

PISMO RUCHU TWÓRCZEGO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

FILANTROP

n a s z y c h c z a s ó w

Nr (322) 9 • Poznań • wrzesień 2021 • Nr indeksu 327948 • ISSN 1231-8876



Dorian na I miejscu podium podczas Dnia Sportu w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym dla Dzieci Niewidomych w Owińskach. Więcej w artykule „Lekkoatletyka, dwa rajdy, rzut kaloszem...”.

Str. 8 i 9

FINANSUJĄ



WOJEWODA WIELKOPOLSKI



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych



POWIAT
POZNAŃSKI

PATRONUJE



W NUMERZE:

Dotykając klawiatury
nosem str. 5

W rytmie kolorów
str. 17

Przenieśmy się
w przeszłość
str. 18 i 19

Niepełnosprawność
— przeszkadza
ci w życiu? str. 20 i 21

Dostępność
na serio str. 22 i 23

Mali wielcy odkrywcy
str. 28 i 29

Jest nerka dla Pawła!
str. 37

Obcy wśród ludzi
str. 41 i 42

Zagramaniczne kejterki
str. 45

Dojadą bez trudu

Kolejne placówki rehabilitacyjno-terapeutyczne z województwa wielkopolskiego otrzymały wsparcie ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych na zakup środka transportu w pełni przystosowanego do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Dofinansowania przyznano w ramach „Programu Wyrównywania Różnic Między Regionami III”.

Dofinansowanie w wysokości 80 tysięcy 800 złotych otrzymał Warsztat Terapii Zajęciowej Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Inteligentalną Koło w Koninie. Zakupiony pojazd umożliwia transport także osobom na wózkach. Do WTZ uczęszcza 29 osób z niepełnosprawnościami. Są to mieszkańcy Konina i okolicznych gmin w promieniu do 50 kilometrów.

Bus zakupiony ze środków PFRON każdego dnia pokonuje trasę około 130 kilometrów. Dzięki nowemu środkowi transportu osoby z niepełną sprawnością mogą systematycznie brać udział w zajęciach terapeutycznych, co pozytywnie wpływa na poprawę ich sprawności i wzrost samodzielności w różnych dziedzinach życia.

Środek transportu przystosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnościami otrzymała również gmina Kaźmierz. Z transportu korzystają uczestnicy WTZ w Szamotułach, a także dzieci uczęszczające do Zespołu Szkół Specjalnych w Szamotułach oraz do szkół i przedszkoli w tej gminie. Gmina otrzymała 25-osobowy autobus.

Dofinansowanie ze środków PFRON na ten cel wyniosło 234 tysiące złotych. Inwestycja – jak informuje Fundusz na swojej stronie internetowej – dodatkowo będzie służyła młodzieży korzystającej z nauczania indywidualnego w domu, która w ramach integracji będzie mogła być dowożona do szkoły na wybrane zajęcia zgodnie z zapisami orzeczenia o potrzebie kształcenia indywidualnego. **Oprac. KK.**

Dostępne parki

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych realizuje projekt mający na celu poprawę dostępności parków narodowych i krajobrazowych. W pilotażu projektu udział weźmie 10 parków przyrodniczych w Polsce. Na realizację tego celu przeznaczona zostanie kwota ponad 7 milionów złotych. Porozumienie w tej sprawie podpisano 30 lipca w Poleskim Parku Narodowym. Tytuł projektu brzmi: „Obszar chroniony, obszar dostępny”.

Pojęcia jak: „obszar chroniony” czy „obszar dostępny” w dynamicznie rozwijającym się kraju nikogo nie powinny dziwić. Coraz więcej obiektów i miejsc na tę dostępność się otwiera starając się tworzyć odpowiednie warunki i wdrażać zmiany, aby osoby z niepełną sprawnością mogły z nich korzystać bez żadnych przeszkód.

Projekt pozwoli wypromować tego rodzaju działania, a w szczególności wypracować ramowy model dostępnego parku narodowego/krajobrazowego jako elementu oferty turystycznej dla osób z niepełnosprawnościami.

W podpisaniu porozumienia uczestniczył Krzysztof Michałekiewicz, prezes Zarządu PFRON, Leszek Buller, dyrektor Centrum Projektów Europejskich, Paweł Wdówik, pełnomocnik rządu do spraw osób niepełnosprawnych oraz Małgorzata Jarosińska-Jedynak, wiceminister funduszy i polityki regionalnej.

– Turystyka dostępna jest ważnym elementem polityki równości szans dla wszystkich, zwiększając możliwości aktywizacji osób z niepełnosprawnościami i ich uczestnictwa w życiu społecznym. Rezultatem podpisanej umowy

będzie wypracowanie modelu dostępnego parku narodowego oraz krajobrazowego i wdrożenie sprawdzonych rozwiązań przez 10 parków przyrodniczych w Polsce – mówi K. Michałekiewicz (cytowana wypowiedź pochodzi ze strony internetowej www.pfron.org.pl).

Środki przeznaczone na realizację przedsięwzięcia pochodzą z europejskiego programu operacyjnego „Wiedza, Edukacja, Rozwój”. Będą wykorzystane również na wdrażanie rozwiązań dostępnościowych ułatwiających osobom z niepełnosprawnościami poruszanie się po parkach. Projekt będzie realizowany na zasadzie partnerstwa – liderem jest PFRON, a partnerami są: Ministerstwo Klimatu i Środowiska oraz niemiecka Fundacja „Global Nature Fund”. Pilotaż projektu zakończy się w 2023 roku. **Oprac. KK.**

Leczyć z empatią

Rehabilitacja i fizjoterapia – to pojęcia mające ważne znaczenie dla poprawy stanu fizycznego i psychicznego osób z niepełnosprawnościami. Fizjoterapia jest nauką o metodach leczenia środkami naturalnymi, opartymi na różnych formach energii fizycznej występującej w środowisku człowieka takich jak ruch, bodźce termiczne, kinetyczne, mechaniczne, elektryczne, świetlne oraz chemiczne. Fizjoterapeuci zajmują się leczeniem rozmaitych dysfunkcji, między innymi układu nerwowego, mięśniowego, szkieletowego, oddechowego.

8 września obchodzony był Światowy Dzień Fizjoterapii ustanowiony w 1996 roku przez Światową Konfederację Fizjoterapii. Jest to święto będące okazją do zwiększenia świadomości na temat codziennej pracy fizjoterapeutów i ich nieocenionej roli w procesie zdrowienia. Fizjoterapeuci niejednokrot-

nie zmagają się z trudnymi wyzwaniami w swojej pracy, a pacjenci przygnębieni przewlekłym bólem i niepełnosprawnością nie zawsze umieją okazać im wdzięczność.

Kiedy byłem małym chłopcem, niechętnie ćwiczyłem z rehabilitantami i fizjoterapeutami. Moi rówieśnicy bawili się w najlepsze na dworze, a ja musiałem ćwiczyć, co mnie złościło. W ciągu całego życia spotkałem wspaniałych fizjoterapeutów, którym dzisiaj jestem niezmiernie wdzięczny za wysiłek włożony w poprawę mojej sprawności.

Moja mama, chociaż nie ukończyła żadnej szkoły związanej z rehabilitacją i fizjoterapią, znakomicie sprawdziła się jako moja rehabilitantka. Pierwsze szlify w tym zawodzie zdobywała ponad 30 lat temu w krakowskim szpitalu, w którym pod okiem specjalistów uczyła się wykonywać masaże i dowiadywała się, na co zwracać uwagę wykonując ze mną

ćwiczenia rehabilitacyjne. W pokoju miałem zamontowaną drabinkę i wyłożony materac, na którym ćwiczyłem. Prócz tego mój tato przygotował dla mnie specjalny walek, ponieważ w tamtych czasach dostęp do specjalistycznego sprzętu był utrudniony, zwłaszcza dla osób, które miały ograniczony budżet domowy.

Jakie cechy powinien mieć dobry fizjoterapeuta? Przede wszystkim takie jak: empatia, cierpliwość, wrażliwość, wytrwałość, spokój, odpowiedzialność, pozytywne nastawienie, motywacja do działania, sumienność. Bez tych cech osobowości nie może być mowy o skutecznym niesieniu pomocy pacjentom po urazach czy z niepełnosprawnościami. Dobry fizjoterapeuta to taki, który nie tylko wie, jakie zastosować metody leczenia bólu i usprawniania, lecz również potrafi słuchać i rozumieć pacjentów.

KRYSTIAN CHOLEWA

Bezpieczna przystań

WLisówkach w gminie Dopiewo w powiecie poznańskim, na terenie tamtejszego Domu Pomocy Społecznej, działa od lipca tego roku dom dla samotnych rodziców z dziećmi. Matki i ojcowie małoletnich dzieci oraz kobiety w ciąży znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej mogą liczyć na profesjonalną pomoc psychologiczną, socjalną i prawną. Taka pomoc to dla nich szansa na zmianę w życiu, na uwolnienie się od przemocy czy nękania psychicznego przez partnerów nadużywających alkoholu.

„W sąsiedztwie DPS w Li-

sówkach jest 5 domów oferujących 30 miejsc dla potrzebujących rodziców. Skorzystają oni z w pełni urządzonych pomieszczeń. Wnętrza są umeblowane, wyposażone w sprzęt AGD oraz łóżeczka i akcesoria dla dzieci, a także, co istotne, przystosowane do przyjęcia opiekunów bądź dzieci niepełnosprawnych. Lokatorzy znajdą tu nie tylko bezpieczną przystań, ale przede wszystkim spokój, przyjazną atmosferę oraz pomoc specjalistów w uzyskaniu samodzielności. Z tego tymczasowego lokum rodzice mogą korzystać nawet 12 miesięcy, ale realna długość pobytu zależy od indywidual-

nych potrzeb i możliwości” – czytamy na stronie internetowej www.powiat.poznan.pl.

Powiat Poznański przeznaczył na ten cel prawie 1,7 miliona złotych, do wykorzystania w 2021 i 2022 roku. Decyzję o przyjęciu do domu samotnych rodziców wydaje Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Poznaniu po otrzymaniu niezbędnych dokumentów z ośrodka pomocy społecznej. W sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia osoba starająca się o pobyt w domu dla samotnych rodziców może zostać przyjęta bez skierowania, na wniosek własny lub OPS.

Na pomoc mogą liczyć również osoby z niepełnosprawnościami, w wieku podeszłym czy przewlekle chore w wieku poprodukcyjnym, pozostające w trudnej sytuacji życiowej. W Lisówkach przeznaczono dla nich dwa domy z dziesięcioma miejscami. Są to tak zwane mieszkania chronione wspierane z komfortowymi wnętrzami, przystosowanymi do potrzeb lokatorów. Osoby zainteresowane skorzystaniem z tej formy pomocy mogą kontaktować się z Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Poznaniu, tel. (61) 8410 710. **Oprac. KK.**

Na dziecko uczące się

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Poznaniu informuje, że w roku szkolnym 2021/2022 wnioski o przyznanie pomocy w ramach programu „Dobry Start” rodziny zastępcze oraz osoby usamodzielniane z pieczy zastępczej muszą składać elektronicznie do Zakładu Ubezpieczeń Społecznych. Nabór wniosków trwa do 30 listopada tego roku.

W ramach programu „Dobry Start” można otrzymać 300 złotych jednorazowego wsparcia dla dziecka rozpoczynającego rok szkolny. Świadczenie przysługuje raz w roku na dziecko uczące się, do ukończenia przez nie 20 roku życia. Na dziecko z niepełnosprawnością, uczące się w szkole, świadczenie przysługuje do ukończenia przez nie 24 roku życia. Wniosek o świadczenie może złożyć matka, ojciec, opiekun prawny dziecka lub opiekun faktyczny, czyli osoba, która wystąpiła do sądu opiekuńczego o przysposobienie dziecka. Wniosek o świadczenie dla dziecka przebywającego w pieczy zastępczej składa rodzic zastępczy, osoba prowadząca rodzinny dom dziecka lub dyrektor placówki opiekuńczo-wychowawczej.

Program „Dobry Start” nie obejmuje studentów.

Od lipca tego roku zmieniały się zasady naboru wniosków o przyznanie świadczenia – wnioski można składać wyłącznie drogą elektroniczną do ZUS, a wypłata przyznanego świadczenia odbywa się w formie bezgotówkowej, na wskazane konto bankowe. Wnioski można składać za pośrednictwem Platformy Usług Elektronicznych ZUS, poprzez portal Emp@tia albo przez serwisy banków, które udostępniają taką możliwość swoim klientom.

Dla osób, które nie posiadają komputera lub innego urządzenia z dostępem do Internetu w oddziałach ZUS, w lokalnych ośrodkach pomocy społecznej oraz w wybranych placówkach Poczty Polskiej są przygotowane stanowiska wyposażone w komputery z dostępem do Internetu oraz skanery umożliwiające skanowanie załączników do wniosków. W wypełnieniu i wysłaniu wniosków w oddziałach ZUS pomagają dyżurujący pracownicy. Do zatwierdzenia wniosku poprzez Platformę Usług Elektronicznych ZUS, nie jest wymagane założenie profilu zaufanego. **Oprac. KK.**

Wzrosną świadczenia

Od 2022 roku będą przyznawane wyższe świadczenia z pomocy społecznej. Wprowadzone zostaną również wyższe kryteria dochodowe dla osób ubiegających się o pomoc. Maksymalna kwota zasiłku stałego oraz pomoc pieniężna na usamodzielnienie będą podwyższone o 74 złote. Po zmianach, od stycznia kwota zasiłku stałego wyniesie maksymalnie do 719 złotych. To zmiana korzystna, jednak mając na uwadze fakt rosnących wciąż kosztów utrzymania i zakupu niezbędnych lekarstw, nie sposób, aby była zadowalająca dla osób korzystających ze wsparcia.

Kryteria dochodowe uprawniające do świadczeń z pomocy społecznej są, zgodnie z ustawą, weryfikowane co trzy lata. Pierwsza weryfikacja odbyła się w 2006 roku, a ostatnia – w 2018. Na 2021 rok przypadała kolejna weryfikacja kryteriów dochodowych i kwot świadczeń pieniężnych z pomocy społecznej. W Instytucie Pracy i Spraw Socjalnych przeprowadzono badanie progu interwencji socjalnej i na tej podstawie rząd w maju przedstawił Radzie Dialogu Społecznego propozycje pod-

wyższenia tych kwot. Nowe rozporządzenie w tej sprawie premier podpisał w lipcu tego roku. Od 1 stycznia kryterium dochodowe uprawniające do świadczeń z pomocy społecznej będzie wynosiło: dla osoby samotnie gospodarującej 776 złotych (obecnie 701 złotych), a dla osoby zamieszkującej z rodziną – 600 złotych (obecnie 528 złotych). Kwota stanowiąca podstawę ustalania wysokości pomocy materialnej na usamodzielnienie, kontynuację nauki i pomoc na zagospodarowanie w formie rzeczowej wzrosło do 1837 złotych (za: niepełnosprawni.pl).

Ubóstwo w Polsce wciąż rośnie. Lockdown uderzył w najbardziej potrzebujących. Według danych GUS poniżej tak zwanego minimum egzystencji żyje 1,9 miliona Polaków. W minionym roku przybyło w Polsce ponad 370 tysięcy osób ubogich. Pogorszenie się sytuacji materialnej gospodarstw domowych niewątpliwie wiąże się z ograniczeniami wprowadzonymi w 2020 roku w związku z epidemią koronawirusa, choć ma na to wpływ również inflacja (drożyzna w sklepach) i trudności w pozyskaniu oraz utrzymaniu stałego zatrudnienia. **Oprac. KK.**

Stres w szkole

1 września rozpoczął się nowy rok szkolny. Uczniowie z radością powrócili do szkolnych ławek po przerwie spowodowanej pandemią i nauczaniem zdalnym. Dla niektórych, zwłaszcza dla tych, którzy zaczynają naukę w nowej szkole, nowy rok szkolny wiąże się ze stresem i niepewnością.

Stres może objawiać się między innymi bólami brzucha. Nie można ich bagatelizować. W takiej sytuacji należy zgłosić się do lekarza. W okresie nauki w szkole średniej, tuż przed maturą, doświadczyłem tego rodzaju objawów somatycznych spowodowanych stresem. Lekarz po przeprowadzonych badaniach zdiagnozował u mnie stres związany z maturą. Zachęcił, abym nie opuszczał zajęć szkolnych i nie wycofywał się z kontaktów z rówieśnikami. Zastosowałem się do tych wskazówek. Bóle brzucha minęły po zdaniu egzaminu dojrzałości.

Uczniom, którzy zmagają się z dolegliwościami spowodowanymi stresem radzę, aby nie poddawali się i systematycznie pogłębiali wiedzę z różnych przedmiotów. W celu rozluźnienia napięcia w czasie wolnym od zajęć dydaktycznych warto zająć się czymś, co nas szczególnie interesuje.

KRYSTIAN CHOLEWA

Aplikacja powie, gdzie jesteś

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Poznaniu – Filia Jeżyce, usytuowana przy ulicy Sienkiewicza 22, od 30 lipca tego roku posiada system nawigacyjno-informacyjny, system udźwiękowienia i opisu przestrzeni dla osób z niepełnosprawnościami narządu wzroku. System oparty jest na znacznikach ToTuPoint wspomagających osoby niewidome i słabowidzące w orientacji przestrzennej. O takie właśnie udogodnienia w tej instytucji zabiegał zarząd poznańskiego Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych „Razem na szlaku”.

„Wejście do MOPR znajduje się na prawej ścianie wewnątrz między budynkami, czyli nie jest bezpośrednio z ulicy. Znacznik zamontowany jest nad drzwiami wejściowymi, zatem osoba idąca od strony ulicy Mickiewicza aktywuje go z odpowiedniego dystansu, natomiast idąca w kierunku przeciwnym dopiero, gdy będzie na wysokości wspomnianej wewnątrz. Do wejścia prowadzą schody (5 stopni). Pomiędzy nim a chod-

nikiem, równoległe do chodnika jest podjazd dla wózków. Za drzwiami jest przedsionek. W głębi po prawej stronie są drzwi do holu. W holu, po prawej stronie jest toaleta dla osób z niepełnosprawnościami, a bezpośrednio za nią stanowisko ochrony budynku. Aby wejść do punktu obsługi, trzeba w holu skręcić w lewo i odnaleźć drzwi znajdujące się po lewej stronie. Są one bardzo blisko wejścia do holu” (cytat pochodzi ze strony internetowej www.totupoint.pl).

Na wymienionej stronie można posłuchać dźwięku tego znacznika lub dowiedzieć się, w jakich jeszcze miastach i budynkach użyteczności publicznej wdrożono tego rodzaju usprawnienia. W tym celu należy kliknąć w zakładkę „Lokalizacje”, znajdującą się w górnej części strony. W Poznaniu aż 177 lokalizacji zostało objętych systemem nawigacyjno-informacyjnym ToTuPoint. To między innymi budynek Uniwersytetu Ekonomicznego przy al. Niepodległości 10 i Centrum Edukacyjne Usług Elektronicznych UE przy ul. Towarowej 55

oraz kampus Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza na Ogrodach, w którym mieści się Wydział Nauk Społecznych i Wydział Studiów Edukacyjnych. W system ten wyposażone są również makiety – Ostrowa Tumskiego, Starego Rynku, Stadionu Miejskiego.

System ToTuPoint można zainstalować na smartfonach z systemem iOS (wersja 9.0 lub nowsza) lub Android (wersja 5.0 lub nowsza). Korzystanie z systemu ToTuPoint za pomocą smartfonu lub tabletu – jak czytamy na stronie – daje wiele interesujących możliwości. Przy tym warto wiedzieć, że osoby z niepełnosprawnościami wzroku winny korzystać również z aktywatora, gdyż tylko wówczas wykorzystają w pełni zalety systemu w zakresie bezpieczeństwa, zmniejszając jednocześnie do minimum potrzebę sięgania po smartfon. Na wspomnianej stronie, prócz szczegółowych opisów, znajdziemy także instrukcję użytkownika tej bezpłatnej aplikacji. Oprac. KK.

Nie jesteś sam w kryzysie

Problem samobójstw w Polsce stale narasta. Z danych policji wynika, że w 2013 roku próbę samobójczą podjęło 8.575 osób, a w 2020 roku – 12.013 osób. Niewątpliwie ma na to wpływ pandemia, ale przede wszystkim pogarszająca się sytuacja finansowa wielu Polaków, inflacja, pętla zadłużeń, poważne problemy zdrowotne i rodzinne, brak perspektyw na przyszłość. Wbrew pozorom zamiar popełnienia samobójstwa deklarują nie tylko ludzie młodzi, lecz także starsi – wśród nich osoby w podeszłym wieku pozbawione wsparcia, troski i miłości ze strony najbliższych.

10 września każdego roku obchodzony jest Światowy

Dzień Zapobiegania Samobójstwom (w języku angielskim World Suicide Prevention Day), którego celem jest zwiększenie świadomości społecznej w zakresie tematyki samobójstw i wsparcia psychologicznego dla osób, u których pojawiają się myśli samobójcze (za: wikipedia.org). W Polsce dzień ten organizuje Polskie Towarzystwo Suicydologiczne w ramach kampanii społecznej pod nazwą: „Życie warto jest rozmowy”. Na całym świecie około 800 tysięcy osób umiera rocznie w wyniku samobójstwa. Oznacza to, że co 40 sekund ktoś odbiera sobie życie.

Samobójstwo niekoniecznie musi być wynikiem długotrwałej i silnej depresji. Przyczyna targnięcia się na własne życie

czasem ma podłoże trudów wynikających ze znacznej niepełnosprawności powodującej niezdolność do samodzielnej egzystencji. Taka osoba czuje, że jest ciężarem dla swojego opiekuna, który dzień po dniu pomaga jej we wszystkim – myje, ubiera, karmi, dźwiga ze schodów itp. Jest to szczególnie dotkliwe, gdy niepełnosprawność jest nagła, bo powstaje na przykład na skutek wypadku drogowego.

Gdzie szukać pomocy, kiedy ktoś w naszym otoczeniu jej potrzebuje? Nie lekceważmy sygnałów ani złej kondycji psychicznej członka rodziny lub znajomego. Unikajmy wypowiadania zdań jak: „Weź się w garść”, „Wszystko będzie dobrze” itd. Dobrym rozwiąza-

niem jest wskazanie kontaktu do specjalisty, który może pomóc uporać się z dokuczliwymi myślami o samobójstwie. Takiej pomocy udzielają między innymi poradnie zdrowia psychicznego znajdujące się w każdym większym mieście. Pod numerem 800 108 108 działa infolinia dla osób po stracie bliskich, a pod numerem 116 123 – bezpłatny kryzysowy telefon zaufania dla dorosłych (czynny 7 dni w tygodniu, w godzinach 14.00 – 22.00). Osoby doświadczające przemocy mogą dzwonić pod numer 800 120 002. Nie jesteś sam w kryzysie. Choć świat jest coraz bardziej zabiegany, są wśród nas ludzie, którym nie jest obojętny Twój los.

KRYSTIAN CHOLEWA



Zbigniew
Strugała
ORZECHOWO

5 LAT CZASOPISMA WARSZTATU TERAPII ZAJĘCIOWEJ W CZESZEWIE

Dotykając klawiatury nosem

Jak ten czas szybko leci! Ani się nie obejrzałem, a nasza warsztatowa gazetka „Z Życia Warsztatu” ma już 5 lat. Powstała we wrześniu 2016 roku jako pismo Warsztatu Terapii Zajęciowej w Czeszewie. Początki były dla mnie ciężkie, miałem problemy ze zmianą pracowni, na to nałożyły się inne problemy.

Ale wracam do gazetki. Wymyśliły ją terapeutki Karolina i Marta. Wtedy miała to być moja praca w pracowni artystycznej, do której trafiłem po corocznych, wrześniowych zmianach w pracowniach uczestników. No i tak się zaczęło. Nazwę gazetki podsunęli mi trochę uczestnicy. Poszło mi łatwo, bo miałem już

doświadczenie w pracy nad gazetką „Radość”. Była wydawana przez pracownię komputerową w latach 2004/2008 na kartkach A3, miała 8 stron, i wychodziła raz na miesiąc w 30 egzemplarzach, czyli dla każdego uczestnika po jednej. Była redagowana tylko w pracowni komputerowej przez jej uczestników. Ja byłem redaktorem naczelnym „Radości”.

Obecna gazetka jest na jednej kartce A4 złożonej na pół. Piszę w niej krótkie teksty z życia Warsztatu. Jest też przepis miesiąca, który prowadzi

uczestniczka Renata Rychlińska. Jest mała rubryka urodzinowa, gdzie są wymienione sylwetki tych osób z Warsztatu, które w danym miesiącu obchodzą urodziny. Od września 2018 roku były informacje, co znaczą imiona naszych uczestniczek i uczestników, terapeutów i pracowników Warsztatu. Obecnie od czerwca są opisane znaczenia wszystkich imion.

Gazetka jest drukowana w pracowni komputerowej. Wychodzi raz w miesiącu w siedmiu egzemplarzach – po jednej na każdą pracownię.

Redakcja gazetki jest w pracowni, do której przechodzę na dany rok, czyli od września do września. Gazetkę redaguję tylko na komputerze, dotykając klawiatury nosem. Nasze piśmanko podoba się, pomimo że czasami zdarzały mi się błędy i potknięcia. Dziękuję uczestnikom i terapeutom za pomoc i współpracę. Największe podziękowania należą się terapeutce pani Marcie, która mnie wszystkiego nauczyła.

A co będzie dalej z gazetką? Czy będzie wydawana i jak długo – zależy od mojego stanu zdrowia...

FOT. (2X) ARCHIWUM AUTORA



W pracowni komputerowej.



Tak pracuję na komputerze.

Jeden słoneczny dzień nad morzem

Za nami trudny czas. Z nadzieją na powrót do całkowitej normalności nasi uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Murowanej Go-

ślinie zakończyli tegoroczne wakacje prężną wycieczką nad morze.

Tym razem tylko na jeden dzień, ale za to cudowny, pełen

wrażeń, słońca i dobrych humorów. Sarbinowo kolejny raz wspaniale nas ugościło.

HANNA PRZYBYLSKA



Zajęcia katechetyczno-duszpasterskie z udziałem dzieci z niepełnosprawnością intelektualną wypełnione są śpiewem i muzykowaniem. Doświadczeni fachowcy doskonale wiedzą, że aktywności te odgrywają bardzo ważną rolę. Dają one możliwość jednoczenia ludzi, prowadzą do wzajemnego dostrojenia się i współbrzmienia ze sobą. Wytwarzają one szczególny klimat, pozwalają dojść do głosu stanom ducha, różnym nastrojom oraz wyrazić najgłębsze uczucia. Wprowadzają nie tylko uczestników, ale również prowadzących zajęcia w stan rozmodlenia i żarliwego wielbienia Boga oraz doświadczania jego bliskości. Śpiew stwarza też warunki, aby w sposób przystępny i zachęcający móc przekazać wiele ważnych treści.

Fotografia przedstawia Lenę z Wiednia, która posiada głęboką niepełnosprawność intelektualną. Śpiew i muzykowanie sprawiają dziewczynce dużo radości. Samodzielne pociąganie strun gitary, wywołujące dźwięki, sprawia jej duże zadowolenie oraz przyciąga uwagę. Zajęcie to wprowadza ją w ożywienie oraz zachęca do aktywności własnej.

Wielobarwny obraz wykonany z dziećmi z głębszą niepełnosprawnością intelektualną za pomocą farb akrylowych. Wykonanie: arkusz białego brystolu umieszczono na dnie tekturowego pudełka. Na powierzchnię brystolu wlane trochę farb i położono małą kuleczkę szklaną, która poprzez przechylenie pudełka w różne strony utworzyła ciekawe, kolorowe wzory. Prace tego typu dostarczają dzieciom dużo radości, budzą aktywność własną oraz koncentrują ich uwagę.

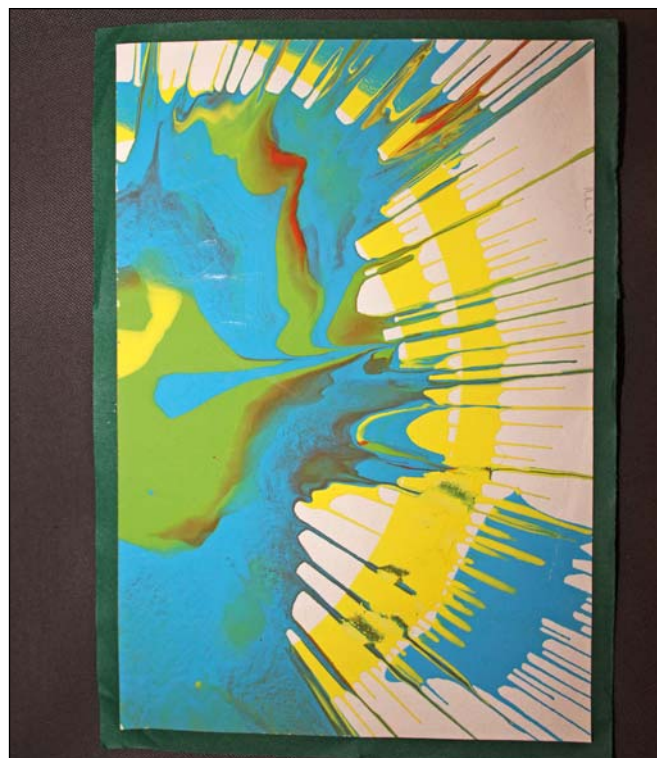
Ozdobna torebka papierowa. Całą torebkę papierową dzieci zamalowały niebieską farbą. Następnie na zamalowaną powierzchnię nakleiły zielony pasek papieru, który utworzył łodygę rośliny. Na jej czubku białą farbą namalowały pędzelkiem drobne punkty, które utworzyły rozłożystego dmuchawca z wyraźnym brązowym oczkiem. W taki sposób ozdobione torebki znalazły zastosowanie do wkładania drobnych upominków, które sprzedawane były na szkolnym jarmarku.

HALINA KOSELSKA-KUBIAK

Dzieła dzieci bardziej kochanych⁽⁴⁾



Ozdobna papierowa torebka.



Obraz wykonany z dziećmi z głębszą niepełnosprawnością intelektualną.



Lena z Wiednia.

DZIEŃ SPORTU W PARKU



Dorian też pragnie zostać zwycięzcą.



Bieg na 60 metrów.



Uczestnicy rajdu wokół Owińsk.



Patrycja szuka szyszkowych tajemnic.

ORIENTACJI PRZESTRZENNEJ W OWIŃSKACH

Lekkoatletyka, dwa rajdy, rzut kaloszem...

Ostatnie dni przed wakacjami w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym dla Dzieci Niewidomych w Owińskach upłynęły pod znakiem aktywności na świeżym powietrzu. 23 czerwca obchodziliśmy coroczny Dzień Sportu organizowany w Parku Orientacji Przestrzennej.

Starsi uczniowie rywalizowali w czwórboju lekkoatletycznym, na który składały się: bieg na 60 metrów, pchnięcie kulą, skok w dal oraz bieg na 600 m. Młodsze dzieci brały udział w trójbój – biegu na 60 metrów, skoku w dal oraz rzucie piłeczką palantową. Wszyscy chętni mogli skorzystać z konkurencji dodatkowych, przygotowanych przez wychowawców internatu, jak na przykład rzut kaloszem kierownika internatu, zwijanie syczącego węża czy odszukiwanie szyszkowych tajemnic. Słoneczna pogoda zachęcała do zabawy, a najbardziej wszechstronnymi zawodnikami

Ośrodka zostali Ania, Patrycja, Wiktor i Marek.

Dzień później, również na sportowo, odbył się rajd pieszy dla społeczności szkolnej SOSWDN pod nazwą „Wszystkie drogi prowadzą do Owińsk”, w których uczestniczyło 54 uczniów i 26 opiekunów. Uczniowie mieli do wyboru dwie trasy: pierwszą – wokół Owińsk z przewodnikiem Markiem Budziszewskim (prezesem Stowarzyszenia Miłośników Owińsk i Okolic). I drugą, wiodącą przez „Czerwonackie Mazury”, czyli zbiorniki pożwirowe i lasy Puszczy Zielonki. Trasa ta, licząca 8 kilometrów, prowadzona była przez przewodnika turystyki pieszej PTTK Szymona Wieczorka.

Rajd miał na celu popularyzowanie turystyki pieszej wśród młodzieży, rozwijanie zainteresowań krajoznawczych oraz poznanie walorów przyrodniczych i turystycznych Puszczy Zielonki.

MARLENA GIŻYCKA



Rzut kaloszem kierownika.



Dorian zwiija syczącego węża.

Uczestnik w WTZ „Promyk” od 18 lat

Choć nie jest z nami od wczoraj, codziennie nas zadziwia. Jest z nami od samego początku, czyli od utworzenia w 2003 roku Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie.

Mowa o Piotrze Rutkowskim, miłośniku motoryzacji. Ma 37 lat, lubi podróże samochodem, podczas których podziwia krajobrazy. Uwielbia przeglądać książki o tematyce motoryzacyjnej. Na Warsztat uczęszcza zawsze uśmiechnięty i pogodny. Z uwagą dotyka nowych przedmiotów i słucha nowych dźwięków. Ma wiele kolegów i koleżanek, w tym swoją przyjaciółkę Monikę, z którą uwielbia spędzać czas. Kocha gry z piłką. Codziennie przebywa na sali rehabilitacyjnej. Cieszymy się, że jest razem z nami.

ASIA JANOWICZ
TERAPEUTKA WTZ „PROMYK”
W KONARZEWIE



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Alpaki



i „Wyścig z czasem”

11 sierpnia był u nas dniem integracji i sportu. Z samego rana uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej z Grońska, powiat nowotomyski, gmina Lwówek, odwiedzili nasz WTZ „Promyk” w Konarzewie. Tutaj czas upłynął nam na rozmowach i zwiedzaniu pracowni. Później wspólnie udaliśmy się autokarami do WTZ „Promyk” w Otuszu.

Tu czekała na nas moc atrakcji. Były zawody sportowe i spotkania z naszymi alpaka-
mi, atrakcyjnymi zwłaszcza dla gości, bo mogli się nimi chyba po raz pierwszy nacieszyć. Był smakowity grill. Cały pobyt umiłał wszystkim didżej znanymi i lubianymi utworami.

Zawody sportowe prowadziła pani Asia, nasza reha-

bilitantka. Pierwszą konkurencją był slalom z kopaniem piłki. Podczas konkurencji „Wyścig z czasem” uczestnicy przekazywali piłkę nad głowami od pierwszego do ostatniego uczestnika w rzędzie. Był też rzut woreczkiem do celu. Na koniec był mecz piłki nożnej.

Odwiedzano nasze alpaki. Łasuch Bono zjadł prawie

wszystkie marchewki. Czupur chętnie bawił się z każdym. A Mania oczarowała wszystkich swoim spokojem. Pod koniec dnia wymieniliśmy się prezentami i otrzymaliśmy zaproszenie do Grońska. Dzień zakończył się wspólnymi tańcami.

TERESA HOFFA
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”
W KONARZEWIE



Warzywa – źródło zdrowia

Nasze małe warzywne dzieła sztuki, pomidory i papryka, na zdjęciach w sierpniowym wydaniu „Filantropa” (na okładce i na stronie 19) były jeszcze zielone. Tym razem prezentujemy te same warzywne dzieła, ale już piękniejsze, bo w pełni dojrzałe, zdrowe i cudownie czerwone, w tym ze słonecznie żółtą papryką, wyhodowane w foliowym tunelu Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Otuszu. Jak wspominałam w poprzednim arty-

kule, uprawiamy pomidory i paprykę w tunelu.

Jednak estetycznym walorem towarzyszą inne, ważniejsze jeszcze zalety tych smacznych warzyw. Warto powiedzieć kilka słów o tym, jak istotne są one dla naszego zdrowia. Trudno byłoby nam żyć bez witamin i innych mikroelementów naszego pożywienia. Na przykład papryka słynie z dużej ilości witaminy A. Jest także dobrym źródłem witamin C i E. Co więcej, zawiera spore ilości kwasu foliowego, który jest ważny

dla przyszłych mam, ponieważ zapobiega wadom rozwojowym płodu i przyczynia się do prawidłowego rozwoju układu nerwowego dziecka. W średniej wielkości papryce znajduje się dużo więcej witaminy C, niż w jednej cytrynie czy innych owocach cytrusowych. Polifenole zawarte w tym warzywie hamują powstawanie nowotworów i starzenie się komórek.

Pomidory, podobnie jak papryka, zawierają mnóstwo witaminy C, a ponadto B, PP i K. Są też bogate w mikroele-

menty takie jak potas, wapń, magnez i żelazo, ale również rzadko spotykane w produktach spożywczych mangan, miedź czy kobalt.

Z papryki i pomidorów można zrobić wiele dań; moim ulubionym jest lecco. Nadają się do robienia przetworów na zimę takich jak kiszonki, salatek w zalewie, przeciery, sosy i soki.

NATALIA KALINOWSKA
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”
W OTUSZU



FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK”

Moje praktyki w „Promyku”

Jestem studentką III roku pracy socjalnej. Moje praktyki w Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie rozpoczęłam 1 lipca. Najpierw trafiłam do pracowni teatralno-muzycznej, a po urlopie kontynuowałam praktyki w pracowniach ogrodniczo-zoologicznej,

komputerowej, ceramicznej, plastycznej, gospodarstwa domowego i technik różnych.

W czasie praktyk poznałam sympatycznych uczestników i terapeutów. Wszyscy byli bardzo mili, utalentowani, pomocni, towarzyscy. Byłam też w WTZ „Promyk”

w Otuszu. Podziwiałam prowadzoną tam alpakoterapię, którą wszyscy uczestnicy bardzo lubią. Miłym zaskoczeniem było to, że podczas praktyk mogłam poznać osoby z niepełnosprawnością intelektualną bądź ruchową oraz z niepełnosprawnościami sprzężonymi, które dale-

kie są od krzywdzących na ich temat, istniejących wciąż jeszcze wyobrażeń i stereotypów.

Chciałabym w przyszłości jeszcze nie raz odwiedzić WTZ „Promyk” w Konarzewie i Otuszu.

MONIKA MATUSZEWSKA
PRAKTYKANTKA

Wakacje w „Leśnej Polanie”

17 lipca uczestnicy Warszawskiej Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie i Otuszu oraz członkowie Stowarzyszenia „Promyk” w Komornikach wyruszyli na siedmiodniowe wakacje w Ośrodku Rehabilitacyjnym „Leśna Polana” w Ustroniu Morskim.

Zaraz po rozpakowaniu ba-

gaży ruszyliśmy na spacer. Każdego dnia odbywaliśmy takie piesze wycieczki ciesząc się widokami i morskim powietrzem. Na miejscu mieliśmy dostęp do basenu i jacuzzi.

19 lipca mieliśmy wieczorek taneczny przy muzyce na żywo. Mieliśmy też kolację grillową. W Amfiteatrze w Ustroniu Morskim uczestniczyliśmy w trzech

wydarzeniach kulturalnych: występach Igora Kwiatkowskiego, Cleo i Kabaretu Moralnego Niepokoju z programem „Za długo panowie byli grzeczni”.

Byliśmy na wycieczce do Kołobrzegu, gdzie w centrum miasta znajduje się latarnia morska. Weszliśmy na nią po metalowych schodach, podziwialiśmy przepiękny widok. W

pobliżu była armata, przypominająca historię wieży i tablice upamiętniające rybaków, którzy zginęli na morzu.

24 lipca przyszło nam pożegnać się z morzem. Z pięknymi wspomnieniami wyruszyliśmy w drogę powrotną do domu.

ALEKSANDRA TONDER
UCZESTNICZKA W TZ „PROMYK”
W OTUSZU



Pracownia zdrowia

Nasz Warsztat Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach powiększył się o pracownię zdrowego stylu życia.

Będziemy zdobywać wiedzę na temat korzystnego dla zdrowia spędzania czasu. Dowiemy się, jak poprawić higienę osobistą. Przećwiczymy prawidłowe ubieranie się odpowiednie do pogody i sytuacji. Przeanalizujemy, co robić,

aby lepiej spać – bo człowiek niewyspany ma mniej energii do pracy. Dobry sen poprawia kondycję fizyczną i psychiczną. Będziemy się uczyć technik relaksacyjnych, obniżających poziom stresu. Będziemy też dbali o stan zdrowia, szukając porad w świecie lekarzy specjalistów.

DARIA MIKIETÓW
TERAPEUTKA WTZ W POBIEZISKACH



FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ W POBIEZISKACH

FOT. KAROLINA KASPRZAK

Spotkania z książkami

Moje wakacje były w tym roku skromne. W większości spędzałam je w domu lub przed domem z książką w ręku. Czytałam książkę „Tajemniczy ogród” po hiszpańsku, też „Małego Księcia”. Odsłuchałam „Anię z Zielonego Wzgórza”. Czas pandemii odebrał mi inne rozrywki, w tym spotkania grupy „Lubimy być razem”, za którą bardzo tęsknię.

Dawno nie byłam też w Grodzisku u swojej rodziny. To też boli, ale mam szczerą nadzieję, że niedługo się spotkamy, jeśli będzie taka możliwość oraz że przejadę się do Dopiewa i chociażby do Kaplina, gdzie jest piękne jezioro.

Pobudziłoby to moje serce i jakże uradowało, gdyż wyjazdy poza dom są dla mnie okazją do przyływu energii, która napędza moje życie. Szczęście jest dla mnie patrzenie

na piękne jezioro i niezwykle las. Byłam tam kiedyś z bratem i mamą na grzybach. Bardzo na to liczę – oby pogoda dopisała. Być może uda mi się też zaliczyć wizytę w kawiarni. Cieszę się na nowe spotkania z książkami o tajemniczych ogrodach lub pięknie śpiewających ptakach. Z zacięwanym słuchaniem o Zielonym Wzgórzu i o sympatycznej, rudej dziewczynce Ani. Gdy czytałam o niezwykłym małym chłopcu z planety B-612, który marzy, by mieć przyjaciela, wtedy moja głowa odpoczywała najlepiej jak potrafi.

Rozmawiałam też z moim psem Hopim, ale mam nadzieję, że jednak nie wróci pandemia, czego życzę wszystkim redaktorom i czytelnikom „Filantropa”.

ANNA DUDZIAK
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”
W KONARZEWIE



FOT. ARCHIWUM WTZ „PROMYK”

Moja pasja – robótki ręczne

Nazywam się Anna Włodarek, mieszkam w Buku. Od 1999 do 2006 roku uczęszczałam do Środowiskowego Domu Samopomocy w Chrzypsku Wielkim. Tam nauczyłam się haftować i szyć. Gdy opuściłam ośrodek i wróciłam do domu, bardzo

brakowało mi kolegów i koleżanek, a najbardziej zajęć terapeutycznych. W domu nie wykonywałam prac krawieckich. Musiałam zająć się pracami domowymi.

W 2013 roku w Otuszu, niedaleko mojej rodzinnej miej-

scowości, otwarto Warsztat Terapii Zajęciowej „Promyk”, którego od ośmiu lat jestem uczestniczką. To tutaj uświadomiłam sobie, że robótki ręczne stały się moją pasją. Najbardziej lubię wyszywać obrazy i motywy roślinne. Do

haftowania nici nie mogą być dłuższe niż 40 cm, ponieważ podczas pracy się zużywają i rwą.

Oprócz haftu zajmuję się również szyciem poduszek ozdobnych i maskotek. Prawie każda poduszka jest ozdobiona haftem. Gdy urodziła się moja pierwsza siostrzenica wpadłam na pomysł, by zrobić mini maskotki i tak powstała moja pierwsza karuzela łóżeczkowa dla niemowląt.

ANNA WŁODAREK
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”
W OTUSZU



Siłomierz młot

ZWarsztatów Terapii Zajęciowej "Promyk" w Konarzewie i Otuszu udział w zawodach wzięły dwie drużyny po 6 osób każda. Walczyliśmy w niezwykle konkurencyjnych: „pustynny wyścig”, „gorączka rybaka”, „wyciskanie szpuli”, „klocman”, „spacer siłacza”, „hantelman”, „sprinter”, „mega drwal”, „siłomierz

młot”, „tor przeszkód” i „rodeo byk”.

Bawiliśmy się i walczyliśmy we wszystkich konkurencjach. W niektórych mierzony był łączny czas drużyny, w innych ilość powtórzeń. Trzeba było wykazać się dobrą kondycją, ponieważ poziom konkurencji był wysoki.

MIKOŁAJ LAMBRYCZAK
UCZESTNIK W TZ W KONARZEWIE



FOT. ARCHIWUM W TZ „PROMYK”

Rodeo byk

Zmagaliśmy się w wielu zniełatwych konkurencjach sportowych, zdobywając I, II i III miejsce, ale rywalizacja i zdobyte miejsca nie były dla nas najważniejsze. Konkurencje sportowe nie należały do łatwych, wymagały od nas dużego wysiłku, skupienia i organizacji.

Dzięki wsparciu pani Joanny, naszej rehabilitantki i dopingowi kolegów i koleżanek

udało nam się zdobyć kilka dyplomów i wyróżnień, a co najważniejsze – dobrze się bawić. Cieszymy się bardzo, że mogliśmy po tak długiej przerwie razem się spotkać, zdrowo rywalizować, porozmawiać, spędzić miło czas. Dziękujemy organizatorom za zaproszenie i świetną rozrywkę.

DARIUSZ KARPIŃSKI
UCZESTNIK W TZ W KONARZEWIE



FOT. ARCHIWUM W TZ „PROMYK”

Siłacze to my!

Bwreszcie 7 lipca wróciła impreza dla siłaczy – Malta Strong w Puszczykowie. My, drużyna Warsztatu Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach, pojechaliśmy w silnym składzie: Karol, Józek, Filip, Dawid, Lena i Robert.

Zabraliśmy ze sobą dobrą energię i słoneczną pogodę. Pani Asia dowiozła nas na miejsce. Razem z nami w zawodach uczestniczyło 12 zespołów, w większości z WTZ-otów. We wszystkich jedenastu

konkurencjach dla strongmenów musieliśmy wykazać się siłą, szybkością i zręcznością. W konkurencji „siłomierz młot” Józsiu uderzył tak mocno, że zabrakło skali. W konkurencji „sprinter” najszybszy byłem ja – Karol, więc drużyna nazwała mnie „szybki Karlos”. W konkurencji na „wyciskanie szpuli” Dawid i Filip dali z siebie wszystko. Było super, bawiliśmy się przednio!

KAROL OSTAJEWSKI
UCZESTNIK W TZ W POBIEZISKACH



FOT. ARCHIWUM W TZ W POBIEZISKACH

Od redakcji:

Relacja Karoliny Kasprzak o wydarzeniu sportowym Malta Strong w Puszczykowie ukazała się w sierpniowym wydaniu „Filantropa”. Tym razem oddajemy głos (powyżej) strongmenom, uczestnikom siłowych zmagani.

W rytmie kolorów

Do dzisiaj wspominamy nasz wakacyjny wyjazd z Warsztatu Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach na Festiwal Kolorów nad Maltą. Wakacje płynęły spokojnie, a nam się zachciało trochę szaleństwa.

Było barwnie, rytmicznie, ra-

dośnie i bezpiecznie. Namówiłem na podróż Filipa.

Wydarzenie odbyło się na Polu Piknikowym nad jeziorem. Główną atrakcją było rzucanie kolorowych proszków do góry, które następnie opadały nam na włosy, ubranie

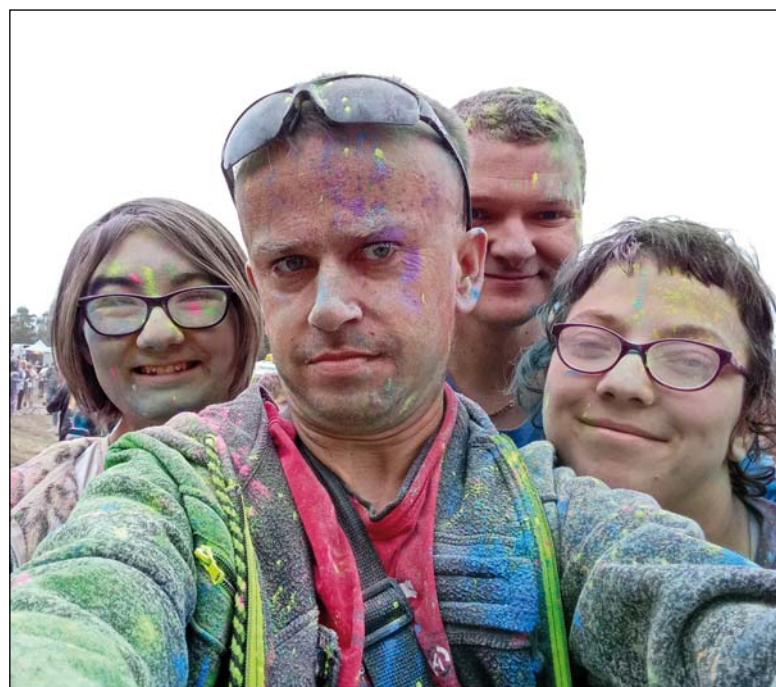
i ciało tworząc przy tym przepiękną tęczę. Wszystko działało się przy głośnie i energetycznej muzyce. Bardzo nam się podobało, że wszyscy razem dobrze się bawili i, co dla nas było zaskoczeniem, nie zabrakło osób niepełnosprawnych na wózkach. My byliśmy

z naszymi koleżankami Asią i Kingą. Jesteśmy podekscytowani, bo już niebawem czeka nas kolejna taka impreza tu, w Pobiedziskach – i nie możemy się doczekać.

DAWID KARPIŃSKI
UCZESTNIK WTZ W POBIEZISKACH



FOT. (4X) DAWID KARPIŃSKI, FILIP ŁAGODZIŃSKI



Przenieśmy się



w przeszłość

można tam poczuć prawdziwą, dawną wieś ze wszystkimi jej urokami.

DAWID KARPIŃSKI
UCZESTNIK WTZ W POBIEZISKACH

Niedaleko nas jest miejsce, które przeniosło nas w przeszłość. To Muzeum Etnograficzne w Dziekanowicach na trasie Poznań-Gniezno. Poznaliśmy tam życie dawnej wsi i historyczne miejsce naszych przodków. Na zakończenie roku warsztatowego mogliśmy cieszyć się jego urokami. Spędziliśmy tam aktywnie cały lipcowy dzień.

Dla każdego z naszego pobiedzkiego Warsztatu Terapii Zajęciowej było tu coś interesującego. Jest to Muzeum przygotowane dla niepełnosprawnych na wózkach i niewidomych. Halinka, która ma problem z chodzeniem, najlepiej wspomina wejście na posąg drewnianego orła. Tomek bardzo przeżywał przeprawę promem. Na Dawidzie zrobiły wrażenie rzeźby metalowych rycerzy na koniach, a Filipowi podobala się rzeźba króla Polski Bolesława Chrobrego.

Mieliśmy też miłą panią przewodnik, która dostosowała całą wycieczkę do nas. Polecamy to miejsce wszystkim, bo



Niepełnosprawność – przeszkadza ci w życiu?

FG.: – No tak...

MD.: – A na przykład jaka to jest rzecz, którą chciałbyś zrobić... a w związku z tym, że jesteś osobą niepełnospraw-

ną, to tego nie możesz zrobić? Albo nie potrafisz zrobić.

FG.: – Kierować... ooooo...

MD.: – Samochód chciałbyś

umieć prowadzić, mieć prawo jazdy?

FG.: – Tak...

MD.: – Coś jeszcze?

FG.: – Nie, więcej nie... to jest tylko to...

MD.: – No dobrze ok...dziękuję...



FOT. (4X) MARCIN KACZYŃSKI

Opieka i aktywność

WGdyni powstaje Dzienny Ośrodek Opieki Wytchnieniowej i Rehabilitacji Społecznej „Osiedle Młodych”, który obejmować będzie wsparciem osoby z niepełnosprawnościami do 25 roku życia. Prowadzone będą w nim różnego rodzaju zajęcia rehabilitacyjne, logopedyczne, z zakresu integracji sensorycznej oraz mające na celu wzrost samodzielności w codziennym życiu. Dzienny Ośrodek Opieki Wytchnieniowej utworzony zostanie dzięki wsparciu unijnemu, w ramach działania 06.02: „Usługi społeczne Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Pomorskiego na lata 2014–2020”.

Zakończenie budowy ośrodka planowane jest na maj 2022 roku. Dwukondygnacyjny i w pełni dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnościami obiekt powstaje przy Centrum Rehabilitacji Ośrodka Wczesnej Interwencji Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelleksualną Koło w Gdyni. W budynku będą znajdowały się sale do terapii indywidualnej i grupowej, pokój wypoczynkowy z możliwością leżakowania, sala integracji sensorycznej, sala do zajęć sensoplastycznych i muzykoterapii,

jadalnia, recepcja, wózkarnia, łazienki, pomieszczenia biurowe i gospodarcze.

Realizatorzy przedsięwzięcia zakładają, że kompleksowym wsparciem zostanie objętych 240 osób z niepełnosprawnościami o specyficznych potrzebach wynikających z niepełnosprawności. Wsparcie otrzyma również 190 opiekunów tych osób, będących pod opieką ośrodka. W budynku placówki będzie działała kawiarnia „Cafe Koło”, w której zostaną stworzone miejsca pracy dla dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną, obecnie uczestników warsztatów terapii zajęciowej. Nie tylko niepełnosprawni, ale też ich rodzice będą mogli w ośrodku aktywnie i twórczo spędzać czas, zrelaksować się i odpocząć od codziennych trosk.

Luka w kwestii zaspokajania potrzeb opiekuńczych osób z niepełnosprawnościami i ich opiekunami jest ogromna. Wciąż w naszym kraju niewiele jest miejsc, które zapewniają kompleksową pomoc osobom o specyficznych potrzebach i ich bliskim. Nierzadko pobyt w tego typu placówce wiąże się z odpłatnością, na którą rodziców osób z niepełnosprawnościami nie stać. *Oprac. KK.*



Marek Kalbarczyk
WARSZAWA

Stoisz na chodniku, pól metr od krawężnika, przed ulicą, którą masz przejść. Tędy prowadzi twoja droga. Już byś chciał pobiec, szybko dostać się na drugą stronę, ale samochody jadą i jadą. W którymś momencie wydaje ci się, że ich nie ma, albo że następny jest wystarczająco daleko by zdążyć przejść.

Nie masz pewności i pozo- stajesz w miejscu. Sytuacja powtarza się wielokrotnie, a czas pędzi nieubłaganie. Spóźnisz się, nie zdążysz na zajęcia, do szkoły, pracy albo do lekarza. Martwisz się, ale nic nie możesz zrobić. W czasie tego wymuszonego postoj- u obserwujesz cichutko jak mijają cię inni piesi i coraz bardziej się niecierpliwisz – kiedy wreszcie cię zauważy, albo sam odważy się kogoś zaczepić? Słyszysz stukot ob- casów – najpierw w oddali, potem tuż obok, by na koniec pojawił się na twojej twarzy grymas i rozczarowanie, kiedy kobieta przebiega przez ulicę, i to bez ciebie.

Mijają cię kolejne osoby, a każda się spieszy. Gdzie, do- kąd? Oni zdążą, ty może nie. Kiedy opanowuje cię niemal całkowita rezygnacja, zbliża się do przejścia jakiś facet. Przystaje i pyta, czy chcesz z nim pójść – i przechodzisz. Ile czasu to trwało? Czy tyle, ile się należało, czy o trochę za dużo, by pozostać optymistą?

Mimo tragedii, która was spotkała, musisz się ogarnąć i zorganizować życie rodzi- ny. Po tym, co was spotkało, dwunastoletnia córeczka leż ma już dosyć – potrzebuje konkretnej pomocy. Wybierasz się więc do Powiatowego Cen- trum Pomocy Rodzinie, gdzie możesz otrzymać wsparcie. Dowiedziałaś się, że można tam złożyć wniosek o dofinan- sowanie zakupów urządzeń rehabilitacyjnych. W przypad- ku nowo ociemniałego dziec- ka może chodzić o brajlowską maszynę do pisania, jeszcze lepiej o mówiący komputer oraz o brajlowski monitor, służący do odczytywania tek- stu wyświetlonego na ekranie. Umówiłaś się z urzędniczką, która załatwia takie sprawy i wychodzisz z domu.

Kiedy dotrzesz do PCPR, odczekasz swoje, a potem wejdiesz do pokoju, w któ- rym załatwia się tego rodzaju sprawy. Przedstawisz sytuację, a pani, kiedy usłyszysz o nie- szczęściu, które was spotkało, o wypadku, w wyniku którego córeczka straciła wzrok, bę- dzie zasmucona. Przejdźcie do konkretów. Powiesz, że doradzono ci zakup jakichś tam urządzeń oraz wniosko- wanie o przeszkolenie w ich używaniu. Jakież będzie two- je zaskoczenie, kiedy się do- wiesz, że twoje oczekiwania dotyczące dofinansowania są przesadne. Będziesz chciała zaledwie kilka tanich rzeczy. Nie wymagasz więcej – nic drogiego – jakiś tani notebo- ok, mały brajlowski monitor – może zaledwie 14-znakowy i oprogramowanie – wyłącznie niezbędne. Mimo skromno- ści twoich postulatów urzęd- niczka spojrzy na ciebie kry- tycznie i zdziwionym głosem zapyta, czy nie wiesz, że sta- rostwo powiatowe musi po- magać wielu rodzinom, a każ- da ma inny problem. Dowiesz się, jak trudną sytuację mają rodziny alkoholików, starsze małżeństwa, w których jedna osoba jest bardzo schorowana i wymaga całodobowej opieki. Na koniec będziesz przekony- wana, że tysiąc złotych od po- datników w zupełności ci wy- starczy. Powiesz, że nie znasz się na sprzęcie, rehabilitacji i cenach, ale w szkole specjali- stycznej, w której byłaś z proś- bą o poradę poinformowano cię, że to, czego wymaga córka dla efektywnej nauki w szkole, kosztuje znacznie więcej – na przykład 20 tysięcy złotych. Co zrobić – ustąpić, czy walczyć? Ostatecznie składasz wniosek na brajlowską maszynę do pisania i dostajesz decyzję o przyznaniu ci dofinansowania w wysokości 3 tysiące złotych. Resztę musisz dopłacić sama. O komputerze i urządzeniach peryferyjnych, które zamie- niają zwykły sprzęt na do- stosowany do potrzeb niewi- domej dziewczynki, na razie możesz zapomnieć.

Siedzisz na trawiastym brzegu przy jeziorze i słyszysz, jak kolejne osoby wypożycza- ją kajaki. Dostają wiosła, ka- poki i ruszają „w drogę”. Za którymś razem zgłasza się po kajak chłopak bez partnera do pływania. Mimo pewnej wy- jątkowości tego zamówienia dostaje kajak i także wypływa na jezioro. Nie mija dużo cza- su, kiedy jest na jego środku i przestajesz go słyszeć. Ty też



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Dostępność na serio

byś tak chciał. Dlaczego także ty nie możesz tego zrobić? Czy brak wzroku jest wystarczającym powodem, byś nie mógł popływać i być w tym samodzielny?

Uwielbiasz zwiedzać muzea i czynisz to przy okazji każdego wyjazdu – sprawdzasz, jakie muzea są w okolicy i docierasz do nich. Czy jednak robisz to sam? Przypuszczalnie jest pewna grupa najdzielniejszych niewidomych, którzy to potrafią, ale ty udajesz się tam z przewodnikiem, najczęściej z kimś z rodziny. Nie zawsze jest to dla ciebie komfortowe. Jak zwiedzisz muzeum, kiedy akurat przed wyjściem z domu czy hotelu obrazisz się na żonę albo męża? Wtedy sprawdzisz czy możesz pójść do muzeum sam, czy jest ono dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnością, w twoim przypadku wzrokową. Otóż mimo wykonania wielu różnych prac i działań dostosowawczych nadal nie jest dobrze. Nawet kiedy idziesz do muzeum z rodziną, nie masz co oglądać. Brakuje audioprzewodników, deskrypcji, kopii dzieł sztuki do pomocania, brailowskich tabliczek, przewodników książkowych, wypukłych planów i mapek.

Twój syn bardzo słabo widzi. Dostał się do liceum i zamierza kontynuować marsz po wiedzę i dobre stopnie. Zgłosiłeś dyrekcji szkoły, że jest osobą niedowidzącą i wymaga specjalistycznego sprzętu, a więc notebooka z dużym ekranem, programu powiększającego obraz, syntezy mowy, który będzie mu pomagał w odczytywaniu dłuższych dokumentów i nade wszystko elektronicznego powiększalnika (lupy), który będzie „patrzył” na tablicę i pokazywał na ekranie komputera zapisany tam tekst. Syn będzie mógł oglądać to na notebooku korzystając z funkcji powiększania obrazu, stosownie do wymagań jego wzroku.

Zgłosiłeś to jeszcze podczas wakacji uprzedzających rozpoczęcie roku szkolnego, a mimo to w pierwszych trzech miesiącach roku szkolnego syn musiał uczyć się bez tych

pomocy. Trwało to do połowy grudnia. Dyrekcja szkoły niczego nie zaniedbała. Złożyła stosowny wniosek do władz swojego powiatu i czekała. Gdzie są subwencje przeznaczone na kształcenie takich uczniów, gdzie są środki i pomoc z nich wynikająca?

Reprezentujesz organizację OPP (fundację) i chcesz się udać do Urzędu Marszałkowskiego twojego województwa. Są szanse na otrzymanie dofinansowania przeznaczonego na realizację ciekawego projektu. Czy jako niewidomy jesteś w stanie to zrobić? Jak tam dojechać? Gdzie jest główne wejście, schody, winda, recepcja, pokój, do którego masz się dostać? Jak załatwić sprawę, kiedy ma się do czynienia z tak absurdalnymi utrudnieniami? Nawet nie warto myśleć, co by było w tym urzędzie, gdybyś chciał skorzystać z toalety! Strach się bać!

To oczywiste, że wszelkie pomniki są wystawione w celu wspomnienia ich bohatera, względnie sprawy, z którą są związane. Czy jednak można się tym zainteresować, kiedy się tego nie widzi? Czy obok pomnika jest trójwymiarowa makietka, którą można oglądać z bliska, albo macać? Czy bez takiego wsparcia niewidomi mogą sobie poradzić?

Czy zamknąłeś oczy i spróbowałeś posurfować w Internecie, a najbardziej po jakimś sklepie, gdzie chciałeś zrobić zakupy? Czy odnalezienie tam interesujących cię treści jest łatwe? Okazuje się, że nawet rozwiązania dedykowane dostępności wymykają się spod kontroli informatyków pracujących dla niewidomych. Surfujesz i surfujesz, i naprawdę się denerwujesz. Zdarzało się, że wkładasz do kosza nie to, o co ci chodziło!

Sklep internetowy to jeszcze nic. Co myślisz o dostosowaniach, kiedy twoje specjalistyczne oprogramowanie udźwiękowiające i ubrajlawiające nie radzi sobie z generatorem wniosków, bez którego nie możesz pracować w fundacji? Tymczasem generatory w nobilitowanych urzędach i instytucjach nie są dostępne dla niewidomych!

Dostępność to obszerny i poważny temat. Dotyczy niwelowania skutków niepełnosprawności. Ma za zadanie pomagać wszystkim, również obywatelom nie legitymującym się orzeczeniem o niepełnosprawności, ale głównie osobom niepełnosprawnym. Im głębsza niepełnosprawność, tym bardziej niezbędne jest wsparcie. W najtrudniejszej sytuacji są osoby całkowicie niewidome, niesłyszące i osoby na wózkach, nie mogące samodzielnie chodzić. Różnorodne oprzyrządowanie niweluje brak sprawności. Należy do nich dodać stosowne przeszkolenie, a niepełnosprawność przestaje być tak uciążliwa i już nie zamyka drogi do sukcesów. Niewidomi chcą się uczyć, pracować, zarabiać, bawić, korzystać z wszelkich dobrodziejstw, z których korzystają inni. Powstaje ich mnóstwo, czy jednak mogą być projektowane i wytwarzane jedynie dla części obywateli, nawet kiedy ta część to ogromna większość?

Nie ma dostępności bez empatii innych i funduszy. Niepełnosprawni oczekują prawdziwej pomocy, a nie namiastki rehabilitacji. Chcemy korzystać z dobrodziejstw współczesnej cywilizacji technicznej i żyć jak najnormalniej. Właśnie tak jest, albo powinno być w świecie, który określamy mianem świata otwartego dla niewidomych. W takim zorganizowaniu cały świat jest dedykowany nie tylko wzrokowi, ale też dotykowi i słuchowi. Na dodatek kolejne zmysły pomagają nam żyć. Gdyby tak było, nie musielibyśmy mówić o niepełnosprawności. Tymczasem mówimy i musimy to robić. Taki właśnie cel ma Światowe Spotkanie Niewidomych, Słabowidzących i ich Bliskich oraz związana z nim XIX edycja Konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND.

Aby stało się to możliwe, niezbędne są empatia innych ludzi oraz fundusze. Jak się okazuje, w wielu miejscach brakuje tego i tego. Trudno podejrzewać o empatię panią na wysokich obcasach, która nie ma ochoty z nami się zetknąć, albo urzędniczkę, któ-

ra nie mogła się zapoznać ze specyfiką niepełnosprawności wzroku i sposobami zniwelowania jej skutków. Niewidomi są kompletnie niedoinformowani. Nie wiemy nawet, czy w pokoju, w którym się znajdujemy, pali się światło, albo gdzie jest recepcja w budynku, w którym mamy coś załatwić. Gdzie toalety, schody, winda, wejście lub wyjście itd. Takie właśnie mamy problemy, takie i tysiące, albo miliony innych. Trudno nie widzieć, ale gdyby zmniejszono ich liczbę, nasze życie byłoby łatwiejsze. Bez empatii innych nie widząc można załamać ręce.

Sama empatia nie wystarczy, ale kiedy już jest, musi być konkretna. Chodzi o decyzje dotyczące funduszy. Nie ma dostępności bez empatii, ale także bez pieniędzy. Kiedy nas się pomija, cierpimy, ale kiedy empatia jest jedynie teoretyczna, niewiele nam z niej przyjdzie. Musi się ona sprowadzać do konkretów. Musimy mieć mówiący tester kolorów by wiedzieć jak się ubrać, albo syntezy mowy, by sprawnie surfować po Internecie. Kiedy chcemy nauczyć się chodzić z białą laską do biurowca, gdzie znajduje się zakład pracy, musimy dostać mapkę terenu, by go zrozumieć. Będziemy sami chodzili, gdy zapoznamy się ze wszystkimi ułatwieniami i przeszkodami na naszej trasie.

Dostępność na serio to mądre społeczeństwo, wyrozumiałe władze, stosowne zapisy ustawowe i zarządzenia, wystarczająco duże fundusze, konkretne dostosowania, które z tego wynikają, udźwiękowione i ubrajlawione otoczenie, urzędnicy, którymi możemy się posługiwać bez wzroku, deskrypcja tego, co inni mogą widzieć, a my nie. I tak dalej.

Podczas spotkań konferencyjnych REHA to wszystko jest omawiane i wyjaśniane. Robimy to od lat i czasem zauważamy postęp, kiedy indziej martwimy się jego brakiem. Może w obliczu 30. rocznicy istnienia Fundacji „Szansa dla Niewidomych” uda się nam więcej niż zwykle. Jeśli tak się stanie, opowiemy o tym. Jeśli nie, także opowiemy.

W Zawoi,



Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Śremie wraz z terapeutami, jak co roku, wyjechali 19 czerwca do letniskowej wsi Zawoja, w Beskidzie Żywieckim, u stóp Babiej Góry, miejscowości o wyjątkowych walorach krajobrazowych i turystycznych. Publikujemy poniżej dwa sympatyczne listy uczestniczek śremskiego ŚDS; podzieliły się w nich wrażeniami z pobytu w Zawoi z koleżankami, które pozostały w Śremie. *red.*

*

KOCHANA MAGDO!

Tu w Zawoi jest bardzo fajnie i miło. Szkoda, że Cię tu nie ma z nami, bo razem byśmy się kąpały w basenie, robiły zdjęcia oraz zwiedzały wieś i okolice. W Zawoi jest bardzo ładna pogoda i byłoby miło, gdybyś mogła być z nami. Pojechaliśmy do Rabki Zdrój zwiedzać park, w którym są przepiękne kwiaty w różnych kolorach i tętnia, a przy tętni się lepiej oddycha. Wiesz, myślę sobie, że byłoby milej i wspaniale, gdybyś była z nami, w naszym towarzystwie, gdy jedliśmy lody przy tętni. Robiłybyśmy fajne zdjęcia. Wczoraj nasi terapeuci przygotowali dla nas przedstawienie pod tytułem „Twój hit brzmi znajomo”, które bardzo mi się podobało. Dzisiaj mieliśmy ognisko i muzykę, a jutro czyli w piątek pakujemy się i wracamy do domu.

Do zobaczenia w Śremie.

KAROLINA

ALDONKO!

Zbiórka na ul. Poznańskiej była o godzinie 6.45, a później pojechaliśmy po osoby z Jezioran. Jechaliśmy autokarem z panem Arkiem, mieliśmy przystanki na posiłek i toaletę. Przez całą drogę i pobyt w Zawoi mieliśmy ładną pogodę.

Po przyjeździe na miejsce poszliśmy do swoich pokoi i było rozpakowywanie bagaży. Ja miałam pokój na drugim piętrze z Karoliną i Agnieszka. O godzinie 17 mieliśmy obiadokolację, później mogliśmy

u stóp Babiej Góry

iść nad basen na leżaki, przy hotelu były aż dwa baseny. Na drugi dzień poszliśmy ze swoją opiekunką – panią Anią na lody i kupowanie różnych pamiątek. Ja kupiłam sobie magnesy na lodówkę. W środę pojechaliśmy do Rabki Zdrój i chodziliśmy po parku. Była tam fontanna ze słoniami i pomnik z armatami. Jedliśmy pyszne lody.

Po przyjeździe z Rabki poszliśmy na obiad, po obiedzie zrobiliśmy sobie kawę w pokojach. Po kolacji terapeuci zrobili dla nas ładne przedstawienie. W czwartek było pakowanie walizek, w piątek wyjeżdżaliśmy z Zawoi – w drogę do Śremu.

ILONA



Moc atrakcji „Duszka”

10 sierpnia w ośrodku agroturystycznym „Zacisze u Romiego”, we wsi Komorowo (powiat szamotulski), bawiliśmy się na festynie pod nazwą „Biesiada historyczna”.

Udział brali członkowie Stowarzyszenia na rzecz Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej „Duszek” z Dusznik, uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej z tej miejscowości, także uczestnicy z pobliskich WTZ-etów i stowarzyszeń oraz sympatycy

i przyjaciele osób niepełnosprawnych. Była moc atrakcji przygotowanych na ten dzień, między innymi tańce z siostrą Moniką, konkursy, loterie, malowanie twarzy, zawody w strzelaniu z wiatróvky, konne przejażdżki, karmienie alpaka,

pływanie łodzią po malowniczym Jeziorze Bytyńskim. Wszystkim dopisywały humor i pogoda. Organizator – Stowarzyszenie „Duszek” dzięki je gościom i uczestnikom za udział w festynie.

ZOFIA GRZEŚKOWIAK



Przyjaciele pszczół

Wielki Dzień Pszczół, obchodzony 8 sierpnia, przypadł w tym roku w niedzielę. Uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Dusznikach postanowili tym małym, pożytecznym owadom poświęcić poniedziałek.

W temat wprowadziła ich bajka edukacyjna o miodnej pszczole oraz film dotyczący

pszczelarstwa. Mogli poczuć się jak rój pszczół i wziąć udział w zabawie w zbieraniu nektaru. Imprezie towarzyszyły zabawy ruchowe, zadania rekreacyjne i tańce przy muzyce. Każdy z uczestników otrzymał pamiątkowy dyplom przyjaciela pszczół oraz małe miódki.

REMIGIUSZ PRZEWOŹNY





Mali wielcy odkrywcy

Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ organizuje kolonie małych odkrywców nieprzerwanie od 2015 roku. Przyjeżdżają na nie dzieci z niepełnosprawnościami, które nie mają innych możliwości wyjazdu bez rodziców, bo takich kolonii po prostu w Polsce nie ma.

W dniach 8-13 sierpnia dwadzieścioro małych odkrywców wzięło udział w artystycznych koloniach, które odbyły się w Osadzie Janaszko w Wąsoszach koło Konina. Tutaj półtora miesiąca wcześniej uruchomiono nowoczesną część rehabilitacyjną.

Mali odkrywcy bawili się świetnie, odkrywali swoje talenty, zaprzyjaźniali się. Ważną postacią na koloniach był Lisek Ibisek, bohater edukacyjnych opowiadań (www.lisekibisek.pl). Scenki teatralne na podstawie przygód Liska Ibiska, wspólne tworzenie makiet jego miasta i lasu, dało wszystkim mnóstwo radości.

TERAPIA PRZEZ SZTUKĘ

Podczas zajęć arteterapii i plastykoterapii dzieci malowały, tworzyły i ozdabiały instrumenty muzyczne, eksperymentowały z masami. Był nawet kolorowy śnieg! Podczas zabaw muzycznych mali odkrywcy grali na własnych i egzotycznych instrumentach. Były solówki, wybijanie różnych rytmów, śpiewy i tańce. Podczas zajęć teatralnych robili krótkie scenki, rozmawiali o ulubionych bohaterach i tworzyli własne wersje znanych bajek.

Nie zabrakło bardziej rozrywkowych zajęć – randka w ciemno i dyskoteka sprawiły, że dzieci szybciej zasnęły.

RUCH TO ZDROWIE!

Pogoda dopisała i równolegle do zajęć artystycznych odbywały się zajęcia sportowe oparte na zdrowej rywalizacji i odkrywaniu, że każdy bez względu na niepełnosprawność może uprawiać sport. Bieganie, piłka nożna, zabawy ruchowe – każdy

znalazł coś dla siebie. Były też pamiątkowe medale za uczestnictwo w kolonijnej olimpiadzie sportowej!

Na małych odkrywców ogromne wrażenie zrobiła paralotnia, którą specjalnie do Wąsosz przywiózł zaprzyjaźniony paralotniarz. Elementy stroju, zabezpieczenia, ciekawe opowiadania o lotach na paralotni, wspólne zdjęcie i pytanie: kto chciałby usiąść w uprząży trajki (wózka) paralotni i pojechać w krótką przejażdżkę? Brawo dla odważnego Gabrysia!

DO ZOBACZENIA ZA ROK

Zajęcia muzyczne, ruchowe i teatralne zaowocowały barwną etiudą „Motyle”, którą mogli obejrzeć rodzice, dziadkowie i rodzeństwo podczas pożegnania. Potem było ognisko z kiełbaskami, malowanie kamieni oraz wspólne granie na różnych instrumentach, ostatnie rozmowy i pożegnania, a także zapewnienia – „Wróć tu za rok!”.

– Pięknie dziękujemy cudownym małym odkrywcom, którzy dali z siebie ogromnie dużo entuzjazmu, uśmiechu i wdzięczności, niezawodnej kadrze i fantastycznym wolontariuszom, dzięki którym dzieci bezpiecznie i miło spędziły czas – mówila podczas pożegnania Zuzanna Janaszek-Maciaszek, prezes Fundacji PODAJ DALEJ.

Udział w koloniach „Mali Odkrywcy” jest bezpłatny. Fundacja organizuje je dzięki pomocy firm i prywatnych darczyńców, którym pięknie i z całego serca dziękuję!

Od 15 sierpnia trwały też kolejne kolonie małych odkrywców, tym razem sportowe: koszykówka na wózkach, żaglówki, kajaki i inne aktywności. W Mikorzynie koło Konina 44 dzieci z niepełnosprawnością ruchową aktywnie spędzało czas, uczyło się samodzielności, nawiązywało nowe przyjaźnie! Codzienne relacje można oglądać na <https://www.facebook.com/FundacjaPodajDalej>. **NA**



FOT. (9X) ARCHIWUM FUNDACJI „PODAJ DALEJ”



Bazyliki, zabytki

Podczas tegorocznych wakacji miałem okazję zwiedzić kilka ciekawych miejsc. Pojechałem między innymi do parku miniatur w Olszowej. Miejscowość ta znajduje się koło Strzelca Opolskich. Moja wycieczka trwała zaledwie kilka godzin, ale była bardzo ciekawa. W parku widziałem 18 miniatur najładniejszych bazylik i katedr katolickich.

Wracając samochodem z powrotem z oddali zobaczyłem muzeum sakralne. Przewodnik opowiadał o obrazach i krzyżach świętych. Jest to jedyne muzeum sakralne prowadzone przez osobę świecką, bo zazwyczaj takie muzea prowadzi diecezje. Dowiedziałem

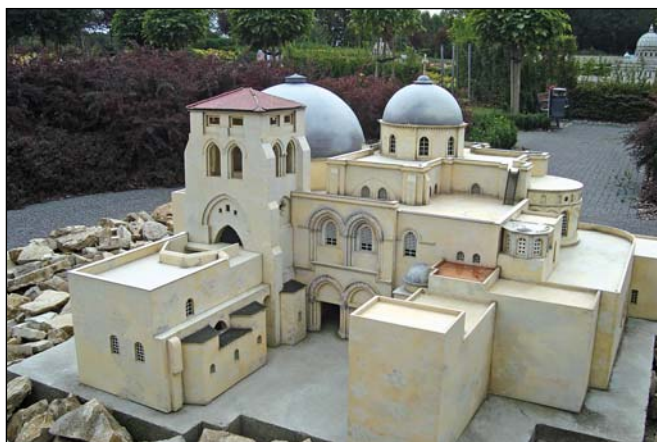
się różnych informacji na temat eksponatów. Przewodnik to prawdziwy pasjonat historii i muzealniki.

Odwiedziłem też Kamień Śląski (powiat krapkowiński, gmina Gogolin). To miejsce ma bogatą historię. W tej miejscowości urodził się święty Jacek z rodu Odrowąż. Znajduje się tam przepiękny park z zamkiem, który został odbudowany w 1994 roku po zniszczeniach na skutek wojny. Spokój i cisza pomaga zregenerować siły i odpocząć. Obok parku i zamku mieści się zespół rehabilitacyjno-wypoczynkowy. W parku i ośrodku nie ma żadnych barier architektonicznych.

KRYSTIAN CHOLEWA



Autor tekstu na tle budynku zespołu rehabilitacyjno-wypoczynkowego w Kamieniu Śląskim.



W parku miniatur w Olszowej.

Mam na imię Asia. Mieszkam w Poznaniu. Chciałabym opowiedzieć o swoich planach i marzeniach. Od zawsze chciałam być zdrowa i pragnęłam samodzielnie chodzić.

Jestem osobą wesołą i miłą, lubię ludzi. Mam wielu sąsiadów i różnych znajomych. A przede wszystkim mam wspólnych kolegów w Środowskim Domu Samopomocy „ISKRA” i przesympatycznych terapeutów.

Jak byłam mała, chciałam nauczyć się, jak pomagać innym i jak rozmawiać z drugą osobą. Mama mówiła, że tym zajmuje się psycholog. Tak po-

zostało mi do dzisiaj. Lubię nawiązywać różne kontakty. Nie mam z tym większych trudności. Na początku trochę się wstydziłam, ale potem mi przeszło.

W przyszłości chciałabym nauczyć się robić zdjęcia na tablecie. Mam nadzieję, że pan Marcin Kaczyński mi w tym pomoże. Ostatnio zaczęłam robić zdjęcia telefonem i wrzucam je na swojego Facebooka. Jestem w tym coraz lepsza. Każdej osobie życzę wytrwałości, cierpliwości i dużo pokory w sobie. Bo wtedy marzenia i plany się spełniają.

JOANNA SMELKA



Lubię ludzi



Niesłyszący są wśród nas

Osoby z niepełnosprawnością słuchu, prócz wielu ograniczeń wynikających z tej niepełnosprawności, zmagają się również z długotrwałym bezrobociem, bo w Polsce blisko 80 procent osób głuchych i słabosłyszących nie ma stałej pracy. Barierą przed ich zatrudnianiem są problemy w komunikacji wynikające z nieznanomości przez pracodawców języka migowego, a także lęk i niewiedza, jak im pomagać na co dzień.

Dla osób niesłyszących i słabosłyszących problemem jest samodzielne zrobienie zakupów w sklepach bez samoobsługi, gdyż niewielu sprzedawców zna język migowy. Kolejny problem to oglądanie telewizji bez tłumacza oraz dostępność szkół. Dzieci z niepełnosprawnością słuchu najczęściej kształcą się w ośrodkach szkolno-wychowawczych znacznie oddalonych od miejsca ich zamieszkania, mieszkają w internatach, bo tylko nieliczne szkoły ogólnodostępne są w stanie zapewnić naukę z wykorzystaniem niezbędnych im metod, technik i narzędzi dydaktycznych.

Ludzie z ubytkami słuchu nie są grupą mniejszościową. Dane wskazują, że każdego roku wzrasta liczba osób dotkniętych niedosłuchem bądź całkowitą głuchotą. Coraz wię-

cej osób cierpi również na tak zwane szumy uszne w istotny sposób utrudniające funkcjonowanie w codziennym życiu. Niesłyszący i słabosłyszący, podobnie jak inni niepełnosprawni, osiągają sukcesy w sporcie. Są to, rzecz jasna, sukcesy okupione ciężką pracą i wysiłkiem. Osoby z niepełnosprawnością słuchu mają możliwość uzyskania prawa jazdy, choć uzależnione jest to od stopnia uszkodzenia słuchu i indywidualnych możliwości psychofizycznych.

Dla osób niesłyszących oczy i dłonie są podstawowym, a jednocześnie najważniejszym, środkiem komunikacji. Jeśli na ulicy spotkamy kogoś, kto będzie odwrócony do nas plecami i nie usłyszy naszego głosu, najprawdopodobniej będzie to osoba niesłyszająca. Warto wiedzieć, że ograniczona znajomość języka polskiego w wielu przypadkach uniemożliwia osobom niesłyszającym pełne uczestnictwo w życiu społecznym. Sporym problemem może okazać się też brak tłumacza w placówkach opieki zdrowotnej oraz w instytucjach publicznych i placówkach kultury. Bez pomocy tłumacza języka migowego osoba niesłyszająca niczego samodzielnie nie załatwi.

KRYSTIAN CHOLEWA



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Pomagać dzieciom niepełnosprawnym

Czemu Pani płacze? Zapytał ktoś serdecznym tonem, a gdy moja mama podniosła głowę, zobaczyła pochyloną nad sobą postać mężczyzny w lekarskim kitlu i jego twarz przyozdobioną okularami. Był 1978 rok, miałam wtedy 3 latka i czekałam na mamę leżąc w łóżku na oddziale dziecięcym w szpitalu w naszym rodzinnym Koninie.

A mama właśnie dowiedziała się, że kość udową mojej lewej nogi zaatakował złośliwy nowotwór i aby powstrzymać chorobę, to nogę trzeba amputować. Lekarzem, który zainteresował się, dlaczego mama siedzi sama na szpitalnym korytarzu i zalewa się łzami, był doktor Piotr Janaszek, specjalista ortopedii i rehabilitacji.

– Niech Pani napisze do Poznania, do profesora Wiktor Degi, to wybitny ortopeda. Niech pani poprosi go o pomoc. A odpowiednie słowa podyktuje pani serce – podpowiedział mamie doktor Janaszek i przekazał jej adres kliniki w Poznaniu, gdzie pracował profesor Dega. Mama list dyktowany miłością i strachem napisała i wysłała, a profesor odpowiedział w ciągu tygodnia, zapraszając nas na konsultację.

– Żadnej amputacji nie będzie. Usuniemy raka z kości. Uratujemy tę nóżkę. Ale uprzedzam: łatwo nie będzie – powie-

dział profesor, gdy już obejrzał mnie i wszystkie wyniki moich badań.

Łatwo rzeczywiście nie było. Po długiej operacji byłam jeszcze poddawana chemioterapii i radioterapii. Zaczęła się też intensywna, ciężka rehabilitacja, abym mogła rozwijać się ruchowo tak jak moi rówieśnicy. Trwało to kilka lat, także podczas stanu wojennego. Gdy mama chciała odwiedzić mnie w szpitalu, musiała starać się o specjalną przepustkę, która dawała jej prawo do opuszczenia Konina i wjazdu do Poznania. Byłam więc w szpitalu głównie sama. Nie tylko ze względu na trudności w podróżowaniu. W domu rodzice musieli zająć się także swoją pracą i opieką nad trójką mojego rodzeństwa.

– W Koninie jest mój uczeń. Niech się pani go trzyma – tak zalecił mamie prof. Dega, gdy wypisywał mnie po leczeniu do domu. W ten sposób trafiłam pod stałą opiekę doktora Janaszka nazywanego po prostu doktorem Piotrem. A oddział rehabilitacyjny doktora Piotra w ogóle nie przypominał szpitala. U doktora Piotra nie chodziliśmy przez cały dzień w piżamach, ale w dresach. U doktora Piotra czas między ciężkimi ćwiczeniami wypełnialiśmy zabawami i zajęciami w różnych kołach zainteresowań. U doktora Piotra nie panowała cisza, tylko dziecięcy gwar przeplatany koncertami na afrykańskich bębnach w wykonaniu samego doktora.

Najważniejsze w całym roku były wakacje. Bo w wakacje doktor Piotr organizował w Mielnicy obozy harcerskie wspólne dla dzieci niepełnosprawnych i zdrowych. Z tych pierwszych, na których byłam jako siedmioletka, mam jedynie drobne błyski wspomnień. Pamiętam za to doskonale te, na które wyjeżdżałam już jako dziesięcioletka – jedenastoletnia harcerka. Do dziś słyszę melodię „Pobudka wstać – koniom wody dać!”, którą o siódmej rano wygrywał na trąbce doktor Piotr, aby obudzić cały obóz. I

wstawać wtedy musiał każdy bez względu na kondycję i niepełnosprawność. Zasada była prosta: jesteś sprawniejszy, to pomóż temu, który jest mniej sprawny. Do dziś chowam w pamięci mielnickie obozy z ich ogniskami, na których Doktor Piotr grywał na gitarze, wycieczkami kajakowymi, pluskaniem w jeziorze i pierwszymi zauroczeniami. Mielnickie wakacje nauczyły mnie też empatii, zrozumienia, bezinteresowności w niesieniu pomocy innym. I to zostało we mnie do dziś.

Moje życie poza rehabilitacją toczyło się zwykłą ścieżką. Rak się wycofał i jak dotąd mnie nie zaatakował. Dzięki rehabilitacji poruszałam się samodzielnie. Ukończyłam szkołę podstawową, a potem zawodową o profilu handlowym. I pewnie uczyłabym się dalej, albo poszła do pracy, ale poznałam mojego męża, urodziłam w ciągu kilku lat dwóch synów i zostałam w domu. Zająłam się rodziną i czekałam spokojnie na ten czas, gdy znowu zajmę się sobą.

A gdy nadszedł ten czas, najpierw zostałam wolontariuszką. Kiedy moi chłopcy już podrosli, częściej ich nie było w domu, niż w nim byli. Uznałam wtedy, że mogę zaangażować się w coś nowego. To, że będę wolontariuszką w Fundacji im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ było dla mnie zupełnie naturalne. Pomagając w codziennej pracy Fundacji miałam poczucie, że oddaję choć część tego dobra, które otrzymałam od doktora Piotra. Z czasem okazało się, że tego dobra oddaję tak wiele i robię to tak dobrze (ukończyłam kurs asystenta osoby niepełnosprawnej), że wyróżniono mnie szacownym tytułem Wolontariusza Roku 2020 miasta Konin.

A potem wykonałam dwa kroki w przeszłość, aby zbudować swoją przyszłość.

Po pierwsze: zapisałam się do liceum uzupełniającego i ja, kobieta po czterdziestce, uczyłam się razem ze swoimi synami, aby przystąpić za jakiś

czas do matury. Po drugie: pojechałam na kolonie dla dzieci niepełnosprawnych, organizowane przez Fundację Doktora Piotra. Tym razem jako wolontariuszka – opiekunka małych odkrywców, bo tak nazywają się i kolonie, i ich uczestnicy. A pojechałam tam po to, aby sprawdzić w praktyce czy ja, była kolonistka, nadaję się na kolonijnego wychowawcę.

Bo ja, byle niepełnosprawne dziecko, taki mam plan na dalsze życie, aby pomagać innym dzieciom niepełnosprawnym. Czy mi to wychodzi? Pewnie tak, skoro moi synowie patrzą z zazdrością na radość, którą otaczam małych odkrywców i skarżę się, że dla nich jestem bardziej stanowcza. Zastanawiają się też, jak to będzie, gdy dostanę już prawo jazdy i będę codziennie jeździć do Osady Janaszkowo. Bo tym razem to mnie częściej nie będzie w domu, niż w nim będę. Ale przecież jest tylu małych odkrywców, którym trzeba pomóc stać się wielkimi. Pomóż mi w tym i zbuduj ze mną Osadę Janaszkowo.

MARIA STUCZYŃSKA
KONIN

Osada Janaszkowo to nowoczesny kompleks rehabilitacyjny – treningowo – wytchnieniowy, który będzie udzielał specjalistycznej, nieodpłatnej pomocy osobom z niepełnosprawnościami i ich bliskim z całej Polski. Osada powstaje w Wąsoszach pod Koninem nad brzegiem Jeziora Mikorzyńskiego. Jego realizatorem jest Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ z Konina, która kontynuując dzieło swojego patrona, od ponad 17 lat pomaga osobom z niepełnosprawnościami żyć niezależnie, samodzielnie i godnie.

Więcej o OSADZIE JANASZKOWO: <https://osadajanaszkowo.pl>

Więcej o działaniach Fundacji PODAJ DALEJ: <https://podajdalej.org.pl> oraz na Facebooku/FundacjaPodajDalej



Święto seniorów

1 października obchodzimy jest Międzynarodowy Dzień Osób Starszych. Jest to święto ustanowione 14 grudnia 1990 roku przez Organizację Narodów Zjednoczonych. Celem Międzynarodowego Dnia Osób Starszych jest uświadamienie społeczeństwu wagi problemów, z którymi żyją na co dzień seniorzy – to między innymi przemoc domowa, dyskryminacja ze względu na mniejsze możliwości lub osłabioną zdolność do samodzielnego podejmowania decyzji.

Problemów tych jest, rzecz jasna, znacznie więcej. Wielu ludzi starszych jest bezradnych i zagubionych w dzisiejszej rzeczywistości. Wykluczenie cyfrowe i społeczne dotyka wcale nie tak małą grupę tych osób. W roli wolontariuszy niosących wsparcie seniorom znakomicie sprawdzają się osoby z różnymi niepełnosprawnościami. Nie oczekując żadnej gratyfikacji materialnej ani nawet wdzięczności, poświęcają swój czas i wysiłek dla ich dobra.

Moi dziadkowie i inni starzy krewni nie żyją już długie lata. Często odwiedzałam ich na cmentarzu. Życie szybko przemija, więc jeśli może-

my cokolwiek pożytecznego zrobić dla innych, róbmy to od razu, nie odkładajmy na później. Niektóre osoby starsze potrzebują pomocy w zrobieniu zakupów, innym zaś wystarczy dotrzymanie towarzystwa i sympatyczna rozmowa, bo wtedy wiedzą, że nie są same, że ktoś o nich myśli i pamięta. Jeszcze inni, mimo sędziwego wieku, są w doskonałej formie i bez przeszkód radzą sobie ze wszystkim. Starszy wiek to też różne choroby – jak demencja, choroba Alzheimera, kłopoty z nadciśnieniem, układem krążenia i wiele innych dolegliwości. Warto być uważnym i systematycznie orientować się, czy ktoś z grona naszych starszych bliskich lub sąsiadów nie potrzebuje pomocy. Może nie ma odwagi nas o nią poprosić?

Wszystkim starszym czytelnikom miesięcznika „Filantrop Naszych Czasów” życzę nieustającej pogody ducha, radości, nadziei i wytrwałości w tym, co przynosi każdy dzień. Niech nie zabraknie w Waszym otoczeniu ludzi, którzy w potrzebie, z prawdziwą pasją i miłością, ochoczo wyciągną pomocną dłoń. Bądźcie zdrowi!

KRYSTIAN CHOLEWA

Dostępność jest ważna

Budownictwo jest istotnym obszarem gospodarki. Wiąże się z nim pojęcie dostępności architektonicznej, bowiem istnieje wymóg, aby nowoczesne budynki spełniały standardy dostępności dla osób z niepełnosprawnościami. Co to oznacza w praktyce? Przede wszystkim to, że w budynkach wielopiętrowych muszą znajdować się windy, a przed wejściem do nich podjazd dla wózków. Projekty nowych budynków użyteczności publicznej winny również uwzględniać potrzeby osób z niepełnosprawnością narządu wzroku.

W wielu większych miastach i mniejszych miejscowościach spotkać można budynki pamiętające lata pięćdziesiąte lub sześćdziesiąte ubiegłego wieku. W tamtych czasach o standardach dostępności nikt nie słyszał ani nie było wymogu ich wdrażania, co wiązało się z faktem, iż budynki te nie były w żaden sposób przystosowane. W środowisku osób z niepełnosprawnościami dobrze znane są sytuacje, kiedy pełnosprawni studenci albo współpracownicy pomagali niepełnosprawnym dostać się do wnętrza budynku wnosząc ich po schodach. Teraz też to się zdarza, ale na szczęście coraz rzadziej.

Wiele do życzenia pozostawia

wia kwestia dostępności na dworcach i peronach. Między peronem a wjeżdżającym na niego pociągiem znajduje się szczelina, czyli otwarta przestrzeń, w którą noga osoby z problemami w samodzielnym poruszaniu się może łatwo wpaść, co grozi upadkiem. W temacie projektowania bez barier, czyli tak zwanego projektowania uniwersalnego (dla wszystkich) warto radzić się środowisk osób z różnymi niepełnosprawnościami. Niektóre miasta prowadzą konsultacje społeczne dotyczące dostępności danych budynków bądź miejsc, w których udział może wziąć każdy, komu bliskie jest to zagadnienie.

Uważam, że dobrym pomysłem byłoby zwiększenie dostępności stacji benzynowych, tak aby zmotoryzowani niepełnosprawni mogli szybko i sprawnie z nich korzystać. W usprawnieniu obsługi pomocne mogłyby okazać się nowe technologie, dzięki którym osoba z niepełnosprawnością narządu ruchu mogłaby płacić za tankowanie auta na przykład za pośrednictwem terminala płatniczego usytuowanego przy dystrybutorze lub online zamiast wchodzić do środka stacji paliw i czekać na obsługę sprzedawcy.

KRYSTIAN CHOLEWA

W okresie wakacyjnym i jesienią odbywają się ciekawe wydarzenia kulturalno-rozrywkowe. Chciałbym zachęcić czytelników miesięcznika „Filantrop Naszych Czasów” do uczestnictwa w takich wydarzeniach, o ile są przystosowane dla osób z niepełnosprawnościami. Kiedy byłem młody, lubiłem brać udział w różnych koncertach, a także chodziłem na dyskoteki, najczęściej w towarzystwie znajomych.

Idąc po raz pierwszy na dyskotekę byłem ciekaw, czy spotkam tam osoby z niepełnosprawnością narządu ruchu, takie jak ja. Ucieszyłem się, gdy spotkałem kilka takich osób, również na wózkach i ze

Jesień z kulturą

znaczną niepełnosprawnością, które tańczyły w najlepsze. Moi pełnosprawni znajomi nigdy nie dali mi odczuć, że jestem gorzej. Jeśli zaszła taka potrzeba, pomagali mi pokonywać bariery architektoniczne.

Pewnego razu na dyskotekę przechodzący obok mnie młody chłopak powiedział do swojego towarzysza wskazując na mnie: „Patrz, jaki on słaby”. Myślałem, że się upiłem i źle się czuję, tymczasem moje problemy z poruszaniem się wynikały z niepeł-

nosprawności. Nie wypilem ani kropli. Minąłem ich nie robiąc z tego żadnego problemu, bo nie zorientowali się, że jestem osobą z niepełnosprawnością.

Lubię też koncerty znanych wykonawców. Ostatnio, z powodu pandemii i wprowadzonych obostrzeń nie miałem zbyt wielu okazji do oglądania występów na żywo, ale na pewno to nadrobię w przyszłości. Udział w wydarzeniach kulturalno-rozrywkowych daje mi możliwość integracji z ludźmi i społecznej

rehabilitacji, której przecież nie sposób realizować, gdy siedzisz w domu. Na różnych koncertach poznałem ciekawe osoby, z którymi mam kontakt do dziś. Na przełomie sierpnia i września w wielu miejscowościach odbywają się tradycyjne dożynki, które także są okazją do spotkań i rozmów z ludźmi. Niech ograniczenia wynikające z niepełnosprawności nie zniechęcają Was do aktywnego uczestnictwa w życiu kulturalnym.

KRYSTIAN CHOLEWA

Codziennie pod górę⁽²⁵⁾

Jak zwykle siedzę przed własnym komputerem i zastanawiam się, którą drogą iść z Wami pod tę moją górę. Z głębi wychodzi smutek. Czai się, aby znieścacka złożyć się na powierzchnię. Chciałabym szybko upchnąć go w kącie i pisać o czymś wesołym, ale to byłaby droga „w dół”: tłumionych uczuć i zakłamywania rzeczywistości. Od kiedy pogodziłam się, że gdzieś tam jest ten mój smutek i pewnie zawsze będzie, chwile beztróskiego szczęścia przychodzą rzadziej.

Zachowuję się jak zwykle. Wykonuję codzienne czynności. Dziś byłam na imieninach u znajomej, jadłam ciastka, nawet się śmiałam, a gdzieś w środku był pusty balonik wypełniony smutkiem, a może tłumioną rozpaczą. Było w nim poczucie osamotnienia i bezsensu życia. Czasem mój balonik jest wypełniony złością i beznadziejnością. Chodzę wtedy rozdrażniona uważając, by nie pełk. „Jak się czujesz, skarbie?” – pyta Marek. Odpowiadam, że czuję się dobrze. Wiem, że coraz lepiej radzę sobie z emocjami, ale czasem mówię: „Nie bardzo”. Marek mnie przytula i pyta, co może zrobić. Balonik ugina się pod uściskiem Marka, ale zaraz wraca na swoje miejsce. Może to od balonika tak schudłam, bo on przecież jest leciutki. Zaczynam się dyskretnie uśmiechać do tych moich metafor i czuję, jak pisząc powoli unoszę się do góry. Tak wyglądają moje huśtawki nastrójów.

Czasem zastanawiam się, czy Marek też odczuwa taki bezsens życia. Pewnie tak, ale boję się pytać. Dawniej myślałam, że życiu sens nadaje bycie z drugą, kochającą osobą, że to wystarczy. Niekiedy czuję, że to nie tak. Ciężki temat na taki piękny, słoneczny dzień. Może więc coś o rzeczach przyziemnych. Przytrafił mi się przekuty bąbel pod podeszwą stopy, zakażenie, oczyszczanie rany. Wczoraj już drugi raz. Podobnie jak niektórzy ludzie z problemami zdrowia psychicznego, doszukuję się „drugiego dna” w zwykłym urazie podpierając się tak zwaną totalną biologią, która wszystkie schorzenia i dolegliwości łączy z konfliktami psychicz-

mi. „Tracić grunt pod nogami, oparcie” – tak tłumaczy ona problemy ze stopami. Może coś w tym jest, bo wiele się we mnie zmienia, dużo rzeczy oraz relacji widzę inaczej i rzeczywiście, choć Marek, jak zawsze, bardzo mnie wspiera, czuję że sama muszę stać na nogi, a nie – wieszać się na nim. Chociaż jest dla mnie ważne, że jest obok. Byłam dawniej zafascynowana tą koncepcją. Teraz nie wiem, czy w nią wierzyć, czy nie wierzyć. Wciąż powoli buduję swoje naukowe podstawy. Na pewno skłania do ciekawych refleksji. Podobnie jest z chudnięciem. Interpretacja tego zjawiska według totalnej biologii brzmi: „nie chcę istnieć, chcę zniknąć”. Miewam czasem takie myśli.

Bezpiecznie czuję się w filozofowaniu, analizie koncepcji, a boję się prawdziwych uczuć. Może teraz trochę mniej? Mam sąsiadkę, której nie lubię. Nie muszę przecież lubić wszystkich. Przez długi czas udawałyśmy wzajemną sympatię, a ja ciągle słyszałam od niej złośliwe żarciki. Ostatnio zobaczyła moje długie paznokcie i mówi: „No, teraz to już chyba nic w domu nie robisz?”. Zawsze w rozmowach starała się pokazać jaką jest wspaniałą gospodynią, a ja nie. „Nie, nie robię” – odpowiadałam poważnie. Służąc mam.”

Zrobiłam wczoraj przerwę w pisaniu, bo okazało się, że Marek złapał poważną infekcję. Przy jego problemach z płucami każda bakteria i wirus to ponad 38 stopni gorączki, duszności oraz brak sił. Tak samo jest i tym razem. Nie chcę nawet myśleć, czy to ten wirus, czy inny. Też nie mam sił już się bać i klócić, gdy w takim stanie jedzie do pracy. Nie myślę, że może kogoś zarażić. Staram się go zrozumieć, ale trudno mi. Jego matka zawsze mu powtarzała, że człowiek chory, nie chory – musi pracować. Kiedyś przyznał się, że w dzieciństwie nigdy nie miał prawa do odpoczynku, a nawet choroby. To straszne, że taki schemat wlecz się i powtarza nawet w zupełnie innej sytuacji. „Muszę iść do pracy” – mówi. Nawet nie próbowałam go przekonywać. I tak nic nie działa. Ale właśnie dzwo-

nił, że nie daje rady i wraca. Wiem, że każdy żyje w swojej „bajce”, w dziwnych zachowaniach powiązanych z ranami z dzieciństwa. To tłumaczenie trochę pomaga, ale nie bardzo. Z każdą infekcją, a trwa to od lat, drzę o jego zdrowie i życie. Dziś bardzo źle się czuję. Za dużo stresu. Chętnie ukryłabym to przed Markiem. Nie chcę w nim wzbudzać poczucia winy, że to z powodu jego zachowania. A może powinienam, jeśli sam nie widzi, że krzywdzi siebie, innych i mnie.

Dostrzegłam jednak u siebie instynkt macierzyński (w jednym z odcinków pisałam, że go nie zauważam). Spacerując z moimi psami nawiązuję bliższe znajomości z dziewczynkami, które z racji wieku mogłyby być moimi córkami. Sprawia mi to przyjemność, gdy zwierają się z ważnych dla nich przeżyć. Ostatnio często chodzimy na spacer z Nikolą. Młoda, ładna, wesoła, trochę przewrażliwiona. Doszukuję się w niej podobieństwa do samej siebie sprzed kilkunastu lat. Dzięki temu lepiej ją rozumiem. Nie przypuszczam, żeby specjalnie korzystała z moich opinii na różne tematy, ale nie raz zastanawiałam się, już po spotkaniu, czy dobrze powiedziałam, to czy tamto. Wiem, że powinienam się starać raczej o dobre kontakty z rodziną, ale to jest dla mnie dużo trudniejsze. Z ciocią, z którą odnowiłam kontakty, gdy przestałam pić, idzie dość

gładko. Rozmawiamy przez telefon, czasem do niej wpadam. Zapraszała mnie tyle razy z Markiem, a ja zawsze się wykręcam. Boję się jej oceny? Pewnie tak, choć Marek zazwyczaj chyba robi dobre wrażenie. To we mnie jest jakiś problem lub lęk. Łatwo nie jest z kuzynem. W dzieciństwie byliśmy bardzo związani. Przeżywałam, gdy zerwał ze mną kontakt, bo nadużywała alkoholu. Jest jednak we mnie żal, że odezwał się dopiero po wielu latach. Zapraszał mnie kilka razy, nawet na święta, ale ja, choć początkowo starałam się tę więź odbudować, ostatnio się wycofałam i nie mogę ruszyć do przodu. Sama nie wiem, dlaczego. Może budzą się dawne, także przykre wspomnienia, trudne emocje, a przecież całe życie staram się od takich sytuacji uciekać. A one – jak to w życiu bywa – ciągle mnie odnajdują.

Byliśmy dziś z Markiem u pani doktor. Jakoś mnie to uspokoiło, ale ten smutek, żal i poczucie opuszczenia nadal mnie przygniatają. Zaraz skończę kolejną część mojego pisanego i posiedzę z Markiem. Pewnie będziemy siedzieć w ciszy, ale razem. Trochę poturbowani przez życie, trochę chorzy. Łatwiej ciągnąć razem nasze wózki z życiowym bagażem. Z czasem przestaje być ważne, co ciągniemy. Ważne, że we dwoje. I to, że już staram się nie siadać na jego bagażu. S.A.



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Pracowałem w komisji

Aktywność obywatelska i społeczna daje człowiekowi możliwość rozwoju, zdobywania nowych doświadczeń, poszerzania kontaktów z ludźmi, uczą samodzielną decyzji i niezależności. Z tej właśnie przyczyny zdecydowałem się na udział w pracach komisji referendalnej w mojej gminie. Do pracy w komisji musiałem przyjść wcześniej rano, na 5.30.

Nim rozpocząłem pracę, musiałem złożyć odpowiedni wniosek, zaczekać na jego rozpatrzenie, a następnie przejść obowiązkowe szkolenie. Lokale wyborcze zazwyczaj są otwierane o 6.00 rano, ale przed ich otwarciem należy wszystko przygotować. Urna, do której wrzuca się karty do głosowania, musi być opieczętowana. Także każda karta do głosowania musi mieć pieczęć. Moim zadaniem jako członka komisji była obsługa petentów oraz wydawanie im kart do głosowania. Co jakiś czas trzeba podliczać głosy i przekazywać wynik przewodniczącemu komisji.

Praca taka trwa do późnych godzin wieczornych. W tym przypadku nie obowiązuje skrócony czas pracy przysłu-

gujący osobom z niepełnosprawnościami. Są za to przerwy. O 22.00 lokale wyborcze są zamykane. Wówczas następuje liczenie wszystkich głosów z podziałem na ważne i nieważne. Ważny głos jest wtedy, gdy na karcie do głosowania znajduje się tylko jeden znak „X”. Po zliczeniu wszystkich głosów następuje pakowanie dokumentów oraz ich opisywanie. Spakowane dokumenty dostarczane są do urzędu gminy. Dane dotyczące głosów wprowadzane są do systemu komputerowego. Jeśli nie ma żadnych nieprawidłowości, to są drukowane, a na wydrukach wszyscy członkowie komisji się podpisują.

Praca w komisji referendalnej była dla mnie ciekawym doświadczeniem. Najbardziej cenię sobie to, że mogłem dzięki niej nauczyć się czegoś nowego. Poznałem sympatycznych ludzi i przekonałem się w praktyce, jak wygląda praca w tym charakterze. Nie zniechęcił mnie fakt, że trzeba było spędzić w lokalu wyborczym kilkanaście godzin. Potraktowałem to jako wyzwanie sprzyjające poszerzaniu moich kompetencji zawodowych i społecznych.

KRYSTIAN CHOLEWA



A.M. Krystosik
Gromadzińska
SZCZECIN

Czwartek 12 sierpnia 2021 roku, godzina 21.37. Na wyświetlaczu telefonu pojawia się numer opisany „Warszawa, nefrologia, dyżur”. Odbieram drżącymi rękoma. Lekarz przedstawia się i pyta, czy domyślam się, w jakiej sprawie dzwoni.

Powód mógł być tylko jeden. Po krótkiej rozmowie, wciąż nie mogąc uwierzyć, że na co czekałszy tyle lat, dzieje się naprawdę, zaczynamy się pakować. Jest nerka dla Pawła!!! Jedziemy do Warszawy na przeszczep. Pokonanie prawie 600 km zajmuje nam 4 godziny. Na autostradzie panuje umiarkowany ruch. W szpitalu mamy być o 4.30, więc zdążamy jeszcze przepakować się do walizki szpitalnej, która zawsze w pogotowiu czeka w stolicy.

I jesteśmy na izbie przyjęć. Wstaje pomału dzień. Staram się nie myśleć, że to 13 piątek. Przecież nie wierzę w takie rzeczy. Przechodzimy dwa testy na Covid-19 i inne badania. Trafiamy na oddział. Niestety, tylko jeden opiekun może przebywać z dzieckiem na oddziale, więc zostaję sama z Pawłem.

Oczekiwanie na przeszczep przedłuża się. Paweł coraz bardziej głodny i spragniony. Na szczęście trochę posypia. Ja spać nie mogę. Od telefonu nie zmrzyłam oka. Mijają kolejne godziny. Wciąż nie ma miejsca na bloku operacyjnym. Finalnie zabieg zaczyna się około 22 w nocy.

Jest to dla nas godzina zero. Zaczynamy odliczać kolejne, minuty, godziny, dni...

Zaczyna się walka.

Zabieg skończył się zgodnie z planem około 4 nad ranem 14 sierpnia 2021 r. Gdy wiedziałam już, że jest „po”, próbowałam się dowiedzieć czegośkolwiek na temat stanu Pawelka i przebiegu operacji. Przez ponad godzinę krążyłam między blokiem operacyjnym, oddziałem intensywnej terapii i oddziałem transplantacji. Widziałam tylko, jak wieźli Pawelka na intensywną terapię. Ale nikt się do mnie nie odezwał.

Nikt nie chciał mi udzielić jakiegokolwiek informacji, poza tą, że zabieg zakończył się planowo i na stole nerka wypełniła się moczem. A i tak dowiedziałam się o tym przypadkowo, rozpo-

znawszy na jednym z korytarzy moich nocnych wędrowek, chirurga z którym rozmawialiśmy poprzedniego dnia. Momentem przełomowym, w którym straciłam jakąkolwiek nadzieję, że dowiem się czegośkolwiek, było wygaszenie światła na bloku. Wyszedł jakiś pan i powiedział, że skończyli i mam już nie dzwonić domofonem, bo się i tak niczego nie dowiem. Zatrzasnęły się drzwi i zrobiło się ciemno. Poczułam się cudownie zignorowana. Właśnie takie słowa przyszły mi wtedy do głowy „cudownie zignorowana”.

Posłałam jeszcze trochę pod blokiem pooperacyjnym. Tutaj domofonu i tak nikt nie odbierał. Powlekłam się na oddział. Lekarz dyżurny też jeszcze nie miał informacji. Ode mnie dowiedział się, że Paweł już na pooperacyjnym. Nie zmrzyłam oka.

Rano zesłałam na intensywną terapię i dowiedziałam się tylko, że Paweł został rozintubowany i że oddycha samodzielnie. Koło 12 pozwolono mi do niego wejść. Leżał ślabiutki, ale lekko się usmiechnął, gdy weszłam. Posłałam chwilę obok, pogłaskałam go po rączce. I przyszła pielęgniarka, by na mnie nakrzyknąć, że przecież pacjent jest na lekach immunosupresyjnych i że mogę go czymś zarazić. Szybciutko się pożegnałam. Powiedziała, że mogę jeszcze przyjść popołudniu.

Na oddziale biłam się myślami. Bałam się, że Pawła czymś zarażę, chociaż poza salę na oddziale przecież nie wychodziłam. Wiedziałam z drugiej strony, że czeka, chociaż na krótkie odwiedzin. Posłałam więc przed końcem godzin odwiedzin. Tym razem byłam może 3 minutki i zaczęłam się żegnać z Pawłem, a pielęgniarka zaczęła się dziwić, że tak krótko, że bez przesady...

Uspokoiliłam się nieco i próbowałam przyłożyć głowę do poduszki. Trzecia noc poza domem. Bardzo dziwne uczucie – być na oddziale dziecięcym, spać w sali szpitalnej bez dziecka. Spać z inną mamą, która też czekała na syna – bliźniaka od nerki.

Paweł został na oddziale intensywnej terapii jeszcze trochę, bo nie wszystko układało się tak, jak powinno. Nowa nerka rozpoczęła pracę, ale tak na „pół gwizdka”, albo nawet na „ćwierć gwizdka”.

Gdy Paweł wrócił na oddział, poprosiła mnie na korytarz doktor i powiedziała, że trzeba za-



Autor artykułu przy urnie z kartami do głosowania.

Jest nerka dla Pawła!



łożyć cewnik do hemodializ „na cito”. Nogi się pode mną ugięły. Stały mi przed oczami obrazy sprzed 9 lat, gdy po pierwszym przeszczepie też trzeba było zacząć dializy.

Nie tego oczekiwaliśmy, nie tego się spodziewaliśmy. Nie tego!!! Miało być tak pięknie.

Paweł nie zdążył jeszcze dojść do siebie, gdy musiał znowu jechać na blok operacyjny. Zaczął reagować jak poprzednio, zamykając się w swojej skorupce. Za wszelką cenę próbowałam się do niej przebić. Gdy wrócił z bloku, po rtg kontrolnym, wrócił na oddział, by czekać na swoją kolej. Na stacji dializ nie było wolnego stanowiska. Czuli się coraz gorzej. Mocznik narastał. Był już wieczór i gdy Paweł miał w końcu jechać na hemodializę, w stacji dializ wystąpiła awaria. Pomyślałam, że to nie może się dziać. Że to jest tak niesprawiedliwe, że już nie wiem co...

W końcu pojechał do stacji dializ. Przez pierwsze dwie godziny nic specjalnego się nie działo. Potem zaczęło mu się robić zimno, zaczęła go boleć głowa. Ból nie do zniesienia pojawił się nagle. Paweł krzyczał i zaczął tracić wzrok. Był przerażony. Ja chyba jeszcze bardziej, ale starałam się zachować zimną krew i go pocieszać. W asyście lekarza przerwano zabieg. Paweł dostał leki. Pomogły tylko na chwilę. Wróciliśmy na oddział. Paweł

wykończony i wciąż przestraszony, zaczął jeszcze wymiotować. Był neurolog. Paweł wciąż na lekach, zaczął do nas wracać, ale obrazy które widział nie przestawały być rozmyte. Trwało to wszystko kilka godzin. Do końca nocy nie zmrzyłam już oka. Był to zespół niewyrównania podczas dializy. Zdarza się... ale dlaczego Pawłowi? Rano była jeszcze konsultacja okulistyczna i ostre widzenie zaczęło wracać. Odetchnęliśmy.

Ale tylko na chwilę, bo znów konieczna była hemodializa. Lekarze zdecydowali, że tym razem będzie to plazmafereza, zabieg łagodniejszy. I rzeczywiście było łagodnie i bezpiecznie, ale umiarkowanie efektywnie.

Przez kolejne dni były więc konieczne kolejne hemodializy. I tak na razie żyjemy. Wyniki porannych badań decydują o przebiegu dnia, wyniki pobrań wieczornych pokazują, jaki jest trend w efektywności pracy nerki. Ciągła huśtawka nastrojów towarzyszy nam więc przez większość doby. Radość, smutek, strach, każdego dnia tworzą koktajl, którym się karmimy.

Oprócz niego czasami coś zjem, a czasami nie mam na to czasu. Kiedyś mi się zdarzyło, że nawet kupiłam sobie obiad, ale czekał w łodówce do następnego dnia. Gdy w końcu go podgrzałam i zjadłam, to korzystając z Pawła dobrego samopoczucia,

więc chwili spokoju, zaraz po obiedzie zjadłam też kolację, a potem podwieczorek i pomimo wieczornej pory zakończyłam dzień ciasteczkami i kawą. Tak profilaktycznie, bo kiedy znów się nadarzy taka okazja – nie wiadomo.

Opatentowałam też super kanapkę, którą się szybko robi i szybko zjada. Idealna na szpitalny rozkład dnia. Przepis jest banalny: cztery kromki chleba, w środku cztery plasterki szynki. Szybkiego smacznego!

Co przyniesie przyszłość? Tego jeszcze nie wiemy. Kiedy nowa nerka podejmie się wszystkich dla niej przeznaczonych zadań? Kiedy nie będą już konieczne dializy? Innych pytań nie stawiamy. Na razie mała stabilizacja pozwala nam zebrać siły na dalszą walkę. Wojownik Paweł co dzień podejmuje kolejne wyzwania. Przewrócić się na bok, usiąść, wstać, przejść kilka kroków... to sukcesy ostatnich dni. Każdy cieszy.

Wokół mamy i ojcowie pochyleni nad swoimi dziećmi. Salę współdzielimy z niezwykle kobietą i jej czteroletnim synkiem. By ratować swoje dziecko rodzice zabrali je ze szpitala w Mińsku, wsiedli do samolotu i z plikiem gotówki w kieszeni, darowanym od rodziny i znajomych, przylecieli do Warszawy i stawili się na izbie przyjęć Centrum Zdrowia Dziecka. Zostawili wszystko co mieli, oboje wykształceni mieli dobrą pracę i pozycję w społeczeństwie i postanowili zacząć od nowa – dla swojego syna. Od ponad dwóch lat mieszkają w hotelu przyszpitalnym. Dzięki Karcie Polaka jedno z nich znalazło pracę i zyskało ubezpieczenie. Synek rozkwitł, a teraz jeszcze dostał nerkę z nieba. Pięknie, a wręcz spektakularnie wszystko się u niego dzieje. Wyniki od razu miał wspaniałe. Jest już pełen energii i wybucha coraz częściej perlistym śmiechem. Nie zawsze się rozumiemy, bo mówi tylko po ukraińsku, ale fajny z niego „braciszek od nerki”.

Za ścianą „przeszczep rodzinny” i kawaler ledwo mieszczący się na łóżku. Jakies 170 centymetrów. Opiekuje się nim tato, mama dała nerkę. Mają też pod górkę, jeżdżymy więc razem na dializy. I pogadamy sobie czasem, bo odwiedzin w szpitalu nie ma, z czasami trzeba porozmawiać z kimś na żywo. Chłopaki się dogadują.

Ciekawe, że tym razem jest siedmioro dzieci po przeszczepie i są to same chłopaki. Dzielne chłopaki. Wierzmy, że wszyscy wygramy nasze bitwy o nowe nerki. Idziemy ku zwycięstwu!



FOT. (2X) ARCHIWUM RODZINNE



Meoatl - Orzacha

21. 09 - 25 10

Orzachy począwszy od miesiąca Meoatl będą otrzymywać wszystkiego w nadmiarze. Mogą więc cieszyć się i korzystać z darów, którymi będą obsypywane. Ale. Jest pewne „ale”. Nic nie ma za darmo. Temu szczęściu trzeba pomóc. I choć nie tyle co inne znaki, to jednak Orzachy będą musiały wyteńczyć intelekt. Jako osoby skrupulatne każdy problem „rozgryzą” drobiazgowo. Skrupulatność i siła charakteru właściwe Orzachom staną się podstawą ich działania, które szybko zaowocują deszczem nagród. Będą to nie tylko dobra materialne lecz także duchowe. Swymi osiągnięciami będą dzielić się tymi, którym los poskąpił szczęścia. Szczególnymi osiągnięciami Orzach będą pomysły techniczne. To one, w postaci urządzeń i ulepszeń dotychczasowych rozwiązań, stanowić będą największy wkład w poprawę jakości swego życia oraz innych, szczególnie osób niepełnosprawnych. To Orzachom sprawić będzie największą radość i satysfakcję.

W tym roku może pojawić się wiele stresujących sytuacji. Za wszelką cenę powinny Orzachy unikać kompromisów. Nie może to jednak zaślepić, lub wpływać na ich zdrowy rozsądek. Nie pozwolą też Orzachy, by miało to rujnujący wpływ na ich przyjaźnie, które sobie bardzo cenią. Właśnie te przyjaźnie sprawią, że Orzachy będą czuć się w pełni bezpiecznie.

Ten rok będzie dla Orzach czasem nie najgorszego zdrowia. Nie wolno im tylko zapominać o zaleceniach lekarzy i rehabilitantów.

Przesłanie dla każdej Orzachy - Postaraj się znaleźć czas na odpoczynek i regenerację sił. Bez tego nie zrobisz kolejnego kroku. Zadbaj o siebie. Będziesz mierzyć się z nie załatwionymi dotąd sprawami rodzinnymi.

Przestroga – Nie musisz się niczym teraz martwić, uda Ci się pokonać każdą przeciwność. Nie daj się wpędzić w żadne niepewne interesy.

Rada dla Orzachy – Będziecie miały okazję do słodkiego lenistwa w otoczeniu sprawdzonych przyjaciół. Pamiętaj jednak o zobowiązaniach. Możesz żyć pełnią życia, ciesząc się każdą jego chwilą i będąc za nią wdzięczny.

AUTOR ZBIGNIEW NOWAK

Miłość do ludzi i kwiatów

Pani Jadwiga, którą poznałem na turnusie rehabilitacyjnym, jest osobą niezwykle sympatyczną i życzliwą, chociaż bardzo doświadczoną przez los. Całe życie ciężko pracowała – wspólnie z mężem prowadziła gospodarstwo rolne. Wychowali sześcioro dzieci. Dwoje z nich umarło. Później choroba zaatakowa-

ła męża pani Jadwigi. Mimo cierpienia nigdy się nie załamala.

Póki była w pełni sił fizycznych, regularnie uczestniczyła w mszach świętych i odwiedzała bliskich na cmentarzu. Niestety, w ubiegłym roku przewróciła się w swoim mieszkaniu, złamała miednicę i trafiła do szpitala. Przez kilka miesięcy przebywała

na oddziale ortopedycznym, gdzie była poddawana intensywnej rehabilitacji. Szpital opuściła dopiero na początku lutego tego roku. Po powrocie ze szpitala wyjechała do Holandii do swoich dzieci i na dalszą rehabilitację.

Pasją pani Jadwigi jest ogrodnictwo. Niegdyś całe dnie spędzała w ogrodzie pełnym kwiatów. Lubi czytać

książki, zwłaszcza biografie i autobiografie. Jest bardzo zmotywowana i zdyscyplinowana do ćwiczeń. Osoba pani Jadwigi pokazała mi, że nie można rezygnować, gdy pragnie się osiągnąć wymarzony cel. Z okazji nadchodzących imienin życzę solenizantce dużo zdrowia, uśmiechu i energii na każdy dzień.

KRYSTIAN CHOLEWA



Zbigniew M.
Nowak
KOŁOBRZEG

Szczygieł(38)

Teraz martwił się, co począć z „Kadaszem”, który nadal nie wywiązywał się z umowy. Mateusz wszedł na stronę swojego banku. W puste pola wpisał hasło oraz numer identyfikacyjny i zatwierdził enterem. Na monitorze pojawiła się strona z kontem firmy. Nic się nie zmieniło, dalej nie było przelewu od dłużnika. Sięgnął po teczkę z rozliczeniami, jakby tam spodziewał się czegoś innego lub szukał pocieszenia.

Niestety, liczby były nieubłagane. Płynność finansowa należała do przeszłości, a strata rosła. Nietrudno było przewidzieć, co będzie dalej. To mógł być początek końca. Mateusz wystraszył się coraz bardziej realnej wizji bankructwa. W żadnym razie nie mógł do niego dopuścić. Tylko jak miał ratować firmę? Ewentualny proces z „Kadaszem” trwałby bez końca i wykończyłby go finansowo na długie lata. Cóż więc miał począć? Co robić? Było rozwiązanie, którego cały czas chciał uniknąć, bo miał nadzieję, że jeszcze pojawi się inny sposób. Dziś już widział, że nie ma wyjścia. W tej sytuacji jedynym wybawieniem dla firmy było zasilenie jej środkami z kont osobistych. To właśnie musiał teraz zrobić. Tak trzeba było. Pomyślał o żonie. Jak przyjmie to Helena, co powie? Zapewne zgodzi się na zaciśnięcie pasa, pogodzi z tą stratą, lecz całą sytuacją zamartwił się na śmierć. Bardzo chciał jej oszczędzić złych wiadomości, zwłaszcza teraz, kiedy była tak osłabiona psychicznie. Oczywiście było, że ich zubożenie najbardziej godziło w konieczną rehabilitację Huberta. Nie będzie ich stać na opłacanie ćwiczeń. Jak długo uda mu się tę sytuację utrzymać w tajemnicy? Wiedział, że ukrywanie jest wobec Heleny bardzo nie w porządku. Nie zasługiwała na to. Jednak na ten wielki stres, który w innym razie ją czekał, również sobie nie zasłużyła.

Wszedł na strony czterech różnych banków. Kolejno logował się do kont, na któ-

rych były wspólne prywatne oszczędności. Gromadzili je razem i mieli umowę, że wydawać je również będą razem. Oszacował pobieżnie, że kiedy pobierze tyle, żeby załatać dziury w firmie, to pozostanie im mniej niż dwadzieścia procent tego, co mają teraz. Czy dadzą sobie radę? Wprawdzie zawsze można było sprzedać Friedricha, obraz Heleny był wiele wart, ale o tej ostrożności wołał nie myśleć. Przecież zapewniał ją, że go nie ruszą. Innego sposobu nie było.

Zaczął robić przelewy. Każdorazowe kliknięcie enterem dźwigało tonącą firmę. Wylogował się i odsunął od siebie klawiaturę. Opał ciężko na oparcie fotela, zmęczony, jak po największym wysiłku, ale nie bez pewnej ulgi, a nawet satysfakcji. Zaczął składać papiery. Posegregowane wkładał do teczek i układał na brzegu biurka. Kiedy skończył, sięgnął za krzesło po stojącą tam aktówkę. Przełożył do niej wszystkie teczki, zamknął ją i przekreślił szyfrowy zamek. Może postąpił ryzykownie, to się niedługo okaże. Ale teraz był chyba zadowolony. Myśl, że zażegnał niebezpieczeństwo, całkowicie wyparła wcześniejsze zmartwienie. Odsunął się od biurka i obrócił fotel bokiem. Teraz miał przed sobą okno i po lewej stronie regał z segregatorami. Świecący pełnią wieczorny księżyc załazy atramentowe chmury. Daleko nad niewidocznym horyzontem zauważył przemierzające się światło z samolotu. Nie tylko on nie spał.

Położył ręce na bokach fotela. Wyścielająca je skóra była miła w dotyku. Wystukał palcami fragment arii torreadora z drugiego aktu Carmen. Tak... chyba postąpił słusznie... Z ochotą spojrzął na boczną szufladę biurka. Chwilę się wahał, lecz sięgnął w jej stronę. Na dnie leżały jego fajki i kilka pudełek z tytoniem. Wybrał ryflowaną brayerkę Chacoma, do której miał szczególne upodo-

banie. Amphora już dawno zesłała na psy, przerzucił się więc na Grouse-Moore'a. Otworzył pudełko z charakterystycznym rysunkiem dwóch seterów na wieczku, chwycił szczyptę, rozdrobnił ją trochę i wepchnął do fajki. Pierwszą warstwę ułożył luźno, następną ubił trochę, a ostatnią docisnął najmocniej. Miał czas i celebrował każdą czynność. Lubił to. Na tym właśnie polegało palenie fajki – na celebrze. Jeszcze raz włożył ją do ust i pociągnął lekko. Poczul niewielki opór. Tak było dobrze. Energicznym ruchem kciuka skrzesał ogień. Pierwsze obłoki dymu osnuły go aromatem kwitnących wrzosów. Pociągnął jeszcze kilka razy i stemplem niezbędnika docisnął tytoń, który pod wpływem ciepła rozprężył się i uniósł. Dym wił się z fantazją, brudnawy – najsmaczniejszy – aż przesłonił lampkę. Lekкими pociągnięciami, nieznacznie co jakiś czas wdmuchując powietrze, Mateusz utrzymywał żar w fajce. Z każdym oddechem ogarniał go większy spokój.

Od niechcenia pchnął otwartą szufladę i odchylił się do tyłu. Z tej perspektywy mógł podziwiać biurko. Ogromny mebel z trudem wnieśli do tego pokoju. Zrobiony z porządnej dębiny, bogato rzeźbiony, z mosiężnymi okuciami, był rodzinną pamiątką i miał swoją historię. Pradziad Mateusza, Józef – kupiec zbożowy, zamarzył kiedyś o własnym majątku ziemskim. Chciał zostać dziedzicem. To stało się jego życiowym planem i temu marzeniu podporządkowywał wszystkie swoje poczynania. Każda operacja, każdy obrócony szefel żyta lub pszenicy przybliżały go do upragnionego celu. Pracował wytrwale, latami gromadząc kapitał. I tak marka do marki, aż uzbierała się miarka. Papiery wartościowe wypełniły pękata szafę pancerną od dołu po samą górę. Niewiele już brakowało, by ów majątek kupić. Pradziad nawet upatrzył sobie jeden, gdzieś we wrzesińskim powiecie.

Osiągał to, co tak śmiało sobie zaplanował, i już niemal był w punkcie, do którego tak mozolnie zmierzał. Rozpierały go szczęście i dumna wizja rozległych łąk kołysanych letnimi podmuchami wiatru.

Jednak czas był niespokojny. Przyszła zawierucha wojenna, potem druga i wielki kryzys. Moc nabywacza pieniądza tragicznie spadła. Zgromadzony kapitał Józefa w krótkim czasie stał się niewiele wart. Właściwie, zważywszy na jego marzenie, był... niewart nic. Załamanym bankrut rozchorował się ciężko, myślał o samobójstwie. Jakby tego było mało, zaczął tracić wzrok. Zdał sobie nieszczęsny sprawę, że już nigdy nie ziszczą się jego sny. Był skończony. Nim oślepił zupełnie, za całą zgromadzoną fortunę obstałował u miejscowego stolarza dwa duże biurka. Po jednym dla każdej córki. Młodsza, Janka, była babką Mateusza.

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

Sprzed milionów lat

25 sierpnia 50-cioosobowa grupa uczestników Klubu Samopomocy w Kleszczewie oraz świetlic środowiskowych w Tulcach i Kleszczewie zwiedzała Zaurolandię czyli Park Dinozaurów w Rogowie. Przewodnik opowiadał o powstawaniu Ziemi oraz o zwierzętach, które stopniowo pojawiały się na naszej planecie.

Uczestnicy słuchali prehistorycznych opowieści, zadawali pytania, interesowali się ogromem prezentowanych stworzeń sprzed wielu milionów lat, które wykonano w naturalnej wielkości. Zaproszono nas też warsztaty geologiczne, gdzie poznawaliśmy pracę geologów.

Próbowaliśmy swoich umiejętności w odnajdywaniu skarbów w kostce gipsowo-kredowej; jeśli ktoś skarb znalazł, mógł go sobie zatrzymać na pamiątkę. Było przy tym wiele radości.

Atrakcją Zaurolandii były dmuchane zamki, z których korzystały młodsze dzieci. W parku linowym Junior popisywali się odważni uczestnicy ze świetlic środowiskowych. Wymagało to dużej zręczności i zachowania równowagi. Weszliśmy też do labiryntu, było tu wiele uciechy przy odnalezieniu wyjścia. Po wszystkich atrakcjach obiad wszystkim smakował.

I trzeba było już wyruszyć w drogę powrotną do domów.



Wyjazd zorganizował Ośrodek Pomocy Społecznej w Kleszczewie przy współpracy z Biurem Turystycznym „Dominika” w Środzie Wielkopolskiej, w ramach programu przeciwdziałania alkoholizmowi i narkomanii poprzez

organizację czasu wolnego w sposób atrakcyjny i bez użycia. Nasza wycieczka przyczyniła się do integracji dzieci, młodzieży, dorosłych i osób z niepełnosprawnościami.

HALINA JEGER
SPECJALISTKA PRACY SOCJALNEJ



Obcy wśród ludzi⁽⁴⁾

No, tutaj to co innego, powitano mnie bardzo serdecznie. Spotkałem wielu znajomych z poprzednich lat, którzy tak samo jak ja przyjechali tutaj na dalszą naukę i rehabilitację ruchową. Miałem duże braki w nauce. Przecież przez kilka lat nie chodziłem do szkoły. Od samego początku zajęła się mną pani doktor Starkiewicz i znów jak dawniej, oprócz normalnych lekcji, pomagała mi w nauce, a ja jak mogłem starałem się, by jej nie zawieść. Czasem byłem zmęczony tym wszystkim, bo nie tylko nauka mnie wyczerpywała, ale rehabilitacja ruchowa również. Ćwiczyłem dużo, po kilka godzin dziennie.

Potem przyszła kolej na jeszcze jedną operację. Lekarze postanowili wyprostować mi jedną stopę, która przeszkadzała mi w chodzeniu. Z braku miejsc na salę pooperacyjną, na której leżałem, przywieziono szesnastoletnią dziewczynę, która również była po operacji. Przyznaję: od razu mi się spodobała, ale dla mnie było to krepujące leżeć z tak młodą dziewczyną w jednym i tym samym pokoju. Miałem przecież dwiętnaście lat. Maryla (bo tak miała na imię ta dziewczyna), choć miała gips na nodze, mogła sobie wychodzić o kulach. Ja i jeszcze dwóch chłopaków musieliśmy leżeć w łózkach. Ja miałem gips biodrowy. Co prawda, tydzień to okres długi, ale przez ten czas dość mocno zdążyłem się zaprzyjaźnić z Marylą. Dla mnie było to coś więcej niż przyjaźń.

Gdy nas odesłano na swoje oddziały (ja leżałem na drugim, Maryla na trzecim), przez długi czas pisałem liściki do Maryli. Pośłańcem był Jurek Mierzwa. Maryla też nie była dłużna moim listom. Pamiętam, że raz ktoś przyniósł mi polne kwiaty od Maryli. Prawdopodobnie była na spacerze i tam zerwała te kwiaty. Pani doktor Starkiewicz również jej udzielała prywatnych lekcji. Maryla uczyła się łaciny, ponieważ chodziła do liceum.

Pani doktor w ogóle była wspaniałą kobietą, bardzo dużo czasu poświęcała takim ludziom jak ja. Szczególnie zajmowała się dziećmi niepełnosprawnymi i opuszczonymi przez rodziców. Ja nie wiem, czym sobie zasłużyłem, ale mną szczególnie się zajmowała, mimo że leżałem

w łóżku. Żaden dzień nie odbył się bez lekcji, co dnia przynosiła mi nowe wiadomości. Zawsze pilnie słuchałem tego, co chciała mi przekazać. Ta wiedza jest mi do dziś przydatna.

*Cała wiedzę
filozoficzną
konserwuję w słoju
owocowo-warzywnym.
Z notatek prasowych
wyrabiam masło,
smarując nim chleb
codzienny, a gdy kot
wypije mi mleko
i sam ostrzy pazury,
czasem pukam do drzwi
zaczarowanych.
Może wyjdzie z nich
tajemnica przykładu
i wybawi mnie.*

Pięć operacji, dwiętnaście cięć, pół roku w gipsie – i do przodu. Najważniejszy moment był wtedy, gdy usztyniono mi kolana. Już zacząłem chodzić, a raczej posuwać się przy barierce. Kiedyś ćwiczyłem jak zwykle, a obok mnie chłopak o kulach.

– Daj mi, spróbuj.

Dał kule, pierwszy krok bardzo trudny, a potem coraz lepiej, coraz mniej się bałem.

– Panie magistrze, niech mi pan da te kule – poprosiłem.

– Co ty Józek, wygłupiasz się?

– Niech mi pan da te kule.

Dał. Odtąd inny świat się mi się otworzył. Przypadek. Początkowo chodziłem trochę ze strachem, ale powoli, po długich spacerach, strach gdzieś zanikł. Stopy na wychudzonych nogach przybierają prawidłową postawę. Chodzę, ale raczej czołgam się na stojąco, ale to nieważne, ten krok daje mi wstęp do nieważności. Ale znowu lata upłyną, zanim zrealizuję swoje marzenia.

Pani doktor zaproponowała mi, żebym został w Busku, że się mną zaopiekuje, że da mi pieniądze, pomoże w nauce. Jest starszą kobietą, może czuła się za mnie odpowiedzialna jak za przybranego syna? Jak to, przyjąć pomoc od obcego człowieka, jak się ma własną rodzinę?! Nie, ja chcę do domu. Jestem zupełnie inny od tego, który tu przyjechał. I potrafię chodzić o kulach, a dla mnie jest to ważne, bo w domu tylko to się liczy. Nie, ja chcę do domu. Teraz jestem mocniejszy

niż wtedy, gdy tu przyjechałem. Matka nie będzie musiała nosić mnie do ubikacji. Nawet trochę urosłem. Pójść do lasu i zapomnę o tym sanatorium, szpitalach, lekarzach i operacjach.

Pamiętam, że pani doktor płakała, gdy przyjechała po mnie karetka, ja także płakałem, bo mimo wszystko żal było rozstać się z tą dobrą osobą, która dała mi nie tylko naukę, ale i wielką przyjaźń.

Karetka pogotowia odwiozła mnie do Kielc na lotnisko, a potem do Wrocławia leciałem już samolotem. Cieszyłem się, ponieważ jeszcze nigdy nie leciałem samolotem. Byłem zauroczony widokami, które widziałem z lotu ptaka. Lecąc samolotem myślałem, że może mnie nawet nie poznają, taki jestem zmieniony. Mama nie widziała mnie już trzy lata, co powie, gdy mnie zobaczy? Pełzałem, a teraz stoję, nogi w butach sznurowanych, ciało mocno oparte na kulach. Coraz sprawniej wyrzucałem stopy do przodu. Wejdę sam do domu. Jaką niespodziankę im sprawię wszystkim. Wyobrażałem sobie to wielkie wejście. Może matka z tej okazji nawet upiecze makowca. Ale po kilku minutach lotu miałem dość wszystkiego, ponieważ dostałem silnych zawrotów głowy i zacząłem silnie wymiotować. Gdy dojechałem do Wrocławia, byłem wykończony. Nie byłem przyzwyczajony do lotów samolotem. We Wrocławiu dostałem karetkę, która przywiozła mnie do domu. Byłem tak słaby po tej podróży, że nie miałem siły, żeby samemu wyjść z karetki. Więc zamiast z dumą wejść na własnych nogach, to wnieśli mnie na noszach. Ten widok przeraził moją rodzinę.

Ojczym, jak mnie zobaczył, dostał „białej gorączki”, zamknął się w pokoju. Przez trzy dni nie wychodził – nie mógł patrzeć na mnie. Nie po to się starał, bym wyjechał, by znowu mieć mnie w domu.

Matka, widząc, co się dzieje, zapytała:

– Synu, po co przyjechałeś? Widzisz, co się dzieje...

Nie wiedziałem, co mam powiedzieć, bo w gardle ścisnął żal, ale w końcu ja również zapytałem:

– Mamo, a właściwie do kogo ja przyjechałem?

Matka zaczęła płakać, ja również się rozplakałem. Nikt mnie nie chciał. Nikt się nie cieszył moimi sukcesami. Że sam się umyję, buty zawiążę. To wszystko nie miało dla nich żadnego znaczenia. Poczułem się zupełnie niepotrzebny. Poczułem, że wszystkie moje wysiłki, by stać się podobnym do zdrowych, wszystkie te wysiłki niczego nie zmieniły. Tam troska lekarzy, pielęgniarek, starania pani doktor dają jakąś nadzieję. Wszyscy pochyleni nad każdym moim krokiem. Uwierzyłem, że jestem coś wart. Przecież tyle bólu pokonałem. Tyle sił musiałem włożyć we wszystko. W każde słowo. Każdy gest. Pokonywałem coś i jednocześnie stawiałem się innym człowiekiem. I nagle – odepchnięcie. Nie zauważyli niczego. Uciec stąd. Uciec. Nikt mnie nie chce. Płacz w nocy. Upokorzenie, żal. Gdzie jest Bóg? Kiedyś był tutaj. Zniknął. Kolega, który przyleciał zobaczyć, czy rzeczywiście chodzę, wyrwał mnie z zadumy.

– No, pokaż jak chodzisz – pytał.

Prawdę mówiąc, odechciało mi się pokazywać. Widząc tę niechęć, pytałem sam siebie: po co ja tutaj przyjechałem? Dopiero teraz zdałem sobie sprawę, jaki wielki zrobiłem błąd, ale było za późno, by cokolwiek można było zrobić. Wziąłem więc kule i pokazywałem to chodzenie. Co prawda, widziałem oznaki zadowolenia, zwłaszcza na twarzy mamy, ale mnie nie zadowolili. Moja radość gdzieś zniknęła, zobaczyłem ten sam dom, który widziałem kiedyś.

Rano poszedłem przez wieś do kolegi. Tego, co sadzał mnie na wóz drabiniasty, na łąkę zabierał i z sianem przywoził. Ludzie patrzyli na mnie, dziwili się: idzie, idzie! Dzieci biegały, a ja szedłem, kula, noga do przodu, druga kula, druga noga. Zęby zacisnięte w zacietości i rozpacz. Bo wiedziałem, po co do niego idę.

– Romek, zawieź mnie tam...

– Józek, co ty, przecież wszystko umiesz sam.

– Nie pytaj. Zawieź. Słuchaj, moje myśli szukają wyjścia, bo właśnie teraz zdałem sobie sprawę, że moja sytuacja jest zbyt trudna i muszę z tą sprawą coś zrobić, znaczy muszę wyjechać.

dalszy ciąg na str. 42

Obcy wśród ludzi⁽⁴⁾

dalszy ciąg ze str. 41

Romek zgodził się. Następnego dnia byłem już w zakładzie. Oczywiście, dla mnie nie była to przyjemna sprawa, ale nie miałem innego wyjścia. Po przyjeździe do zakładu położono mnie znów na „jedenastkę” i na to samo łóżko. Spotkałem tam Gienia lat około 25-ciu. Był to nowy pensjonariusz. Gieniu bardzo słabo mówił i wcale nie mówił, po prostu czołgał się na pośladkach. Trochę lżej zrobiło mi się na duszy, bo pomyślałem, że nie tylko ja jestem tutaj taki młody.

Zauważyłem, że jest kilka nowych dziewcząt pielęgnarek i salowych. Były też dwie nowe zakonnice, jedna starsza, druga młodsza. Ta młodsza od razu zaczęła na mnie wracać uwagę i bardzo często przychodziła do mojego pokoju. Początkowo nie zwracałem na to uwagi, ale po jakimś czasie zaczęło mi się to podobać i dałem jej do zrozumienia, że mi na niej zależy i zaczęły się spotkania.

Do Maryli, którą poznałem w Busku, coraz rzadziej pisałem, był to okres, w którym więcej myślałem o sobie niż o kimkolwiek. Powiedziałem sobie, że muszę siebie wydobyć z dołka psychicznego. Chciałem być widoczny, więc zawsze robiłem coś, co było zakazane, a przede wszystkim broniłem sprawiedliwości. Nie mogłem patrzeć, jak niektóre znęcają się nad chorymi. Bronilem ich. Muszę przyznać, że nie lubiły mnie za to, oprócz tej jednej, która do mnie przychodziła. Na imię miała Basia. Miałem jednak satysfakcję, że chorzy mnie lubią i popierają. Ludzie ci wiedzieli, co to jest dobro, a co zło, mieli wiele doświadczenia życiowego, by tego nie wiedzieć. Muszę im pomóc – myślałem. Mogę przecież chodzić o kulach, mam jedną rękę zupełnie sprawną i silną. Na przykład pan Antos miał obie ręce niezupełnie sprawne, więc goiliłem go, pisałem za niego listy. Był starszym mężczyzną, ale rozumieliśmy się bardzo dobrze, mogłem z nim dużo rozmawiać. A pan Antos słuchał uważnie bez zniecierpliwienia mojej niewyraźnej mowy. Rozumiał, bo sam, bo sam niezbyt wyraźnie mówił. I oto nowe, nieznane uczucie.

Dawanie siebie.

*Wbrew przeciwnościom
stań obok mnie*

*ja stanę obok ciebie
ponad przestrzenią
i ponad czasem.*

*Pojednanie
zwaśnionych
i rozdartych.*

*Dawanie siebie
dla siebie.*

*Stań obok mnie,
opowiedz
o dzisiejszym dniu.*

W pokoju leżał Janusz, mój rówieśnik. Kupił sobie rower i chciał go wypróbować. Wyjechał na ulicę, szczęśliwy bardzo, od dawna marzył o takiej chwili. W tym momencie potrącił go samochód. Uszkodzony kręgosłup, bezwład rąk i nóg. Teraz leżał na twardym posłaniu cały czas, nie mogąc się ruszyć. Skazany na 10 – 20 lat takiego leżenia. Więc cóż znaczy moje nieszczęście wobec tego, co przeżywa Janusz? Często przychodziłem do niego, by podać mu papierosa do ust lub napisać list. Pewnego dnia przyszedłem jak zwykle, siedziałem na łóżku, kiedy do sali weszła oddziałowa.

– A ty gdzie siedzisz? Tyle razy mówiłam, że nie wolno siedzieć na łóżku.

– Bardzo przepraszam, ale czy siostra nie widzi, co ja robię?

– Nie ma dyskusji, proszę wyjść z sali, on się obejdzie bez papierosa.

– Chyba mam prawo przyjść do kolegi i mu pomóc?

– Ja ci dam prawo.

Złapała mnie za ucho i kazała się wynosić. A ja na to:

– Wyjdę, kiedy będę chciał.

Trzasnęła drzwiami. Spojrzeliśmy na siebie. Zwycięstwo. Ale nie na długo. Oto wraca, pcha wózek, duża, mocna, biała. I dalejze mnie ciągnąć, szarpać, sadzać ten wózek. Chciała mnie wywieźć z sali. Ona silna, ale ja też byłem wystarczająco silny, żeby dać sobie z nią radę. Nie dałem się.

– Mam kule i sam potrafię chodzić. Wózek nie jest mi potrzebny. Niech siostra przestanie, bo... I ręka lekko uniosła się do góry.

Od tej pory jeszcze bardziej mnie znienawidziła. Ja ją też. Owładnęło mną uczucie, którego dotąd nie znałem. Do niedawno był tylko żal, bunt, płacz, poczucie odrzucenia. Teraz zaczęło się dziać coś złego. I była w tym nowa siła.

Zauważyłem, że system „za ucho” jest tu czymś normalnym. Coraz któraś ciągnęła w ten sposób chorego, klnąc przy tym głośno. Nieraz widziałem, jak oddziałowa ciągnęła chorego za ucho wzdłuż długiego korytarza. Ten kulił się, niby zastraszonego pies. Ciągnęła i wyzywała ich od łamagów, kuternogów, dziadów ohydnych, zapłutych świń. Stałem pod ścianą i czułem, jak we mnie narasta zło. Myślałem: ach, rzucić się na tę dużą, białą babę, grzmotnąć, powalić i tłuc, tłuc.

*Życie jest puszką
po konserwie
do kopania
przez dorosłe dzieci.*

Zapytałem kiedyś Basię:

– Po co poszłaś do zakładu?

– Byłam młoda, głupia, nie-doświadczona.

– Przecież nie musisz?

– To gdzie ja teraz pójde?

Niewolnictwo z przymusu? Zadawałem sobie pytanie. Żadna maska nie jest w stanie przysłonić charakteru człowieka. Strój nie jest parawanem, za którym można się ukryć.

Patrzyłem na ten parawan – ceremonia niesienia pomocy chorym na wrogi nastawieniu, a słowa tutaj nie miały zastosowania. Starszy lub chory człowiek rzadko mógł pozostać sobą. Jego przyjsię do zakładu znaczyło stawanie się nikim. Jeżeli nie chciał lub nie potrafił dostosować się do wymogów, był bity, wyzywany od starców, niezdarów, łamagów, niedołęgów i tym podobnych. Wśród samych sióstr też nie było zgody. Jedna bała się drugiej. Jeżeli chciała zrobić coś dobrego, musiała się z tym kryć. Często wychodziły z płaczem. Przestałem się dziwić słowom, którymi mnie tutaj powitano. Tam słaby psychicznie człowiek nie mógł żyć długo. A gdy umierał, mówiły:

– No, nareszcie zdechł ten stary dziad.

Ludzie po krótkim czasie załamywali się psychicznie. Nie potrafili się przystosować. Szybko umierali.

Często szedłem na tak zwaną „górkę”. Był tam las, łąki, ławki. Można było posiedzieć, patrząc na przyrodę. Pewnego razu spotkałem pana Lisa z mojej sali, starszego, cichego człowieka. Siedział a ławce i pomarszczonymi rękoma wypłatał coś z długiej kory jarzębiny.

– Dziadku, co robicie?

Długo milczał, a potem:

– Niech ona odpowie za moją śmierć...

Siostra oddziałowa zabroniła mu palić papierosy. Nie dostawał depozytu, który należał mu się co tydzień. To była jego jedyna radość i przyjemność. Postanowił popełnić samobójstwo, ponieważ nie mógł znieść takiego rygoru. Moja obecność przeszkodziła mu, schował sznur z kory pod krzakiem i odszedł. Po kilku dniach, pewnej nocy obudziłem się pełen nieznanego niepokoju. Byłem wtedy w sali ogólnej, ponieważ w skrzydle cmentarza był remont. Na łóżku pana Lisa nie było nikogo. Długo czekałem, zanim obudziłem leżącego obok mnie pana Janka, chodzącego bez kul.

– Niech pan idzie do ubikacji, może coś się stało z panem Lisem.

Poszedł niezadowolony bardzo, wyrwany ze snu. Wrócił!

– Wszystko w porządku. Jest tam. Widać nogi w butach.

Ale mnie to wcale nie uspokoiło. Drzwi od dołu były przecięte odcięte. Za długo trwała ta nieobecność. Wstałem, wziąłem kule, poszliśmy raz jeszcze razem. Nachylamy się, patrzymy, nogi są, niby wszystko normalnie. – Panie Lis – wołamy – panie Lis – drabina, niech pan się odezwie.

A on milczy. Poszliśmy do siostry dyżurującej, mówimy, w czym rzecz, niedobrze z panem Lisem. Siostra wzięła drabinę z komórki, przystawili do drzwi i pan Janek wszedł do góry.

– Dziadek siedzi z paskiem na szyi – powiedział.

cdn.

JÓZEF RYCHLICKI

Wiersze Katarzyny Kusek

Izolda

Tamtego lata byłam twoją Izoldą,
szukając ciebie w sobie –
ja przypadkiem odnaleziona.
Tristanie, twoje ramiona twierdza warowna.
Godziny wydarte przez czas,
tego już nie ma.
Z pieszczotą wrywałeś swój ślad we mnie.
Jeden oddech, a miecz pomiędzy nami,
zimne żelazo.
Byłam twoją Izoldą
tamtego lata... dawniej.

Scarlet

Jestem taka odważna i silna,
choć czasami drży mi broda
na kiepskim melodramacie.
Gdyby teraz była wojna,
mogłabym zabić żołnierza.
To takie romantyczne.
„Och Scarlet” – mówi Melania.
I zakopać ciało w ogrodzie?
To już romantyczne jest mniej.
Ale nie ma wojny.
Muszę więc zabijać własne złudzenia,
jedno za drugim.
Na szczęście, są one niezbyt duże,
i mogę bez problemu pozbyć się ich ciała.
Zdążę jeszcze zapalić papierosa
i kawy łyk skosztować,
nim się ściemni
na zawsze.
Tak daleko jeszcze do Tary,
a w oczy ciągle wieje wiatr.

Żółte kalendarze

Spalę za sobą mosty, którymi chodziłam wczoraj
i wszystkie inne nieprzydatne rzeczy,

a nawet żółte kalendarze,
które nie chcą zapomnieć czasu utraconego.
Niespiesznie pobiegnę do raju,
z którego zostałam wygnana przed milionem dni.
Wrócę do marzeń krainy,
tam zawsze maj
i wiosna, której lato nie wysuszy na jesień,
nim przeminie.
Fale biją o brzegi
i lądy pożerają.
Lecz ja będę szła wytrwale,
dzień po dniu
i noc za nocą,
aż trafię do siebie samej.
Nie wołaj mnie już nigdy po imieniu.
Moje nowe ja
nie ma teraz nazwy.

Mowa ciała

Ręce – razy.
Nogi – kopniaki.
Język – wyzwiska, drwiny i obelgi.
Usta – krzyk rozdzierający ciszę.
Oto człowiek, korona stworzenia.
Pan wód, lądów i oceanów,
zdobywca Kosmosu.
Dokąd zmierza ten głupiec żałosny?
Przecież dano mu ręce, by przygarniał bliźnich.
I nogi, by wyszedł drugiemu naprzeciw.
A nawet niepełny, jest powołany
przez miłość do miłości.
To ona ma mieszkać w tobie
i niczym dłoń w ciepłej rękawiczce
ma przemawiać przez twoje ciało.
Stawajmy się więc,
chwila po chwili
ludźmi.
Niech nasze ciała mówią za nas.

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

WSPÓLNOTA

Jazgot w odbiorniku
Prawdę z trudem sączy.
To się proletariat
Wszystkich krajów łączy.

POWIEDZONKO

Módl się i pracuj.
Tak kiedyś mówili.
Dziś – pracuj i módl się,
By cię nie zwolnili.

FORTUNA

Zniosła kura jajo złote
Dużej skali.
Zdechła... bo na siłę
Drugie wyciskali.

LAWIRANT

Żyjesz jako tako,
W sposób taki siaki,
Robiąc to i owo,
Ty taki, nie taki.

Fraszki

WOLNA SOBOTA

Mkną auta z Warszawy
W tasiemcowej kupie
Pokazać maluchom
Rodzinne zadupie.

FASCYNACJA

Zdarza się nawet,
Że i uczony
Bywa głupotą
Zauroczony.

ROTA

Nie rzucim ziemi
Skąd nasz ród,
Nie rzucim.
Popracujem w Stanach,
Z dolarami wrócim.

NOWELIZACJA

Kat dostał instrukcje
I przepisy nowe:
Ma odcinać korpus,
A nie ścinać głowę.

HOROSKOP

Czytając głupoty
I różne banały –
Pamiętaj: twym znakiem
Jest wciąż orzeł biały.

WCZASY

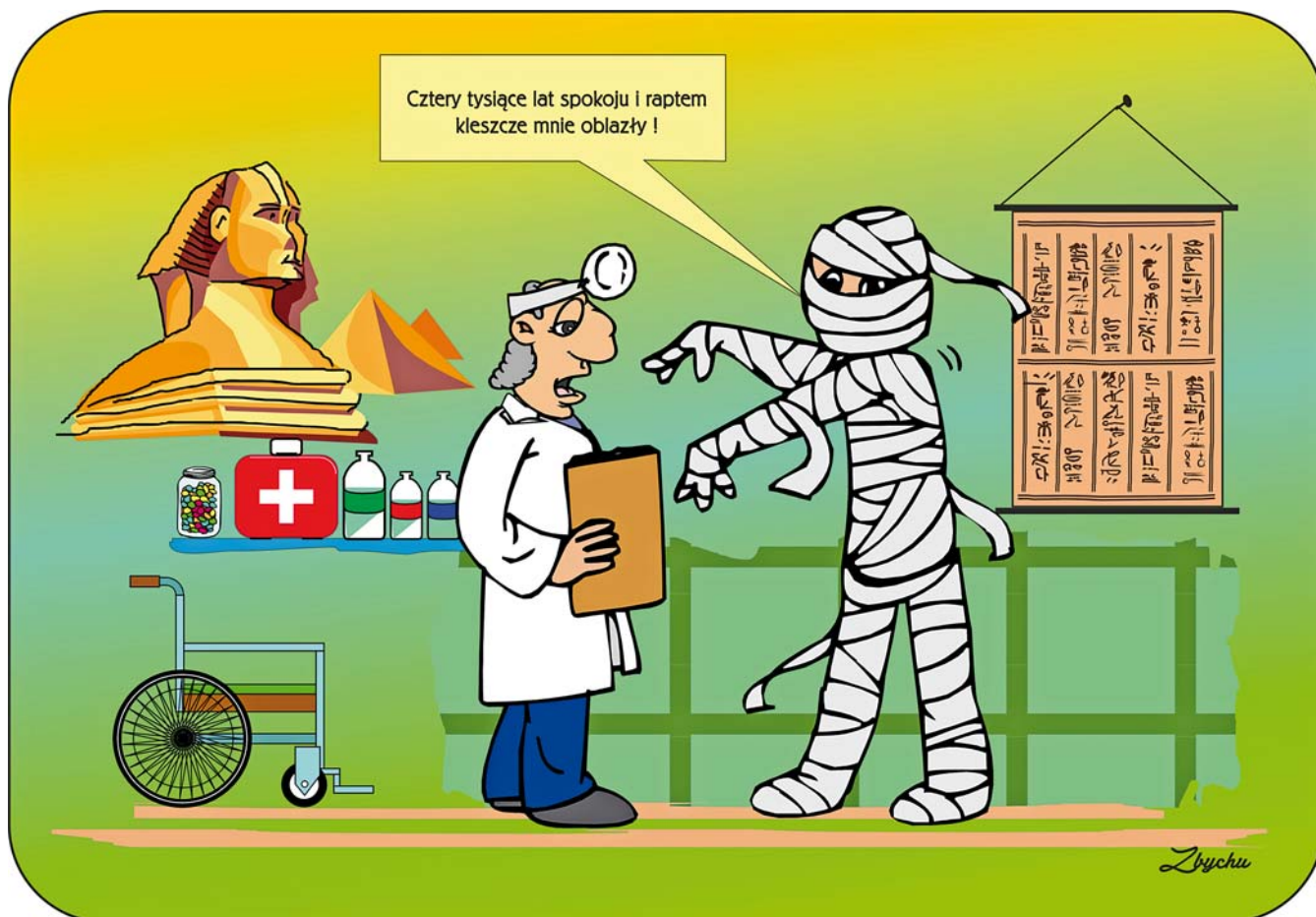
Używaj na wczasach,
Bo mąż i tak w końcu
Nie wyczuje ile
Grzałaś się na słońcu.

NA MAZURACH

Cały dzień na łódce
Wypoczywał stary,
A żonę mu w krzakach
Bzykały komary.

NA ŁĄCZCE

Co dziś w trawie
błyszczą?
Z ogłędzin wynika,
Że nie kropla rosy,
Ino łza rolnika.



Zagramaniczne kejterki

Siedzielim na podwórzu, Scheba ze dwa dni do tyłu. Zaczlim opowiadać wiaruchnie historiom o komplach i psiokach. A tu Stachu kielczy sie zes śmijchu.

– Co ci padło na mózg, że sie chichrosz? – sprowadziłym istnygò do piónu. Tak mu sie zrobióło na wesoło. A tero słuchejta historiom prawdziwom!

Nasz znajómek Zyga Franelka wew młodości chodziół do sipy (szkoły) górniczyj wew Katowicach, gdzie wyuczył sie za elekstryka. Tam tyż sie skomplowół zes Harrym Plackiem. Co zaś daliyj? Zyga dorobiół sie wew Gniyżnie do emenrityury. A miyszko wew dzielnicy, którom pozywajom Tajwan.

Harry ochajtnył sie wew Rostoku, wew Rajchu i miyszko wew dzielnicy, którom pozywajom Litten-Klein. Oba dwa som wew starym kontakcie.

Jednom razem kliknył telefon wew wieczór i godo Placek – co to tero pisze sie Platzek – ale godo tak samo:

– Zyga, kochany, ratujcie! Naszo Ana, co miała hek-senszus, przeszła operancjom i mo rahabilitancjom.

Tu Harry sztopnył, wzdochnył i jachoł daliyj:

– Chopie, niech twojo Ana przyjadzie, my jom wynadgrodzimy!

Tu Zyga beknył, że istno rbi przy szczepiyniach.

– Chopie – trajkotoł daliyj Harry – my jej domy taki geld, co nie dostanie za 3 lata przy szczepiyniach.

– No to co Ana? – spytoł ślubnyj Zyga.

– No to jade – potakła Ana. Istno zresztą robiuła za młodo na ortopedii.

A Harry nadawoł daliyj:

– Chopie, a ty ody mnie mosz geszenk, a przywiezie ci znajómek, co jyzdzo Sindbadym. Jo ci zrobia iberraszung.

Tak tyż się stanyło. Jednom razem za dnia Zyga, co miyszko wew barace na Tajwanie, wyloz kikonń na kwiyce wew ogródku pod

oknym, zaro rano. A tu tośto sie jakisiś obywatel zes klotkom, a wew niyj stwory. Zaś wyniknyło, że som to rasowe sznaucerki zes mentrykami. Kawaler pozywoł sie Rex, a panna Udine. Cheba nie znaty polskiygò.

Nó i tero nie móg narzykać emenryt Franelka, że mu się nie bydzie żmudzić czas. Kliknył do wuja Teocha zes Witkowskiyj, swojego dalekiego krewnioka i kompli, żeby przyšli, bo trzeba było jakosiś te kejtry ponazwać. Psioki nie mogły nazywać się po niemiecku!

Dyskusja była nerwerwer. Jedyn dejma na to proponowół dla psioka imie Ares. Ale Ryniu skontrowoł, że to grecki bóg wojny, który wew czasach strefy Schengen przeniół się do Rzymu i zmiynył nazwisko na Mars. Mało tegò. Przeniół się daliyj do Brukseli i zmiynył nazwisko na Natos. Bez to tyż momy Pakt Atlantycki NATO.

– No to może bym suczke nazwali Saba, Fatma albo

Aza – wymamrotoł Stachu zes PKS-u.

Ryniu znowyj kontrowoł:

– Nie, bo naruszylibym wierzynia Bliskiygò Wschodu.

– No to może nazwać psioki Groszek i Reszka – wybrdyknył Jachu, co roz kiedyś robiuł wew papciach. Ryniu znowyj kontrowoł:

– Trzebno by kliknónć do Brukseli, czy wyrażom zgode, bo momy rzykómo przejść na ojro.

I stoł się cud! Wuja Teoch wypioł ze sie, jak jaki trembol:

– Mom nazwy miyndzynarodwe, które nikt nie zaho-czy – Kajterek bydzie Kowid, a kejterka Pandymia!

A my opipielim! Istny trafiół akuratnie wew dziesiune.

Tyle na dziś. A o tym, co było potym – nastympnom razem.

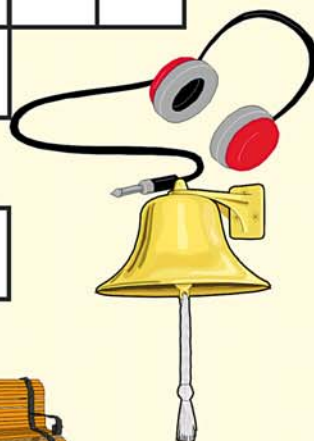
BOLECH ZES CIERPIENGÓW
SPRAWOZDAWOŁ NA FAKCIE





KRZYŻÓWKA POD JAMNIK

DLA
MISTRZA



SŁUCHAWKI * STOPER * ŁAWECZKA * JEŻ
CYTRYNY * KOTWICA * PIERŚCIONEK
ŚMIGŁOWIEC * GŁOWA * DZWON * GLOBUS

Przepisz z ramki nazwy obrazków i odczytaj hasło, którym jest nazwa drzewa rosnącego w parkach.

jannik



RYŚ ZBIGNIEW NOWAK

Pokaż swoją sztukę

Oddział Wielkopolski Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych przypomina, że do 30 września br. przyjmowane są prace plastyczne w ramach XIX edycji Ogólnopolskiego Konkursu Plastycznego PFRON „Sztuka Osób Niepełnosprawnych”. Konkurs jest kierowany do uczestników warsztatów terapii zajęciowej i środowiskowych domów samopomocy oraz do mieszkańców domów pomocy społecznej. Na etapie ogólnopolskim nagrodzone placówki otrzymają nagrody pieniężne w wysokości 6, 5 i 4 tysiące złotych.

Przedsięwzięcie jest szansą na wypromowanie twórczego dorobku osób z różnymi niepełnosprawnościami. Do konkursu można zgłaszać prace w następujących kategoriach:

malarstwo i witraż, rysunek i grafika, rzeźba kameralna i płaskorzeźba, tkanina i aplikacja oraz fotografia. Szczegółowe informacje zostały zawarte w regulaminie dostępnym na stronie internetowej www.pfron.org.pl.

Tytuł tegorocznej edycji konkursu brzmi: „To, co kocham”. Nieprofesjonalni artyści z niepełnosprawnościami z placówek na terenie województwa wielkopolskiego mogą składać prace w siedzibie Oddziału Wielkopolskiego PFRON przy ul. Lindego 6 w Poznaniu.

Dzieła można nadsyłać również pocztą (wówczas liczy się data nadania: najpóźniej 30 września). Dodatkowych informacji udziela Tomasz Paczkowski, tel. 504 852 298, e-mail: konferencje.poznan@pfron.org.pl *Oprac. KK.*

DRUKARNIA
KOM - DRUK

DRUK DO FORMATU B2

ULOTKI I PLAKATY

WIZYTÓWKI

KSIĄŻKI

FOLDERY

KALENDARZE

SZTANCOWANIE

PROJEKTOWANIE GRAFICZNE

DRUK OFFSETOWY I CYFROWY

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

NEUROLOGICZNY NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ CENTRUM LECZENIA STWARDNIENIA ROZSIANEGO OŚRODEK BADAŃ KLINICZNYCH

im. dr n. med. Hanki Hertmanowskiej



Jeśli chorujesz na **STWARDNIENIE ROZSIANE (SM)**

i masz problemy ze spastycznością
(sztywnością) kończyn,
a dotychczasowe metody leczenia
nie przynoszą zadowalających efektów

MOŻEMY TOBIE POMÓC

proponując skuteczne leczenie



Zapraszamy:

62-064 Plewiska, ul. Fabianowska 40

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

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

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