.

– Dzięki, tato... A tak się martwiłem, że nie będę stawiać...

– Nie wiesz też jednej ważnej rzeczy. Otworzono u nas studio fizjoterapeutyczne i Krysia prowadzi tam zajęcia. Teraz jest panią profesor.

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,
Marcin Kaczyński, Marek Kalbarczyk,
Zbigniew Nowak, Andrzej Rossa,
Agata Sierota, Jerzy Szulc.

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

PROPAGANDA

Naświetlanie
Do szpiku kości
Perspektywą
Świetlanej przyszłości.

PODKUCIE

Nie odkładaj nigdy
Ważnych spraw na
potem.
Zawsze kuj żelazo,
Póki jesteś młotem.

PRZESYT

Kiedy otwierają
Się mądrości wrota,
I z nadmiaru wiedzy
Można dostać kota.

OPORTUNIŚCI

Do ruchu oporu
Wstąpiło dwóch zuchów.
Piją do oporu
I leżą bez ruchu.

Fraszki

IDEOLOGIA

Nie wszystkim
Kręgosłup ideowy
Da się uzdrowić
Od strony głowy.

ODROSTY

Przypilnuj dokładnie
Ostatniego drania,
Czy znowu się z niego
Nowy nie wyłania.

EDUKACJA

Ucz swoje dziecko,
Bo zrobić może
To, co zobaczy
W telewizorze.

NIEDOJDA

I ten, kto ma chody,
Daleko nie zajdzie,
Gdy dobrego haka
Na niego nie znajdzie.

MIŁOŚĆ

Bywa, że jej przytłum
Spokojem nas mamy
I zmienia się potem
W niszczące tsunami.

UGODOWCY

Wróg im fest dokopał,
A oni wroga
Ciągłe przepraszają,
Bo go boli noga.

**NAGROBEK
BOKSERA**

Znów leży na deskach
I jest w kiepskim stanie.
Policz do dziesięciu,
Może jeszcze wstanie.

WODOLEJ

Facet leje wodę,
Same piękne słowa,
Bo mu już do głowy
Uderza sodowa.

Tu jest napisane
wyloguj się,
a nie wylegaj się!





RYS. ZBIGNIEW NOWAK



RYS. ZBIGNIEW NOWAK

Wiersze Aldony Wiśniewskiej

Co w twojej głowie anioł szepcze cicho?
 Czy upłócił gniazdo z twych myśli?
 Twoje marzenia powyginane jak patyczki
 Z czasem łamią się cicho.
 Świat barw tysiąca już nie woła do siebie.
 Małe niebo przy tobie bez uniesień.
 Bez snów, wśród okrzyków,
 Bez cienia złudzeń.
 Łapiesz go za skrzydła i wołasz:
 Bliżej, bliżej, bliżej!
 Zamiast się wraz z nim oddalić,
 Do źródeł pofrunąć niemocy,
 Ty próbujesz zakrzywić anioła.

Słońce świeci tylko dlatego,
 Że ty jesteś.
 Wiatr rodzi się w twych włosach.
 Barwna biedronka wypęta z twych ust.
 W tobie rodzi się życie.
 Jesteś początkiem lata i wiosny początkiem.
 Kłębkim materii pośród wirowania Kosmosu.
 Osobą w odniesieniu do wielu osób,
 Lecz zawsze sobą.

Oczy przyzwyczyliły się do ciemności.
 Patrzą na ciebie, gdy śpisz.
 Taki bezpieczny pod kołdrą bez wspomnień.
 Jesteś tak bliski, a zarazem
 Błądzisz gdzieś daleko

W krainie snów i złudzeń.
 Nie chcę cię budzić,
 Lecz tak pragnę twojej rzeczywistości.
 Pragnę ciebie przytulić,
 Ale ty wymykasz się do świata
 W którym mnie nie ma,
 A może jestem tylko sennym marzeniem.

W ciemności ciężko galopuje budzik.
 Lustro odbija beznamietną przestrzeń.
 W świetle latarń widzę zarys pokoju.
 Nie ma czerni, jest róż lamp.
 Przebiegam myślą całe moje życie.
 Być może umieram powoli
 W ciepłych miękkościach łóżka.
 Piękna śmierć,
 Taka oswojona.
 Nawet nie wiem, czy chcę wstać,
 Jednak ani umrzeć, ani zasnąć nie mogę.

Brudna Chimera, niedomyta naguska
 Po łóżku skacze, zęby zatapia w pierzu.
 To pobiegnie, zatańczy, to zawiśnie
 Na ustach, bez czasu, bez czci, polotu.
 O Chimero, jak przy tobie zasnąć,
 Skoro do zwady z ciebie kreatura.
 Wśród twoich włosów księżyc zeznaje,
 Że on także nie śpi we dnie...
 Przestań, bo już noc przestaje
 Bredzić sny kolorowe,
 Które były, które są i znikną.



KATARZYNA KUSEK
GRABINY*Piszesz mi...*

*Piszesz mi,
Że mógłbyś
Przejsć
Tysiące
kilometrów
Choćby i dziś,
By dogonić
Czas przeszły.
Nadaremny
Trud
Twej drogi.
Nie istnieje
Szlak
Prowadzący
Wstecz.
Nie ma łodzi
Do dnia
Wczorajszego.*

Zostawiła nadzieję

Polski Związek Niewidomych – to jedna z prężnie działających organizacji pozarządowych na rzecz rehabilitacji osób z niepełnosprawnościami narządu wzroku. Jej początki sięgają lat 50-tych ubiegłego wieku. Organizację tworzy kilkanaście kół terenowych funkcjonujących w różnych miastach kraju.

W aktywność tych kół zaangażowani są działacze – najczęściej osoby z dysfunkcjami wzroku, najlepiej znające problemy tego środowiska. Taką właśnie działaczką była śp. Maria Grzelak, urodzona w 1958 roku mieszkanka Rogoźna w województwie wielkopolskim, która od 1989 roku przynależała do PZN. Najpierw pełniła rolę skarbnika Związku (od roku 1992 do roku 1996), w roku 1996 została wybrana zastępcą przewodniczącego Koła PZN w Rogoźnie. Rok później została mianowana

prezesem Koła Powiatowego PZN w Obornikach z/s w Rogoźnie. Funkcję tę pełniła aż do dnia swojej śmierci – to jest do 21 października



FOT. ARCHIWUM RODZINNE

2020 roku. Zmarła po długiej i ciężkiej chorobie.

Pracowała w Gminnej Spółdzielni „Samopomoc Chłopska” w Ryczywole, w RSW „Ruch” w Wągrowcu oraz w firmie „Hemidar” w

Rogoźnie. Była osobą zaliczoną do znacznego stopnia niepełnosprawności, z powodu jaskry obu oczu. Dzień po dniu sumiennie i z pełnym oddaniem angażowała się w sprawy środowiska osób niewidomych i słabowidzących, między innymi organizując dla nich spotkania oraz przedsięwzięcia służące integracji i społecznej rehabilitacji.

Za swoje działania otrzymała liczne odznaczenia i wyróżnienia – między innymi Odznakę Honorową Polskiego Związku Niewidomych nadaną przez Prezydium Zarządu Głównego PZN w Warszawie (brązową – w 1998 roku, srebrną – w 2003 roku, złotą – w 2011 roku). Była osobą ciepłą, życzliwą i zawsze gotową do pomocy. Zostawiła nadzieję, że warto podejmować wysiłek, działać dla dobra innych. Cześć Jej pamięci.

PAWEŁ GRZELAK



RYS. 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

*Zdrowych, spokojnych
Świąt Bożego Narodzenia
wypełnionych miłością,
zapachem choinki,
jabłek i piernika,
spędzonych
w serdecznej atmosferze
w gronie najbliższych
oraz
Sześciu Młodego
2021 Roku
pełnego miłych spotkań,
niespodzianek
i ciekawych wyzwań*

życzą

**Dyrekcja i Pracownicy
Neurologicznego NZOZ
Centrum Leczenia SM
Ośrodka Badań Klinicznych
im. dr n. med. Hanki Hertmanowskiej
w Plewiskach**

www.hertmanowska.pl

