PISMO RUCHU TWÓRCZEGO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

FILANTROP naszych czasów

Nr (323) 10 ● Poznań ● październik 2021 ● Nr indeksu 327948 ● ISSN 1231-8876

FOT. MARCIN KACZYŃSKI

Na zdjęciu panie terapeutka Justyna Sroczyńska i uczestniczka Katarzyna Drajewska. Więcej w artykule „Iskra" w Zakopanem i na Jasnej Górze".

Str. 28 i 29

FINANSUJĄ

WOJEWODA WIELKOPOLSKI

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

POWIAT POZNAŃSKI

PATRONUJE

FUNDACJA IM. KRÓLOWEJ POLSKI ŚW. JADWIGI

W NUMERZE:

Dobra rada — zaszczep się! str. 7

Moje wielkie marzenie str. 8

Niewidoma Antosia uczy się życia str. 9

Fotografie — obrazy piękna świata str. 14

Podwodna rehabilitacja str. 22 i 23

Wakacje z judo nad morzem str. 24 i 25

Ona to mój cały świat str. 30

Był darem życia dla Pawła str. 42 i 43

Żegnaj Mikołaju str. 46

Centra doradcze PFRON

Od 1 września tego roku przy każdym oddziale Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych działa Centrum Informacyjno-Doradcze dla Osób z Niepełnosprawnością. W tych centrach osoby z niepełnosprawnościami mogą uzyskać rzeczowe i kompetentne informacje dotyczące rehabilitacji, terapii, dofinansowań do sprzętu ułatwiającego codzienne funkcjonowanie, obowiązujących systemów orzecznictwa oraz w wielu innych aspektach. Centra są czynne od poniedziałku do piątku w godzinach funkcjonowania oddziałów.

Fundusz na swojej stronie internetowej podkreśla, że centra będą systematycznie rozszerzać swoją ofertę między innymi o możliwość skorzystania z usług specjalisty do spraw zarządzania rehabilitacją, skierowania do ośrodka wsparcia i testów, gdzie będzie możliwe testowanie najnowszych technologii asystujących.

Szczegółowe informacje na temat działalności centrów w poszczególnych oddziałach oraz dane kontaktowe znajdują się na stronie internetowej PFRON: www.pfron.org.pl. Zapytania z prośbą o udzielenie informacji kierować można na adres e-mail: cidon@pfron.org.pl *Oprac. KK.*

Krzysztof Michałkiewicz, prezes Zarządu PFRON podsumowuje dotychczasowe działania Funduszu w zakresie rehabilitacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych.

Marlena Maląg, minister rodziny, pracy i polityki społecznej przekazuje okolicznościowy grawerton dla pracowników PFRON.

Pomoc w czasie pandemii

Najwięcej inicjatyw niwelujących skutki pandemii, dofinansowanych ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, zrealizowano w województwie wielkopolskim. Do Oddziału Wielkopolskiego PFRON samorządy powiatowe i gminne złożyły 44 wnioski, co stanowi jedną czwartą wszystkich inicjatyw z całej Polski. Na koniec sierpnia w Wielkopolsce – jak podaje Fundusz na swojej stronie internetowej – zawartych zostało 37 umów na łączną kwotę 3 078 345,94 zł.

Przypomnijmy, że wnioski można składać do 2 listopada tego roku, w ramach modułu IV programu pod nazwą: „Pomoc osobom poszkodowanym w wyniku żywiołu lub sytuacji kryzysowych wywołanych chorobami zakaźnymi". Wymieniony moduł daje możliwość ubiegania się o wsparcie finansowe na realizację inicjatyw jak: świadczenie pomocy psychologicznej dla osób z niepełnosprawnościami lub rodzin osób z niepełnosprawnością, zakup do placówki środków ochrony, pościeli czy ubrań, utrzymanie mieszkania chronionego przeznaczonego na „przejściowe" w okresie stanu epidemii dla osób niepełnosprawnych lub rodzin tych osób, zakup paczek żywnościowych dla osób niepełnosprawnych czy organizowanie aktywności w celu poprawy kondycji osób z niepełnosprawnościami.

Samorządy mogą wybrać taki rodzaj pomocy, który jest niezbędny na danym terenie i wynika ze specyficznych potrzeb niepełnosprawnych mieszkańców lub ich otoczenia. Wnioski mogą być składane przez samorządy powiatowe i gminne w trybie ciągłym, jednakże nie później niż do 2 listopada. Wnioski samorządów z województwa wielkopolskiego przyjmowane są i rozpatrywane w Oddziale Wielkopolskim PFRON. Dodatkowe pytania można kierować na adres: pkrolak@pfron.org.pl lub telefonicznie: 505 449 767. *Oprac. KK.*

Nadano odznaczenia państwowe za ofiarną działalność na rzecz osób niepełnosprawnych.

30 LAT PAŃSTWOWEGO FUNDUSZU REHABILITACJI OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Realna pomoc i praktyka

Karolina Kasprzak
POZNAŃ

Każdy jubileusz jest okazją do świętowania, ale w szczególności do refleksji nad tym, co udało się osiągnąć, a co wymaga jeszcze dalszej pracy. Nie inaczej było w przypadku jubileuszu 30 lat istnienia Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Skrót PFRON kojarzą wszyscy niepełnosprawni oraz ci, którzy związani są ze środowiskiem osób z niepełnosprawnościami. Jest to instytucja realizująca oraz wspierająca bardzo liczne działania o charakterze rehabilitacyjnym i pomocowym dla osób niepełnosprawnych.

22 września w Centrum Olimpijskim w Warszawie na uroczystej gali 30-lecia PFRON nie zabrakło okazji do wspomnianych refleksji i podsumowań trzech dekad działalności Funduszu. Wydarzenie zostało poprzedzone mszą świętą w kościele pod wezwaniem Świętego Stanisława Kostki. Galę poprowadziły przedstawicielki PFRON – Małgorzata Radziszewska, ekspert Funduszu i Małgorzata Nowak-Lis, rzecznik prasowy PFRON. O znaczeniu Funduszu dla poprawy warunków życia wielu grup osób z niepełną sprawnością wypowiadali się przedstawiciele instytucji rządowych oraz organizacji społecznych realizujących projekty finansowane ze środków PFRON. Gośćmi wydarzenia byli m.in.: Grażyna Ignaczak-Bandych, szef Kancelarii Prezydenta RP, Marlena Maląg, minister rodziny, pracy i polityki społecznej oraz Paweł Wdówik, pełnomocnik rządu do spraw osób niepełnosprawnych. Uczestniczyli też: Dorota Habich, zastępca prezesa Zarządu PFRON do spraw programowych i Tomasz Maruszewski, zastępca prezesa Zarządu do spraw finansowych. Obecni byli również reprezentanci i dyrektorzy wojewódzkich oddziałów PFRON, a wśród nich dr Anna Skupień, dyrektor Oddziału Wielkopolskiego.

Miejsce wydarzenia zostało wybrane nieprzypadkowo, bowiem ruch paraolimpijski, wokół którego skupione są osoby z różnymi niepełnosprawnościami, przypomina o jedności, równości, solidarności i respektowaniu praw należnych każdemu człowiekowi. Z gratulacjami i wyrazami uznania – w imieniu Polskiego Komitetu Paraolimpijskiego – przybyli Paulina Malinowska-Kowalczyk i Romuald Schmidt.

Szczególnie poruszającym momentem było wręczenie odznaczeń państwowych nadanych przez Prezydenta RP – za ofiarną działalność na rzecz osób niepełnosprawnych. Krzyż Oficerski Orderu Odrodzenia Polski otrzymał Krzysztof Michałkiewicz, prezes Zarządu PFRON, Sebastian Szymonik, dyrektor Generalny PFRON – Srebrny Krzyż Zasługi, a Beata Góral, wieloletni pracownik Funduszu – Brązowy Krzyż Zasługi. Odczytano listy intencyjne: od pary prezydenckiej – Andrzeja Dudy i Agaty Kornhauser-Dudy, od premiera Mateusza Morawieckiego, Gertrudy Uścińskiej, prezesa Zakładu Ubezpieczeń Społecznych i innych przedstawicieli instytucji odgrywających kluczową rolę w zapewnianiu osobom z niepełnosprawnościami godnych warunków życia. Marlena Maląg i Paweł Wdówik wręczyli na ręce prezesa PFRON okolicznościowy grawerton dla pracowników PFRON.

W imieniu osób niepełnosprawnych korzystających z pomocy Funduszu głos zabrali przedstawiciele fundacji i placówek terapeutycznych. Teresa Jaskulska, prezes Fundacji na rzecz Osób Niepełnosprawnych i Potrzebujących Pomocy „Otwórzmy Swoje Serca" w Zamościu i jednocześnie kierownik prowadzonego przez tę organizację Warsztatu Terapii Zajęciowej we wsi Biszcza (woj. lubelskie, pow. biłgorajski), podkreśliła ogromną rolę Funduszu dla zapewnienia możliwości funkcjonowania placówek terapeutycznych i dla tworzenia instrumentów dających osobom z niepełnosprawnościami możliwość kompleksowej rehabilitacji zawodowej i społecznej. Gali PFRON towarzyszyła wystawa prac Ogólnopolskiego Konkursu Plastycznego „Sztuka Osób Niepełnosprawnych", organizowanego przez Fundusz od 2003 roku i spektakl krakowskiego teatru „Exit", którego skład tworzą artyści z niepełnosprawnościami. Były też występy wokalne i rozmowy kuluarowe – na uroczystość jubileuszową przyjechali goście z całej Polski.

Przy mikrofonie Paweł Wdówik, pełnomocnik rządu do spraw osób niepełnosprawnych.

FOT. (3X) KAROLINA KASPRZAK

30 lat PFRON to wielkie święto wszystkich niepełnosprawnych. We wdrażanych i realizowanych przez Fundusz programach oraz projektach wyraża się głęboka społeczna empatia, a zwłaszcza troska o ich przyszłość i równy start w każdej sferze życia. Fundusz jest nowoczesnym instrumentem polityki społecznej i przyczynia się do przeciwdziałania wykluczeniu osób z niepełnosprawnościami, daje im szansę na wyjście poza granice barier. Niepełnosprawnym PFRON kojarzy się z instytucją, która wspiera finansowo, jednak działalność Funduszu nie sprowadza się wyłącznie do przekazywania środków osobom z niepełnosprawnościami czy organizacjom pozarządowym w drodze konkursów. Nie sposób pominąć istotnego jej elementu, jakim jest popularyzowanie wiedzy na temat praw i potrzeb osób z niepełnosprawnościami, a zwłaszcza uwrażliwianie na ich szczególne potrzeby – choćby w zakresie dostępności architektonicznej czy komunikacyjnej. To właśnie do tej instytucji – od 6 września tego roku – można wnosić skargi na brak zapewnienia dostępności na stronach internetowych podmiotów publicznych. Trzy dekady działalności Funduszu przyniosło wiele zmian wynikających z nowelizacji ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz o zatrudnianiu osób niepełnosprawnych. 9 maja 1991 roku polski parlament uchwalił ustawę o rehabilitacji, która początkowo była ustawą o rehabilitacji inwalidów w procesie pracy. Ustawa ta umożliwiła powstanie PFRON. Fundusz stworzył możliwości rozwoju i szanse wsparcia licznym osobom z niepełnosprawnościami oraz organizacjom pozarządowym realizującym projekty, które bez finansowej pomocy PFRON nie mogłyby być prowadzone.

Na okoliczność jubileuszu 30-lecia PFRON organizuje międzynarodową konferencję: „30 lat Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych – przeszłość, teraźniejszość, przyszłość" pod honorowym patronatem Prezesa Rady Ministrów Mateusza Morawieckiego. Odbędzie się ona w dniach 13 i 14 października w budynku Centrum Transferu Wiedzy Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II. Jej przebieg będzie można śledzić także online. Spotkanie – podobnie jak uroczystość jubileuszowa w Centrum Olimpijskim – będzie tłumaczone na język migowy. Naukowcy i praktycy spojrzą na temat rehabilitacji zawodowej i społecznej w kontekście stojących przed nią wyzwań oraz możliwości, a także odniosą się do tematu dostępności.

FOT. ARCHIWUM ORGANIZATORÓW

20 LAT STOWARZYSZENIA NA RZECZ OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH „PROMYK"

„Tutaj jest dom..."

Reprezentanci organów samorządowych i instytucji z „Aniołami od Promyka".

Kilka słów od Elżbiety Bijaczewskiej, byłej dyrektor PCPR w Poznaniu.

W 2020 roku minęły dwie dekady odkąd życie osób z niepełnosprawnościami z terenu gminy Dopiewo w województwie wielkopolskim i gmin ościennych zmieniło się na lepsze. Pojawił się blask radości na twarzach tych, którzy niegdyś utracili nadzieję. Poprzedziła go miłość dająca siłę do podejmowania wyzwań dla dobra środowiska osób z niepełną sprawnością. Stowarzyszenie na rzecz Osób Niepełnosprawnych „Promyk" w Komornikach niestrudzenie walczy o godne życie tych osób i ich rodzin.

10 września 2021 roku – o rok później niż planowano – z powodu pandemii – w sali widowiskowej Centrum Rehabilitacyjno-Kulturalnego w Konarzewie spotkali się członkowie Stowarzyszenia, ich rodzice, opiekunowie, terapeuci, przyjaciele i zaproszeni goście – wśród nich Katarzyna Kretkowska, posłanka na Sejm RP i Wojciech Jankowiak, wicemarszałek województwa wielkopolskiego. Wszyscy przejęci i odświętnie ubrani. Dla licznego grona osób z niepełnosprawnościami był to wielki dzień. Także dla Bogdana Maćkowiaka, prezesa Zarządu Stowarzyszenia, który przyjmował gratulacje oraz wyrazy uznania za osiągnięcia organizacji na polu rehabilitacji zawodowej i społecznej.

Stowarzyszenie „Promyk" powstało w odpowiedzi na potrzeby osób z niepełnosprawnościami i ich rodzin, a zwłaszcza na potrzebę rehabilitacji, terapii i integracji z lokalną społecznością. Kluczowa okazała się też pomoc osobom i rodzinom w trudnej sytuacji materialnej oraz życiowej. Po dopełnieniu formalności związanych z zakładaniem Stowarzyszenia rozpoczął się czas intensywnej pracy na rzecz środowiska osób z niepełnosprawnościami: dążenie do poprawy jakości ich życia i codziennego funkcjonowania, rozwijania umiejętności twórczych oraz

Gratulacje i wyrazy uznania składa Antoni Kalisz, członek Zarządu Powiatu w Poznaniu.

dbałość o ich zdrowie, bezpieczeństwo i ciągły udział w życiu społecznym.

W 2002 roku Stowarzyszenie, po długich staraniach, pozyskało od gminy Dopiewo lokal na uruchomienie Warsztatu Terapii Zajęciowej. Rozpoczął się generalny remont ośrodka w Dopiewcu, gdzie wkrótce w pięciu pracowniach zajęcia rozpoczęło 25 uczestników. W 2004 roku Stowarzyszenie zorganizowało pierwszy turniej bocci i pierwszy przegląd piosenki „Złoty Słowik". Były też cyklicznie odbywające się spotkania okolicznościowe, wycieczki i wyjazdy integracyjno-rehabilitacyjne – m.in. do Kołobrzegu i Żarnowca.

Większość członków i przyjaciół Stowarzyszenia pamięta czasy, kiedy w ciasnej siedzibie WTZ „Promyk" w Dopiewcu odbywały się doroczne przeglądy piosenki, spotkania wigilijne i wielkanocne oraz inne wydarzenia integracyjno-kulturalne. Z biegiem lat uczestników zajęć terapeutycznych i spotkań zaczynało przybywać. W 2010 roku odbyło się przekazanie gminie Dopiewo przez Agencję Rynku Rolnego budynku po byłym Domu Kultury w Konarzewie. Poszczególne gminy współfinansowały remont budynku dla Warsztatu Terapii Zajęciowej. Prace remontowe obiektu (dawnego Motelu „Vitalia") trwały od 2011 roku, a w styczniu 2014 roku nastąpiło uroczyste otwarcie Centrum Rehabilitacyjno-Kulturalnego i Warsztatu Terapii Zajęciowej w Konarzewie. WTZ powiększył się też o drugą placówkę w Otuszu (pomysł utworzenia WTZ w Otuszu zrodził się w połowie 2012 roku, a w grudniu tegoż roku rozpoczął się remont wnętrza budynku dawnej szkoły podstawowej).

Podopieczni Stowarzyszenia korzystają z różnych form rehabilitacji – jak hipoterapia, aqua-rehabilitacja, hortiterapia czy rehabilitacja indywidualna, organizowane są kiermasze ich prac plastycznych i rękodzieła, doroczne turnusy rehabilitacyjne, wyjazdy za granicę. Stowarzyszenie ma w swoich planach budowę hostelu, który obejmować będzie doraźną oraz całodobową opieką osoby z wieloraką niepełnosprawnością. Organizacja posiada decyzję o warunkach zabudowy i zagospodarowania terenu na ten cel, wydaną przez Burmistrza Miasta i Gminy Buk.

„Zegar tyka z muzyką na następne 20-lecie „Promyka"" – tak brzmiał tytuł występu operetkowo-operowo-musicalowego przygotowanego przez artystów Teatru Muzycznego w Poznaniu. Ważnym punktem uroczystości jubileuszowej było wręczenie „Aniołów od Promyka", czyli obrazów przedstawiających anioły – reprezentantom organów samorządowych i instytucji, które wspierają działalność Stowarzyszenia. Otrzymało je 15 osób: Anna Skupień, dyrektor Oddziału Wielkopolskiego PFRON, Joanna Napierała, żona byłego wójta gminy Dopiewo, Wojciech Jankowiak, wicemarszałek województwa wielkopolskiego, Antoni Kalisz, członek Zarządu Powiatu w Poznaniu, Leszek Nowaczyk, właściciel Piekarni – Cukierni w Dopiewie, Paweł Przepióra, wójt gminy Dopiewo, Jan Broda, wójt gminy Komorniki, Włodzimierz Pinczak, burmistrz Stęszewa, Paweł Adam, burmistrz Buku, Elżbieta Nowicka, dyrektor Gminnej Biblioteki Publicznej i Centrum Kultury w Dopiewie, Marcin Napierała, dyrektor Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Dopiewie, Sławomir Skrzypczak, prezes Zakładu Usług Komunalnych w Dopiewie, Andrzej Jezierski, prezes Przedsiębiorstwa Usług Komunalnych w Komornikach, Anna Czerniak, dyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Poznaniu i Elżbieta Bijaczewska, była dyrektor PCPR.

W ciągu 20 lat działalności Stowarzyszenia „Promyk" ujawniło się wśród osób z niepełnosprawnościami wiele talentów artystycznych, których wcześniej nie miały okazji rozwijać. Podczas odbywających się codziennie zajęć w Warsztacie Terapii Zajęciowej uczą się przygotowywania posiłków, dbania o ogród i otoczenie, malują obrazy, tworzą wyroby rękodzielnicze z wykorzystaniem różnych metod i technik terapii zajęciowej. W tym Stowarzyszeniu – jak trafnie określiła jedna ze składających gratulacje – „jest dom", a dom to miejsce dające poczucie bezpieczeństwa, spokoju i miłości, miejsce do którego zawsze z niecierpliwością się wraca.

KAROLINA KASPRZAK

FOT. (4X) KAROLINA KASPRZAK

Członkowie Stowarzyszenia „Promyk" z opiekunami i przyjaciółmi.

Świat bez Agatki byłby dla mnie smutny

POZNAJMY SIĘ LEPIEJ

Agata jest moją wierną i oddaną przyjaciółką. Wspiera mnie i pomaga w różnych sprawach. W Warsztacie Terapii Zajęciowej w Swarzędzu jest od samego początku. Pomimo sprzężonej niepełnosprawności jest osobą pogodną, zawsze modnie ubraną, ładnie uczesaną i życzliwą dla wszystkich. Bardzo lubi poznawać nowych ludzi.

Namiętnie czyta prasę w brajlu, a także uczestniczy regularnie w mszach świętych czytając pismo święte. Pięknie przemawia z okazji różnych okoliczności. Pomaga jak potrafi i jest lubiana przez wszystkich. Czasem mam wrażenie, że jest trudna do rozwikłania, taka tajemnicza, zagadkowa. Bardzo ją kochamy i zachęcamy do śpiewania. Agata kiedyś obawiała się śpiewać, ale teraz robi to z wielką przyjemnością.

Pisze również dużo artykułów na komputerze, są jej wielką pasją. Agatę poznałam w szkole dla niewidomych w Owińskach, gdzie byłyśmy razem w jednym internacie. Agata po siódmej klasie przeniosła się do Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych w Laskach, by tam kontynuować swoją edukację i zdobyć zawód ślusarza maszynowego. Przez wiele lat pracowała w domu dla Spółdzielni Inwalidów „Simpo", wytwarzając klamerki do bielizny. Pomimo długiej przerwy nasza znajomość przetrwała do dziś. Dla mnie świat bez Agatki byłby smutny i szary.

MIROSŁAWA PENCZYŃSKA

FOT. ARCHIWUM SPDST

Granty na dostępność

Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych podpisały umowę o finansowaniu projektu pod nazwą: „Dostępny samorząd – granty" ze środków Programu Operacyjnego „Wiedza, Edukacja, Rozwój" (PO WER) 2014 – 2020, w ramach działania 2.18: Wysokiej jakości usługi administracyjne. Celem projektu jest poprawa dostępności usług publicznych dla osób ze szczególnymi potrzebami.

W projekcie – jak informuje Fundusz na swojej stronie internetowej – przewiduje się przyznanie 520 grantów w wysokości maksymalnej 100 tysięcy złotych oraz 100 grantów przeznaczonych na dostosowania architektoniczne o większej skali, w maksymalnej wysokości 250 tysięcy złotych. W przypadku grantów w wysokości przekraczającej 100 tysięcy złotych grantobiorca będzie zobowiązany do sfinansowania z innych środków części zaplanowanych dostosowań w kwocie stanowiącej równowartość co najmniej 20 procent kwoty grantu.

W ramach otrzymanego grantu będzie można sfinansować między innymi: instalację urządzeń lub zastosowanie środków technicznych i rozwiązań architektonicznych w budynku, które umożliwiają dostęp do wszystkich pomieszczeń, z wyłączeniem pomieszczeń technicznych, zapewnienie informacji na temat rozkładu pomieszczeń w sposób dotykowy i głosowy, koszty przygotowania projektu oraz koszty doradztwa w zakresie dostępności w trakcie realizacji projektu.

O granty mogą aplikować jednostki samorządu terytorialnego, które nie później niż w dniu złożenia wniosku o udzielenie grantu wyznaczą osobę pełniącą funkcję koordynatora do spraw dostępności oraz opublikują na swojej stronie internetowej w Biuletynie Informacji Publicznej raport o stanie zapewniania dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami. Rozpoczęcie naboru wniosków nastąpiło w czwartym kwartale 2021 roku. Jednostki samorządu terytorialnego zainteresowane pozyskaniem grantu proszone są o śledzenie komunikatów na stronie internetowej PFRON i w mediach społecznościowych. *Oprac. KK.*

Dobra rada – zaszczep się!

Dobrą radę mam.
Pomyśl czasem człowiecze,
że przez własną głupotę
zdrowie ci uciecze.
Więc od igły nie uciekaj
i nie zwlekaj, tylko się szczep.
Ten, kto się nie szczepi,
to do niego wirus się przyczepi.
Zdrowie ci zabierze
i wiadomo, gdzie cię wywiezie.
Wiec na co czekasz
i po co zwlekasz,
zaszczep się jak najprędzej,
taka jest moja dobra rada
i zrób to czym prędzej.

MIROSŁAWA PENCZYŃSKA
UCZESTNICZKA WTZ W SWARZĘDZU

FOT. ARCHIWUM SPDST

Autorka wiersza radzi...

I ty możesz zachorować

Choroby psychiczne dotykają coraz liczniejszą grupę osób. Spada natomiast kondycja opieki psychiatrycznej w Polsce. Za złą jakość opieki zdrowotnej odpowiadają przede wszystkim: zbyt niski poziom finansowania, deficyt kadr, brak koordynacji działań, a także duże ograniczenia i nierówności terytorialne w dostępie do świadczeń z zakresu opieki psychiatrycznej. Wielu chorych trafia do lekarza zbyt późno, co oznacza trudności w leczeniu choroby.

Z pojęciem „choroba psychiczna" spotkał się każdy. Gdy je słyszymy, pierwszą myślą, jaka nam towarzyszy jest myśl, że jest to człowiek niepoczytalny, niezdolny do samodzielnej egzystencji i potrzebujący ciągłej hospitalizacji oraz obserwacji psychiatrycznej. Stereotypów i uprzedzeń na temat problemów zdrowia psychicznego jest mnóstwo. Zdrowym ludziom zdaje się, że takie problemy nigdy ich nie dotkną. Tymczasem – jak wynika z badań – coraz więcej Europejczyków boryka się z chorobami psychicznymi, a epidemia koronawirusa jeszcze je nasiliła. Utrata pracy i pogarszająca się w związku z tym sytuacja materialna, rozpad rodziny, konieczność rezygnacji z realizacji wcześniejszych zamierzeń i planów, brak perspektyw na przyszłość – te właśnie czynniki sprawiają, że nie sposób wyrwać się z kręgu „czarnych myśli".

10 października obchodzony jest Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego. Ustanowiono go w 1992 roku, aby skupić większą uwagę na higienie i ochronie zdrowia psychicznego. Narodowy Program Ochrony Zdrowia Psychicznego zakłada kompleksową opiekę zdrowotną, jednak jej jakość pozostawia wiele do życzenia. W Polsce brakuje psychiatrów. Obecnie w naszym kraju jeden psychiatra dziecięcy przypada na 15 tysięcy dzieci. Nauczanie zdalne i ograniczenie kontaktu z rówieśnikami do rozmów za pośrednictwem komunikatorów internetowych przyspieszyło proces pogarszania się zdrowia psychicznego u dzieci i młodzieży. Pandemia pogłębiła również problemy w rodzinach dysfunkcyjnych.

Jeśli zauważymy u siebie lub kogoś bliskiego problemy ze zdrowiem psychicznym, nie powinniśmy ich lekceważyć. Osobie borykającej się z trudnościami natury psychicznej warto zaproponować konsultację psychologiczną lub psychiatryczną. Wizyta u tych specjalistów to nie powód do wstydu, choć i na ten temat krąży wiele stereotypów. Będziemy zdrowi, jeśli w porę zadbamy o zdrowie naszych bliskich i własne.

KRYSTIAN CHOLEWA

Moje wielkie marzenie

poczta FILANTROPA

Nazywam się Adam Lewandowski, 25 września skończyłem 23 lata. Moim miastem rodzinnym jest Radziejów w województwie kujawsko-pomorskim. Od dziecka choruję na dystrofię mięśniową Duchenne'a (DMD). Jest to rzadka choroba genetyczna, która powoduje postępującą i nieodwracalną degenerację (zanik) mięśni.

Pośród wielu objawów typowe są dla tej choroby trudności z oddychaniem, przerost mięśnia sercowego, skrzywienie kręgosłupa, utrata możliwości chodzenia. Od 9 roku życia poruszam się na wózku inwalidzkim. A od marca 2017 roku, po komplikacjach związanych z zapaleniem płuc, oddycham już stale, w dzień i w nocy, za pomocą respiratora. Wprawdzie jestem osobą dorosłą, ale niestety, nie jestem w stanie samodzielnie zrobić cokolwiek, więc moje życie jest pełne cierpienia oraz bólu fizycznego i psychicznego. Lecz chyba nigdy nie utracę nadziei na pomoc ze strony dobrych ludzi. Nigdy bym nie chciał zostać sam.

Marzy mi się podjazd dla mnie, wózkowicza, do mojego domu, bo chciałbym wyjeżdżać z niego na zewnątrz, aby podziwiać krajobraz i cały świat, miasto, ludzi, przyrodę, niebo. Jest to moje wielkie marzenie. Marzę też o psie asystującym, który by mi wszędzie towarzyszył i byłby moim największym przyjacielem. Bardzo kocham zwierzęta, także rybki w akwarium, którego zresztą nie mam. Chciałbym spędzać przy nim dobre i szczęśliwe chwile bez bólu, choćby te chwile miały być nawet krótkie i ulotne.

Moja choroba genetyczna, niestety, jest agresywną odmianą dystrofii mięśniowej, postępującej w szybkim tempie i obejmującej całe ciało. Cierpi na nią jedna osoba na 3.500 mężczyzn (bardzo rzadko zdarza się kobietom). Lek spowalniający tę chorobę, refundowany w Polsce, mogą otrzymywać na razie tylko dzieci, które jeszcze chodzą. Niestety, ja już od dawna nie chodzę, więc muszę się uzbroić w cierpliwość. Może za jakiś czas będę miał możliwość terapii nowym lekiem refundowanym, na przykład vamorolonem w miejsce kortykosteroidów, które wywołują znacznie więcej groźnych skutków ubocznych. Leki te są kosztowne, więc nie mam szans kupić ich za własne pieniądze i tym samym spowolnić dystrofię, która nie będzie tak szybko zmierzała ku końcowi życia.

Proszę więc Czytelników miesięcznika „Filantrop" z całego serca o wsparcie zwłaszcza na zakup leków, może też na podjazd wózkiem do mojego domu, abym mógł jeszcze mieć kontakt ze światem. Będzie to moja jedyna nadzieja na w miarę normalne życie. Jestem osobą, która Was potrzebuje. Będę niezmiernie wdzięczny za każdy Wasz dar serca na moje konto bankowe: 57-1600-1462-1822-0015-2002-8935.

ADAM LEWANDOWSKI

FOT. ARCHIWUM AUTORA

Od redakcji:

Skan orzeczenia o niepełnosprawności i własnoręcznie podpisana zgoda na publikację apelu o wsparcie znajdują się w naszym posiadaniu.

Bez nich nie dałbym rady

Dziękować trzeba za wszystko, mimo niepełnosprawności. Każde życie jest darem. Człowiek, który się rodzi, zostaje stworzony do jakiegoś celu. Chociaż mam widoczną niepełnosprawność ruchową i wadę wymowy, bardzo dużo udało mi się w życiu osiągnąć. Ukończyłem studia, zrobiłem prawo jazdy kategorii B, podjąłem pracę zawodową. Jestem wdzięczny moim rodzicom i przyjaciołom, że przez cały czas pomagali mi i pomagają jak tylko mogą.

Fakt, że jestem osobą z niepełnosprawnością nie oznacza, że wszystko mi się należy bez zbędnego wysiłku. Przeciwnie – ilekroć mam jakieś zadanie do wykonania, staram się je realizować najlepiej jak potrafię. Gdy coś mi nie wychodzi, próbuję dalej. W dzieciństwie właśnie mama poświęcała mi najwięcej czasu. Ale podziękowania należą się też przedszkolance, która potrafiła dopasować do moich potrzeb poziom nauczania w „zerówce". Nie było wówczas opracowanych programów nauczania dla osób ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, jak ma to miejsce obecnie. Mój śp. tata poświęcał wolny czas po pracy, aby wytłumaczyć mi zadania z matematyki i pomóc w nauce języka obcego. Kuzynowie tłumaczyli mi wiązania chemiczne, dzięki czemu w szkole średniej uzyskałem promocję do następnej klasy. Wyrazy wdzięczności należą się też moim kolegom, na których pomoc w sprawach informatycznych zawsze mogę liczyć. Nie sposób wymienić w tym tekście wszystkich, którym chciałbym podziękować za to, co dla mnie zrobili. Bez nich nie dałbym rady.

KRYSTIAN CHOLEWA

Niewidoma Antosia uczy się życia

poczta FILANTROPA

Antosia nie jest śmiertelnie chora i nie wymaga pilnej operacji. Ale dla jej wzroku nie ma ratunku. Natomiast ma szansę uczyć się, poznawać świat i żyć samodzielnie. Chociaż nigdy nie będzie znała innego świata niż ten w ciemnościach, my rodzice wciąż wierzymy, że życie Antosi nie będzie smutne. Z całych sił walczymy, by nasza ukochana córeczka mogła rozwijać się jak inne dzieci w jej wieku.

Antosia urodziła się 25 listopada 2013 roku jako wcześniak wagi 620 gramów na początku siódmego miesiąca ciąży. Mała istotka z pomocą lekarzy podjęła walkę o zdrowie i życie. Zmagała się z niewydolnością krążeniowo-oddechową, retinopatią, niewydolnością nerek, martwiczym zapaleniem jelit. Wszystko przezwyciężyła! Po czterech miesiącach w inkubatorze, miesiącach łez i modlitw rodziny – Antosia wyszła ze szpitala. Niestety, zupełnie niewidoma. Teraz nadal walczy z niedosłuchem, zaburzeniami sensorycznymi i całościowymi zaburzeniami rozwoju. Nauka podstawowych umiejętności wymaga od naszej córeczki więcej czasu i trudu niż od osób widzących.

Długotrwała respiratoroterapia i żywienie przez sondę spowodowały, że Antosia wciąż ma problemy z prawidłową i płynną wymową. Dlatego cały czas potrzebuje intensywnej terapii neurologopedycznej i sensorycznej oraz turnusów neurologopedycznych. Musi też ćwiczyć prawidłową postawę ciała, poruszanie się z przewodnikiem i z białą laską, uczy się liter brajla i pisania na maszynie brajlowskiej, ale to jest bardzo trudne. Każdego dnia poznaje świat przy wsparciu nas – rodziców i terapeutów: tyflopedagoga, neurologopedy, surdologopedy, terapeuty SI (zaburzeń sensorycznych), fizjoterapeuty, hipoterapeuty.

Chodzi do „zerówki", a popołudniami codziennie ma zajęcia terapeutyczne i ćwiczy z mamą w domu. W swoim siedmioletnim życiu osiągnęła umiejętności, które dla wielu mogłyby wydawać się poza jej zasięgiem. Mówi, chodzi, sama porusza się w znanym jej pomieszczeniu, jeździ na hulajnodze. Bardzo lubi chodzić do szkoły i czytać bajki, zwłaszcza o księżniczkach i zwierzętach. Uwielbia skakać, jeździć na hulajnodze i słuchać muzyki. Wszystko chciałaby wiedzieć, więc codziennie zadaje nam, rodzicom, milion pytań i daje nam nieźle „popalić". Bo świat, który wy możecie zobaczyć, Antosia może tylko dotknąć, usłyszeć, powąchać, posmakować.

FOT. (2X) Z RODZINNEGO ARCHIWUM

Dziś każda złotówka to najlepsza inwestycja w jej przyszłość. Opieka specjalistów, rehabilitacja, konsultacje medyczne, turnusy, badania i protezowanie słuchu, zakup specjalistycznego sprzętu dla niewidomych – wiążą się z ogromnymi kosztami, które przekraczają nasze możliwości finansowe, dlatego w imieniu Antosi prosimy o pomoc.

Aktualnie zbieramy pieniądze na turnus rehabilitacyjny i drukarkę brajlowską.

Antosi można pomóc za pośrednictwem Fundacji „Avalon" wpłacając darowiznę na nr rachunku odbiorcy 62 1600 1286 0003 0031 8642 6001, nazwa odbiorcy Fundacja „Avalon" Bezpośrednia Pomoc Niepełnosprawnym, ul. Michała Kajki 80/82 lok. 1, 04-620 Warszawa tel. 22-266-82-36, tytułem: Jendrzejczak 12937.

Można też pomóc Antosi wysyłając SMS o treści POMOC 12937 pod numer 75 165 (koszt 6,15 zł. z Vat).

Serdecznie dziękujemy za każdą pomoc.

MONIKA I MAREK JENDRZEJCZAK
RODZICE ANTOSI
PIOTRKÓW KUJAWSKI

Tajemnice Albanii

6 września udaliśmy się do Biblioteki Publicznej w Swarzędzu na kolejne spotkanie ze znanym nam podróżnikiem Andrzejem Pasławskim. Pan Andrzej jest wielkim pasjonatem odkrywania piękna mniej znanych części świata. Tym razem zaprosił nas do Albanii, w której bywał wielokrotnie. Opowiadał nam, jak wygląda tam życie.

W tym kraju bywa często, zna jego tajemnice i chętnie się z nimi dzieli. Albania ma 3,5 miliona mieszkańców, większość kraju położona jest na rozległym terenie górskim, płaci się walutą zwaną „lekami". Godłem Albanii od 31 lipca 2002 roku jest czarny dwugłowy orzeł. Na całym obszarze kraju więźniowie pobudowali bunkry. Powstało ich kilkadziesiąt tysięcy. Miały służyć wszystkim obywatelom jako schronienie. Bunkrów już się nie buduje, ale te z dawnych czasów pozostały. Ludzie są tam bardzo życzliwi i otwarci na gości. Kobiety są szanowane i trzeba uważać, żeby przypadkiem nie nadepnąć pani na stopę, gdyż może to się skończyć karą, a prawo w tym kraju jest bardzo surowe. Przestrzega się tam prawa inaczej niż w Polsce. Dla przykładu, gdy zginie jeden członek rodziny, to pozostali mają prawo pomścić zmarłego.

Owce, kozy i muły to tamtejsze zwierzęta, a mleko kóz i owiec służy do wyrobu serów. Sery są tak wyrabiane, że każde gospodarstwo ma inny smak przez dodawanie różnorodnych ziół. Na targu ulicznym pośród rozmaitości znajdziemy ryby, kosmetyki czy obuwie. Prawo drogowe nie istnieje, gdyż główną zasadą jest, że im większy samochód, tym więcej może. Kręte, ciasne drogi górskie, pozwalają na jazdę 7 kilometrów na godzinę. Czasem bywa tak, że chcąc przejechać trasę, sami budujemy drogę z kamieni. Jadąc dalej, naszym oczom ukaże się niesamowity krajobraz wodospadów i wód, w których zażywano kąpieli. Urzekły mnie zdjęcia rzeźb wyżłobionych przez wodę w kamieniu wapiennym.

Religia to w 12% katolicy, a w większości – islam. Wchodząc do meczetu zdejmujemy buty, obracając je podeszwami do góry i tym samym oddajemy cześć Allachowi. Wystrój meczetu jest skromny. 18 lat temu papież Polak odbył podróż do kraju Matki Teresy z Kalkuty. Zastrzegł sobie, że przyjedzie wraz z Matką Teresą, która w tym kraju była skazana na śmierć. Powodem była ucieczka w wieku 18 lat z Albanii, a niegdyś prawo było surowe. Obecnie Albańczycy szczycą się tym momentem i miłosiernym rozwiązaniem problemu przez papieża.

Dobrze było wrócić do Biblioteki Publicznej w Swarzędzu po półtora roku przerwy. Zawsze nam miło uczestniczyć w spotkaniach z interesującymi ludźmi, którzy odkrywają przed nami ciekawe zakątki świata, jak Andrzej Pasławski. Serdecznie dziękujemy pracownikom biblioteki za zaproszenie na prelekcję.

MICHAŁ OGONIAK
UCZESTNIK WTZ W SWARZĘDZU

FOT. (2X) ARCHIWUM SPDST

Światowy Dzień Reumatyzmu

Coraz więcej Polaków i Europejczyków cierpi na choroby o podłożu reumatycznym. Do grupy tych chorób zalicza się między innymi reumatoidalne zapalenie stawów. Choroby takie dotykają zarówno osoby w wieku podeszłym jak i młode, także dzieci i zaliczane są do najpoważniejszych problemów zdrowotnych na świecie.

Młodzieńcze idiopatyczne zapalenie stawów, reumatoidalne zapalenie stawów, toczeń rumieniowaty układowy, zesztywniające zapalenia stawów kręgosłupa oraz inne schorzenia znacząco utrudniają codzienne funkcjonowanie. Osoba mająca problemy z kręgosłupem powinna jak najszybciej trafić do lekarza, aby mogła zostać postawiona diagnoza, a następnie wdrożone leczenie. Pacjenci ze schorzeniami o podłożu reumatycznym mają trudności z myciem się, ubieraniem, jedzeniem i innymi czynnościami, które osoby zdrowe wykonują rutynowo. Z ograniczeniami w codziennym funkcjonowaniu wiążą się częste nieobecności chorego w pracy, co jest trudne tak dla samego pracownika jak i dla jego pracodawcy.

12 października każdego roku obchodzimy Światowy Dzień Reumatyzmu. Dzień ten jest okazją, aby przybliżyć naszym bliskim i współpracownikom, z czym wiążą się choroby o podłożu reumatycznym. W Polsce nie ma wystarczającej liczby reumatologów w placówkach publicznej opieki zdrowotnej, co powoduje, że pacjenci mają utrudniony dostęp do pomocy medycznej ze strony tego specjalisty. Silne i dokuczliwe bóle przekładają się na pogorszenie stanu psychicznego. Dlatego tym większe znaczenie ma edukacja i niesienie kompleksowej pomocy chorym oraz ich bliskim.

KRYSTIAN CHOLEWA

Zapach morskiej wody

Jak co roku, sierpień był dla naszego Stowarzyszenia Pomocy Dzieciom Specjalnej Troski w Swarzędzu miesiącem, w którym od czternastu lat, dzięki hojności naszych sponsorów, wyjeżdżamy na turnus zdrowotno-wypoczynkowy do Darłówka. Mieszkaliśmy w budynku firmy BALTIC-RESORT.

Mieliśmy tam możliwość skorzystania z zabiegów rehabilitacyjnych i morskiego powietrza. Na naszych twarzach gościł cały czas uśmiech, ponieważ piękna pogoda zachęcała do codziennych spacerów brzegiem morza. Mogliśmy również poczuć ciepły piasek pod stopami i doznać naturalnego masażu nóg, a morskie fale niczym muzyka zachęcały nas do relaksu. Dla bardziej odważnych była kąpiel w morzu.

Ciekawą atrakcją Darłówka jest również rozsuwany most, piękne molo i latarnia morska. Znajduje się tam również port, przez który przepływają wycieczkowe statki o nazwie "Król Eryk I" i „Unikus". Oba są bardzo ładne, a dzięki nim można zobaczyć bezkres morza i jego wielkość. Podczas rejsu statek płynie zgodnie z warunkami, jakie panują na morzu i jest to piękne uczucie. Mogliśmy pójść do kawiarni na pyszne lody i wypić dobrą kawę.

W tym nadmorskim mieście jest też Kościół pod wezwaniem św. Maksymiliana Marii Kolbe. Odpust w tej parafii odbywa się 15 sierpnia. Co roku oczekujemy na upragnione wakacje w Darłówku, by nabrać sił i nałykać się jodu. Każdego dnia budziły nas głosy mew i innych morskich ptaków. Ich głosy, śpiew są bardzo wyraziste i nie da się ich z niczym porównać. Cieszymy się, że tegoroczne lato, mimo pandemii, udało nam się wspaniale spędzić. Będziemy ten wyjazd długo wspominać. Pragniemy z całego serca podziękować władzom samorządu gminy i powiatu, a Stowarzyszeniu za zorganizowanie wyjazdu.

MIROSŁAWA PENCZYŃSKA
UCZESTNICZKA WTZ W SWARZĘDZU

FOT. (4X) ARCHIWUM SPDST

Cudowne trzy dni

Od 9 do 11 września większość z nas z Warsztatu Terapii Zajęciowej w Swarzędzu przebywała na trzydniowej wycieczce nad morzem w miejscowości Pustkowo. Mieszkaliśmy w pięknym ośrodku wczasowym położonym wśród zieleni. Byliśmy zakwaterowani w pięknych dwu i trzyosobowych pokojach z balkonem, aneksem kuchennym, łazienką. Można było kąpać się w morzu, słoneczna pogoda zachęcała, nie mówiąc już o kąpielach słonecznych.

Oddychaliśmy morskim powietrzem, spacerowaliśmy słuchając szumu fal. Ciekawe było opowiadanie o pobliskim kościele pod wezwaniem św. Mikołaja w Trzęsaczu, który niegdyś był oddalony o prawie 2 kilometry od morza. Został zniszczony przez fale morskie, a ostatnie nabożeństwo odbyło się 2 marca 1874 roku. Teraz można było kupić pamiątkę z Pustkowa w postaci magnesików, kubków, pocztówek i innych gadżetów.

Pobyt nad morzem, w otoczeniu cudownej przyrody, dał nam wspaniały wypoczynek i poprawę zdrowia. W imieniu moich kolegów i koleżanek serdecznie dziękuję Powiatowemu Centrum Pomocy Rodzinie w Poznaniu za pomoc w sfinansowaniu wycieczki, a naszym terapeutom za opiekę. Cieszę się, że mogliśmy razem przeżyć te cudowne, nadmorskie dni.

AGATA KIEJDROWSKA

FOT. (5X) ARCHIWUM SPDST

Czar muzyki bębnów

W piątkowy poranek 16 lipca po raz drugi muzyka bębniarska zagościła w naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej w Swarzędzu. Prowadzący warsztaty muzyczne Rafał Ławski jak zwykle oczarował nas muzyką. Melodia wydobyta z bębnów stała się czarodziejska, jest dla nas źródłem głębokich przeżyć.

Zapadły mi w pamięci słowa pan Rafała: „muzyka jednoczy, uspokaja i daje radość". Dzień przed zmaganiami sportowymi udało się nam odpędzić deszcz afrykańskimi rytmami. Dowiedzieliśmy się, że są dwa rodzaje bębnów. Potrafimy już odróżnić ich dźwięki. W jeden uderzamy w membranę pałeczką, a drugi rytm możemy wybić ręką. Tym razem, by zobaczyć współbrzmienie bębnów z innymi instrumentami, przywieziono „krowi dzwonek górski" oraz „dzwoneczeki pasterskie".

Bardzo ważne jest, aby w grze na instrumencie panować nad rękami. Odgrywa ważną rolę nasz słuch, który pomaga powtórzyć zadanie. Dużym plusem jest brak zasilania, aby wydobywać głośną muzykę z tych instrumentów. Lekcja pokazała szacunek do muzyki, samych siebie oraz do innych ludzi, a także wiarę we własne możliwości. Kiedy jestem w domu, to miło usłyszeć charakterystyczne brzmienie pana Rafała, gdyż mieszka w okolicy.

MICHAŁ OGONIAK
UCZESTNIK WTZ W SWARZĘDZU

FOT. (2X) ARCHIWUM SPDST

Nauka empatii

Reakcje dzieci na niepełnosprawność nie są miłe. „Dlaczego ten pan tak dziwnie chodzi?" albo: „Dlaczego ta pani ma takie wykrzywione nogi?" – chyba każdy z nas choć raz w życiu usłyszał tego typu zdanie na swój temat. Dzieci nie rozumieją, co oznacza słowo „niepełnosprawność" i nie zdają sobie sprawy, że kogoś krzywdzą swoją dociekliwością.

Rolą rodziców jest ich edukacja w temacie ograniczeń zdrowotnych, a przede wszystkim budzenie w nich społecznej empatii wobec odmienności. Wiele osób, także dorosłych, uważa, że bycie osobą z niepełnosprawnością jest fajne, bo otrzymuje się rentę i nie trzeba chodzić do pracy.

Zdrowi muszą się męczyć – chodzić do szkoły, odrabiać lekcje, zdawać egzaminy, a gdy dorosną – szukać ciekawych zajęć zarobkowych. Niepełnosprawni mają jeszcze trudniej, a często tylko „pod górkę". Renta socjalna czy inwalidzka nie każdemu przysługuje, a poszukiwanie zatrudnienia też nie należy do łatwych spraw, bo polski rynek pracy wciąż nie jest wystarczająco przyjazny osobom z ograniczeniami sprawności.

Dzieciom nie można się dziwić, że pojmują niepełnosprawność jako coś innego, rzadko spotykanego, nietypowego. Również rolą nauczycieli jest edukować młode pokolenie tak, aby było jak najlepiej przygotowane do życia w społeczeństwie równych szans i możliwości. By widok człowieka na wózku nie był szokiem, a normalną sprawą. W szkolnych lekturach nie ma nic o niepełnosprawności, jednak niezapomnianą lekcją empatii może okazać się dla młodych ludzi na przykład wizyta w warsztacie terapii zajęciowej, gdzie osoby z niepełnosprawnościami doskonalą swoje talenty twórcze oraz uczą się niezależnego i samodzielnego życia. Szkolne koła wolontariatu chętnie włączają się w działania przy różnego rodzaju akcjach charytatywnych, dzięki czemu członkowie tych kół mogą dowiedzieć się, jak pomagać słabszym.

KRYSTIAN CHOLEWA

Dla osób z autyzmem

W Polsce zaledwie 1 procent osób z autyzmem i zespołem Aspergera jest aktywnych na rynku pracy. Osoby te posiadają uzdolnienia i predyspozycje w różnych dziedzinach, są obowiązkowe oraz sumienne, ale pracodawcy, dowiadując się o schorzeniu, nie dają im szansy na podjęcie aktywności zawodowej. W jakich dziedzinach ludzie z autyzmem i zespołem Aspergera okazują się niemal niezastąpionymi fachowcami? Przede wszystkim w branży informatycznej, związanej z nowoczesnymi technologiami.

Osoby z tego rodzaju niepełnosprawnością bardzo dobrze radzą sobie w pracy wymagającej koncentracji i dokładności, która jednocześnie wymaga działań powtarzalnych i pożądana jest w niej dobra pamięć do faktów i liczb. Są również doskonałymi testerami oprogramowania, gdyż charakteryzuje je wytrwałość oraz umiejętność analitycznego myślenia. Na Zachodzie zatrudnianie osób z autyzmem i zespołem Aspergera nie jest niczym nowym, ale u nas wciąż niewielu pracodawców wie, w jaki sposób się do tego przygotować i co zrobić, aby stworzyć im szansę na pełnoprawne uczestnictwo w pracy zespołowej.

Z myślą o potrzebach i osób ze spektrum autyzmu, i pracodawców, powstał innowacyjny projekt pod nazwą asperIT. Jego realizatorem jest Europejska Fundacja Aktywizacji Społecznej EFAS stworzona przez przedsiębiorców działających w branży IT od 2006 roku. Projekt, jak zaznaczają założyciele Fundacji, ma pomóc osobom neuronietypowym w edukacji i integracji. Organizatorzy pragną, aby te osoby mogły odnaleźć się w społeczeństwie i czuć, że są traktowane na równi z innymi. Dobra pamięć do faktów i liczb, jaką mają osoby z autyzmem i zespołem Aspergera, przekłada się na wysoki poziom umiejętności informatycznych, a to z kolei jest czynnikiem decydującym na etapie wyboru kandydatów do pracy w sektorze IT. Fundacja oferuje firmom szkolenia kadrowe przygotowujące do zatrudniania osób z autyzmem oraz do współpracy z nimi. O projekcie, szkoleniach i pozostałych działaniach Fundacji można przeczytać na stronie asperit.org

Oprac. KK.

Fotografie – obrazy piękna świata

Od sierpnia tego roku w WTZ „Promyk" w Konarzewie działa pracownia fotograficzna. Uczestnicy uczą się m.in. obsługi aparatu, poznają historię i rodzaje fotografii, przygotowują tła fotograficzne, zajmują się organizacją scenografii, przy sprzyjającej pogodzie wykonują zdjęcia w plenerze.

Na początku miesiąca uczestnicy losują temat i wykonują zdjęcia. Po zakończeniu fotografowania każdy z uczestników zgrywa swoje zdjęcia na komputer i gdy zachodzi taka potrzeba, obrabia je w programie komputerowym. Gdy zdjęcia są gotowe, rozmawiamy o emocjach które towarzyszyły nam podczas fotografowania. Każdy wykonuje zdjęcia samodzielnie, dzięki czemu uczestnicy są dumni ze swojej pracy i chętni do kolejnych działań. Rozmowa o fotografiach jest bardzo ważna, każdy z nas inaczej patrzy na świat i co innego w nim dostrzega.

Zajęcia w pracowni fotograficznej prowadzone są za pomocą różnych metod i form pracy dostosowanych do możliwości i zainteresowań uczestników. Zajęcia terapeutyczne z udziałem fotografii to wspaniała możliwość rozwijania i aktywizowania uczestników. Fotografowanie poprawia koordynację wzrokowo-ruchową, rozwija kreatywność, zmysł estetyczny, wrażliwość na piękno otaczającego świata.

KAMILA ŁUKASIEWICZ
TERAPEUTKA

FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK"

„Promyki" nad morzem

12 września uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk" z Konarzewa i Otusza wraz z opiekunami i terapeutami wyruszyli do Pustkowa nad morzem. Na miejscu byliśmy pod ogromnym wrażeniem hotelu, w którym zajęliśmy pokoje i rozpakowaliśmy bagaże. Zaraz też wyruszyliśmy na pierwszy spacer, aby przywitać się z morzem.

Nasze wspólne wyjazdy turystyczne zawsze obfitowały w różnorodne atrakcje. Zgodnie z tą tradycją uraczono nas przepysznymi goframi, a następnie atrakcjami nie tylko kulinarnymi. Jedną z nich był objazd kolejką turystyczną całej okolicy, podczas której towarzyszyły nam wspólne rozmowy i żarty, a zwłaszcza śmiechu było co niemiara.

Drugiego dnia wieczorem była dyskoteka. Cóż to był za niezrównany sposób aktywności ruchowej! Zabawa trwała kilka godzin, a prowadzona była przez utalentowanego muzyka. Zmęczeni i szczęśliwi wróciliśmy do swoich pokoi, by wypocząć. Nazajutrz już szykowaliśmy się do powrotu do domów. Był już czas pożegnania się z wielką wodą. Trochę było smutno, ale byliśmy szczęśliwi, bo bogatsi o piękne wspomnienia. Wszystkim naszym opiekunom i terapeutkom, a zwłaszcza panu Bogdanowi Maćkowiakowi, naszemu kierownikowi, dziękujemy za te trzy dni nad morzem.

AGNIESZKA KUŹLAK
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK" W KONARZEWIE

FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK"

Wierny towarzysz

Pies jest najwierniejszym przyjacielem człowieka. Nie ma piękniejszej chwili niż ta, kiedy patrzy na nas błagalnym wzrokiem, bo chce dostać coś, co akurat jemy. Z psem miło spędza się czas, ale trzeba również odpowiednio się nim opiekować. Dbać, aby regularnie był badany przez weterynarza i miał wykonane szczepienie przeciw wściekliźnie. Od pewnego czasu posiadam czworonoga. Jest on wesoły, lubi biegać na dworze i bawić się ze mną.

Zawsze wiem, że ktoś idzie do nas. Wtedy nasłuchuje, a gdy usłyszy dzwonek do drzwi, szczeka. Do obcych psów trzeba podchodzić ostrożnie. Każdy pies ma swój charakter i nigdy nie wiadomo, jak zareaguje. Czasem niekontrolowane ruchy, spowodowane na przykład silną spastyką u osoby niepełnosprawnej, mogą sprawić, że pies się wystraszy i zareaguje agresywnie. Gdy widzimy, że pies jest niespokojny, nie powinniśmy uciekać, unosić rąk do góry ani wymachiwać różnymi przedmiotami, np. kulami ortopedycznymi. W takiej sytuacji trzeba zachować spokój.

Specjalnie wyszkolone psy są przewodnikami osób niewidomych. Pomagają im orientować się w przestrzeni podczas wyjścia z domu. Są to tak zwane psy pracujące. Nie wolno ich głaskać ani czymkolwiek dekoncentrować. Pies przewodnik musi być cały czas skupiony. Czworonogi mają bardzo wyczulony węch. Nie lubią zapachu alkoholu. Każdy pies zasługuje na miłość, ciepły dom i należytą opiekę. Uważam, że oddawanie psa do schroniska to niewłaściwe zachowanie, bo przecież pies jest naszym przyjacielem, a przyjaciół się nie odrzuca, niezależnie od tego, co w życiu się nam przytrafi.

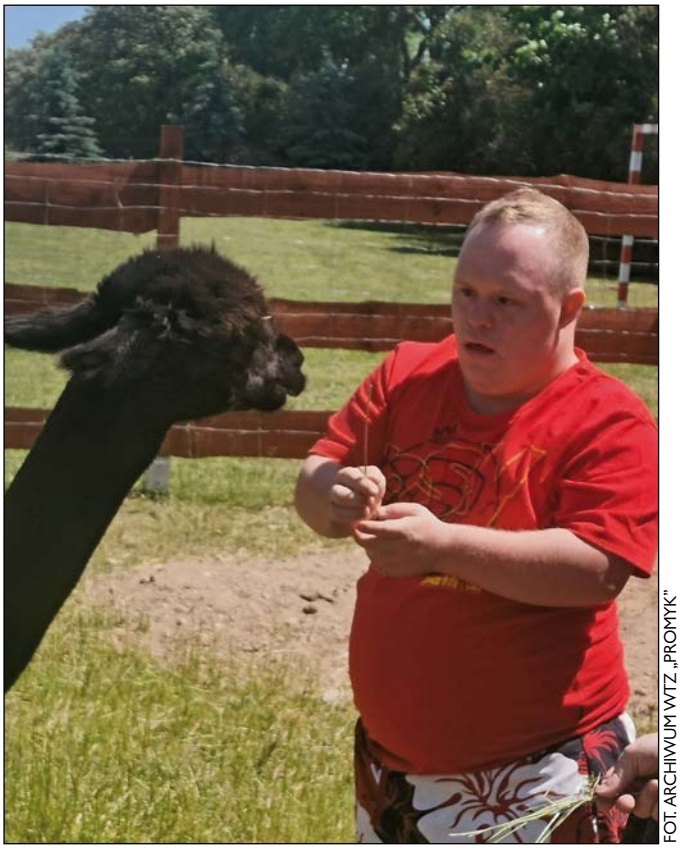
KRYSTIAN CHOLEWA

Bono, Czupur i Mania

Alpaki Bono, Czupur i Mania mieszkają przy Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk" w Otuszu już od kilku miesięcy. Trochę urosły, pierwszy raz po postrzyżynach oddały swoją cenną wełnę. Taki zabieg wykonuje się raz w roku na wiosnę. Włókno alpaki jest cenione jako wypełnienie ciepłych poduszek i kołder oraz projektowanie odzieży na całym świecie. Te łagodne zwierzęta są nam bardzo przyjazne. Możemy je głaskać, przytulać, karmić z ręki. Mają przyjemną, miękką w dotyku wełnę, przebywanie z nimi sprzyja rozluźnieniu i uspokojeniu, łagodzi lęki i stresy. U dzieci kontakt z tymi zwierzętami pozytywnie wpływa na rozwój ruchowy i pewność siebie. Alpakoterapia jest szczególnie polecana u osób z nerwicą, autyzmem, ADHD i zespołem Downa. Trudno nie kochać tych zwierząt.

Alpaki są przeżuwaczami, żywią się trawą z pastwiska. Podajemy im drobno pociętą marchewkę, również paszę specjalnie dla nich. Szybko się uczą chodzenia na smyczy, przybiegają wołane po imieniu. Codziennie zabieramy je na spacer: zakładamy im kantary, przypinamy smycz i w drogę. Lubimy je, a one nas. To nasi czworonożni przyjaciele. Jesteśmy z nich dumni.

NATALIA KALINOWSKA
UCZESTNICZKA WTZ „ PROMYK"
W OTUSZU



FOT. ARCHIWUM WTZ „PROMYK"

Poszukiwanie przyjaciela

20 sierpnia uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk" w Konarzewie i Otuszu w kinie „Wielkopolanin" w Buku oglądali wzruszający film „Lassie, wróć". Była to opowieść o najwierniejszym psie świata. W napięciu trzyma jego niezwykła podróż w poszukiwaniu domu i najlepszego przyjaciela.

Dwunastolatek Flo i suczka Lassie są nierozłączną parą. Niestety, tata chłopca traci pracę i cała rodzina musi przenieść się do małego mieszkania, gdzie psy nie są akceptowane. Zrozpaczony Flo musi rozstać się z Lassie. Pies zostaje oddany w ręce rozpieszczonej dziewczynki, która zawozi go do swojego domu nad morzem. Jednak Lassie ucieka. Przemierza cały kraj, by odnaleźć Flo. Również Flo poszukuje Lassie. Przyjaciół dzielą setki kilometrów, chłopiec i pies zrobią wszystko, żeby znów być razem.

Wychodziliśmy z kina wzruszeni i pełni podziwu dla niezwykłej więzi, która łączy człowieka i zwierzę.

ALEKSANDRA TONDER
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK"
W OTUSZU

FOT. ARCHIWUM WTZ „PROMYK"

W KLESZCZEWIE PO RAZ DRUGI W TYM ROKU

Żywność potrzebującym

7 września Stowarzyszenie „Pomagam", wraz z Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Kleszczewie, otrzymało nieodpłatną żywność z Wielkopolskiego Banku Żywności w Poznaniu dla mniej zamożnych mieszkańców gminy Kleszczewo.

Żywność ta składała się z cukru, fasolki po bretońsku, filetów z makreli, groszku z marchewką, herbatników maślanych, kaszy jęczmiennej, kawy zbożowej, makaronu jajecznego, miodu, mleka UHT, oleju rzepakowego, płatków owsianych, powideł śliwkowych i mielonego z szynki wieprzowej. 204 obdarowanych zasiliło swoje gospodarstwa domowe w potrzebne artykuły spożywcze.

Przez dwa dni (8 i 9 września) w świetlicy w Poklatkach panie Edyta, Ania, Renata, Natalia i Małgosia, wolontariuszki Stowarzyszenia, wydały żywność rodzinom mniej zamożnym. Serdecznie im dziękuję za wykonaną pracę i sprawne przekazanie produktów zainteresowanym. Przeniesienia żywności z samochodu ciężarowego do świetlicy dokonali sami obdarowani.

Panu sołtysowi Ferdynandowi Nowickiemu należą się podziękowania za udostępnienie sali w porozumieniu z Bogdanem Kemnitzem, wójtem gminy Kleszczewo. Nie byłoby to możliwe bez pomieszczenia na rozładunek, a następnie rozdysponowania rodzinom kleszczewskim. Kryterium pomocy żywnościowej jest kwota 1161,60 zł na osobę w rodzinie, a w sytuacji jednoosobowego gospodarstwa – kwota 1542,20 zł.

MIROSŁAWA RADZIMSKA

FOT. (2X) ARCHIWUM STOWARZYSZENIA „POMAGAM"

Kompleksowa diagnostyka

24 września zostało otwarte Milickie Centrum Wsparcia CAPITOL. To placówka prowadzona przez Milickie Stowarzyszenie Przyjaciół Dzieci i Osób Niepełnosprawnych. Działania placówki skierowane są głównie do najmłodszych pacjentów. Ten nowy obiekt to szansa na kompleksową diagnozę i rehabilitację z wykorzystaniem nowoczesnego sprzętu. W uroczystym otwarciu uczestniczył premier Mateusz Morawiecki i Paweł Wdówik, pełnomocnik rządu do spraw osób niepełnosprawnych.

Milickie Centrum Wsparcia CAPITOL – jak informują źródła internetowe – będzie rozszerzeniem działalności Ośrodka Wczesnej Interwencji, w którym są rehabilitowane dzieci od trzeciego tygodnia życia. Stowarzyszenie organizuje również warsztaty terapeutyczne dla osób chorych i z niepełnosprawnościami oraz prowadzi dzienny ośrodek rehabilitacyjny.

Premier zaznaczył, że „solidarne społeczeństwo, to społeczeństwo, które przede wszystkim wyciąga rękę do najsłabszych". Zdaniem premiera niezwykle ważne jest wzmacnianie wsparcia osób z niepełnosprawnościami. Przypomniał, że Rada Ministrów przyjęła rozwiązanie zakładające zwiększenie wydatków na Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych o 800 milionów złotych. *Oprac. KK.*

Tramwajem wodnym...

11 września pięćdziesięcioosobowa grupa dzieci, seniorów i osób z niepełnosprawnościami z Kleszczewa i gminy Kleszczewo wybrała się w podróż do Bydgoszczy z Biurem Turystycznym „Dominika" w Środzie Wielkopolskiej. Na wstępie po bydgoskiej, przepięknej bazylice oprowadził nas przewodnik. Wędrowaliśmy też po parkach miasta, zwiedzaliśmy pomniki, podziwialiśmy secesyjne kamieniczki.

Wart uwagi jest pomnik łuczniczki przy Teatrze Polskim. Podziwialiśmy fontannę „Potop" (na jej tle jesteśmy na fotografii). W katedrze urzekł nas niezwykły, fioletowy koloryt wnętrza. Na rynku, w Informacji Turystycznej PTTK, zaopatrzyliśmy się w pamiątki. Mieliśmy wiele wrażeń na Barce Lemara, czyli osobliwym muzeum, a po nim był tramwaj wodny po rzece Brdzie. Maszerując na Wyspę Młyńską po drodze minęliśmy Operę. Zafascynowała nas wystawa malarstwa Leona Wyczółkowskiego.

W Muzeum Mydła i Historii Brudu poznaliśmy problemy związane z higieną. Tu na warsztatach każdy uczestnik wycieczki zaprojektował sobie kolorowe, pachnące mydło, które otrzymał jako pamiątkę do domu. I na tym zakończył się nasz pobyt w pięknym, polskim mieście Bydgoszcz.

Nasza wycieczka została zrealizowana przez Stowarzyszenie „Pomagam" w Kleszczewie.

MIROSŁAWA RADZIMSKA
KOORDYNATOR PROJEKTU

FOT. ARCHIWUM STOWARZYSZENIA „POMAGAM"

Aktywność w MPD

6 października przypada Światowy Dzień Mózgowego Porażenia Dziecięcego. Większość czytelników naszego miesięcznika z pewnością orientuje się, czym jest mózgowe porażenie dziecięce. Jak sama nazwa wskazuje jest wadą rozwojową wieku dziecięcego. Charakterystyczną jej cechą są problemy z poruszaniem się.

Osoba z mózgowym porażeniem dziecięcym musi szczególnie dbać o kręgosłup. Nie powinna obciążać go przez nadmierny wysiłek. Mózgowe porażenie dziecięce u każdej osoby przebiega inaczej – jest to uzależnione od stopnia niepełnosprawności. Niekiedy towarzyszy mu nadmierne napięcie mięśniowe (postać spastyczna MPD). Są osoby z MPD, które wymagają całodobowej pomocy we wszystkich czynnościach dnia codziennego, a są i takie, które osiągnęły pewien poziom samodzielności i bez trudu radzą sobie w życiu. Ja na przykład chodzę szybciej, ale mam problemy z równowagą, natomiast mój kolega z MPD chodzi znacznie wolniej. Mózgowego porażenia dziecięcego nie da się wyleczyć farmakologicznie, choć można stosować leki powstrzymujące dokuczliwe objawy MPD.

Przypomnę, że MPD po raz pierwszy opisał Hipokrates, a obszerne badania związane z MPD powziął w XIX wieku John William Little. U osób z mózgowym porażeniem dziecięcym często występują zaburzenia mowy, na ogół związane ze słabą kontrolą układu oddechowego, dysfunkcjami krtani i ograniczonymi ruchami mięśni twarzy. Niektóre osoby z MPD w ogóle nie mówią, ale nie oznacza to, że nie mają nic do powiedzenia. Aby mogły się komunikować z otoczeniem i aby otoczenie mogło je rozumieć, wymyślono tak zwane piktogramy, czyli symbole obrazkowe, dzięki którym niemówiąca osoba z MPD może na przykład zasygnalizować, że chce jej się pić lub że na coś nie ma ochoty.

W przypadku każdej niepełnosprawności, również mózgowego porażenia dziecięcego, niezwykle ważna jest akceptacja. Osoby z MPD czasem robią coś wolniej, potrzebują więcej czasu na naukę i na przyswojenie obowiązków w nowym miejscu pracy, ale to nie przekreśla ich wartości. Wiele osób z tą wadą rozwojową w życiu dorosłym osiąga sukcesy w różnych dziedzinach.

KRYSTIAN CHOLEWA

Radość nad morzem

Od osiemnastu lat nasza wspólna grupa uczestników Domu Pomocy Maltańskiej w Puszczykowie i wychowanków Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. J. Korczaka w Mosinie wyjeżdżała na letni wypoczynek w Darłówku. Tak było i w tym roku. Nad morze dotarliśmy 28 sierpnia, aby spędzić tam blisko dwa niezapomniane tygodnie.

Zamieszkaliśmy w Ośrodku Wypoczynkowym „Diuna" w Darłówku. Nasza 64-osobowa grupa czuła się tam jak u siebie. Mimo przelotnych niekiedy deszczów codziennie robiliśmy wypady na plażę, brzegiem szumu fal. Śmiałkowie brali morską kąpiel. Inni korzystali z uroków kąpieli w parku wodnym z basenami o różnej głębokości, wodnymi biczami, zjeżdżalniami. Przeżyliśmy rejs statkiem „Król Eryk I". Nie zabrakło odważnych śmiałków: Jarka, Jakuba i Bartka, którzy zdecydowali się na przejęcie sterów na pełnym morzu.

Atrakcją były dwie dyskoteki. Ta pierwsza ciekawiła, kto zostanie królem i królową? Ta druga była okazją do podsumowania całego obozu i wspominania pierwszych wyjazdów do Darłówka. Kolejną atrakcją były wieczorne ogniska i śpiewy w gronie przyjaciół.

Pewnego popołudnia rywalizowaliśmy w turnieju bocci. Były okrzyki radości, ale i złości, lecz wszystkich w dobry nastrój wprowadzali dopingujący koledzy i koleżanki. Po zawziętej walce wybraliśmy się na kręgielnię przy Hotelu „Jan" w Darłówku. W parku rozrywki jeździliśmy elektrycznymi samochodzikami i kręciliśmy się na zwariowanej karuzeli. Nasi uczestnicy wieczór w wesołym miasteczku zapamiętają na wiele lat, bo tam pokonywali swoje słabości. Każdy terapeuta powinien zafundować sobie taki wyjazd jak do Darłówka, ponieważ podczas takich eskapad poznajemy się nawzajem w nowych rolach i sytuacjach. Co najważniejsze: przebywanie z uczestnikami niech przynosi obopólną radość i satysfakcję.

Wyjazd na obóz odbył się dzięki finansowemu wsparciu Wojewody Wielkopolskiego, Powiatu Poznańskiego i Miasta Puszczykowa.

DAMIAN ŁAWNICZAK
MARCIN DUDEK

FOT. (3X) ARCHIWUM DOMU POMOCY MALTAŃSKIEJ

Pomagaliśmy sobie nawzajem

5 września wyruszyliśmy z naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach do Sarbinowa nad morze. Niektórzy z nas byli z opiekunami i rodzicami, byli też terapeuci i pielęgniarka – słowem autobus był pełen.

Zaraz po przyjeździe poszliśmy przywitać się z morzem. W hotelu zaczęła się próba samodzielności. Niektórzy mieli trudności z rannym wstawaniem, innym terapeuci pomagali ubierać się odpowiednio do pogody. Chodziliśmy w mieście na lody, gofry, frytki, smażone rybki. Kupowaliśmy pamiątki i przydatne rzeczy – czapki, okulary, torebki turystyczne, apaszki.

Pomagaliśmy sobie nawzajem: przy zakupach, gdy ktoś był na wózku, albo przy wejściu na latarnię morską czy przy wyjeździe do Kołobrzegu. Wspólnie przeżyte chwile bardziej nas połączyły i mogliśmy na siebie liczyć. Dzięki temu wyjazd był udany i przyjemny. Zaletą Sarbinowa jest promenada wzdłuż brzegu morza, bo ludzie na wózkach mogą tam jeździć i być bliżej plaży i morza.

Na ten wyjazd czekaliśmy bardzo długo. Nareszcie się udało. Był to dla nas wyjazd podsumowujący projekt ,,Taneczne Integracje 2021". Mogliśmy wyjechać dzięki wsparciu finansowemu Powiatu Poznańskiego.

FILIP ŁAGODZIŃSKI
UCZESTNIK WTZ

Dla mnie najpiękniejsze było morze, bo ostatnio widziałem je na wycieczce w podstawówce 32 lata temu.

KRZYSZTOF

Podobała mi się biesiada przy ognisku.

LENA

Podobali mi się „Milionerzy", taka nasza wutezetowa zabawa. Bardzo się cieszę, że zjadłem smażonego dorsza, bo nad morzem smakuje najlepiej.

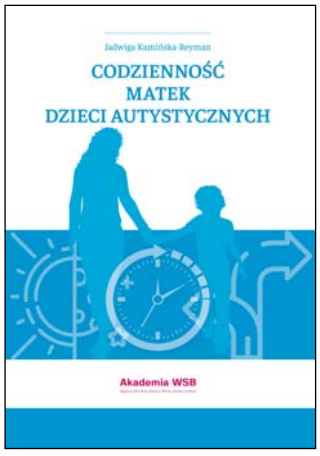
ADRIAN

Fajna była dyskoteka na zakończenie naszego wypoczynku. Dobrze, że promenada umożliwiała nam bliskie i łatwe obejrzenie morza oraz miejsca, gdzie mogliśmy zjeść lody, gofry i wiele przekąsek.

KUBA

FOT. (4X) ARCHIWUM WTZ W POBIEDZISKACH

Życie z dzieckiem autystycznym



Słowo „autyzm" prawie każdy słyszał choć raz w życiu. Jednak wciąż zbyt rzadko zastanawiamy się, co tak naprawdę oznacza tego rodzaju niepełnosprawność i z jakimi wiąże się trudnościami. Niektórzy kojarzą autyzm z wycofaniem i emocjonalnym „zamknięciem", inni z kolei utożsamiają go wyłącznie z zaburzeniami zdrowia psychicznego. Co czują rodzice, gdy ich dziecko zostaje zdiagnozowane jako autystyczne, neuronietypowe?

Kto pragnie poznać odpowiedź na to pytanie, a przede wszystkim dowiedzieć się więcej na temat autyzmu oraz form terapii, rehabilitacji i edukacji dzieci autystycznych, powinien przeczytać książkę autorstwa Jadwigi Kamińskiej-Reyman zatytułowaną: „Codzienność matek dzieci autystycznych". Publikacja została wydana przez Wydawnictwo Naukowe Akademii WSB w Dąbrowie Górniczej, a jej recenzentem jest dr hab. Mariusz Jędrzejko, prof. Wyższej Szkoły Biznesu i Przedsiębiorczości w Ostrowcu Świętokrzyskim. Książka jest upowszechniana czytelnikom w wersji elektronicznej: dostęp do pliku można wykupić między innymi za pośrednictwem księgarni internetowej PWN.

Książka – jak czytamy we wstępie – jest o matkach dzieci autystycznych, które doświadczyły zmiany wyjątkowej. Zmiany, która ich zaskoczyła, naruszyła dotychczasowy ład wewnętrzny i zewnętrzny, nie tylko w momencie zaistnienia, ale wywoływała dalsze, przede wszystkim negatywne zmiany w ich życiu, z którymi musiały sobie radzić. Autorka na podstawie przeprowadzonych badań charakteryzuje m.in. kategorie zmian w życiu codziennym matek dzieci autystycznych oraz proces radzenia sobie matek ze zmianami w codzienności w warunkach stresu psychologicznego. Badaczka zwraca uwagę, że pod koniec lat siedemdziesiątych i osiemdziesiątych w Polsce nie rozpoznawano autyzmu u dzieci. Matki musiały więc zmierzać się z problemem postawienia nieprecyzyjnej diagnozy, a właściwie sprowadzenia jej do upośledzenia umysłowego z zaburzeniami zachowania. A przecież nie wszystkie osoby z autyzmem posiadają znaczne deficyty intelektualne, bo wśród nich są i takie, które całkiem nieźle radzą sobie w dorosłym życiu. To jednak wiemy dziś, w XXI wieku, natomiast cztery lub trzy dekady temu wiedza dotycząca tego zaburzenia była znikoma. Nie oznacza to, że obecnie wiemy wystarczająco dużo. Wciąż trzeba pogłębiania wiedzy i upowszechniania jej wśród różnych grup społecznych po to, aby dzieci i dorosłe osoby z autyzmem nie były piętnowane i odrzucane tylko z uwagi na fakt, że ich zachowania są inne. Czy rodzic może, bez cienia obaw, posłać swoje autystyczne dziecko do „normalnej" szkoły? Nie może, bo doskonale zdaje sobie sprawę, że w tak zwanych szkołach masowych dzieci z niepełnosprawnościami narażone są na szereg trudności, w tym na krzywdzące traktowanie przez swoich rówieśników.

Problem doświadczania trudów codzienności matek dzieci autystycznych został w publikacji przedstawiony rzetelnie i wyczerpująco. Kamińska-Reyman jako metodę badawczą zastosowała metodę hermeneutyczną (z j. greckiego hermeneuein – tłumaczyć) polegającą właśnie na tłumaczeniu, rozumieniu i interpretacji. Interpretacja – jak wyjaśnia autorka – może dotyczyć pojedynczego tekstu – jest to interpretacja na poziomie jednostkowym. Może też dotyczyć kilku lub kilkunastu tekstów zawierających indywidualne doświadczenia ludzi podobne ze względu na przeżyte zdarzenia, problemy czy okoliczności życiowe – jest to interpretacja na poziomie międzyjednostkowym (intersubiektywnym). Badaniem zostały objęte matki kilkunastoletnich dzieci autystycznych, które doświadczyły następstw krytycznego wydarzenia życiowego, stosowały jakieś sposoby radzenia sobie oraz ich życie przebiegało w warunkach długotrwałego stresu psychologicznego.

W codzienności z dzieckiem z niepełnosprawnością – co zauważają także inni badacze w swoich publikacjach – najtrudniejszy jest proces godzenia się z faktem, że posiada ono pewne ograniczenia zdrowotne, które powodują, że nigdy nie będzie takie, jak zdrowe dziecko. Przede wszystkim matki, ale i ojcowie tych dzieci, śpią wtedy, gdy śpi ich dziecko. Jeśli ono nie śpi, one także nie śpią. Tulą je, uspokajają, usypiają. Realizacja wszystkich innych codziennych czynności także dostosowywana jest do potrzeb dziecka. Matki odczuwają wyrzuty sumienia, gdy poświęcają swój czas zdrowemu rodzeństwu niepełnosprawnego dziecka. „Dziecko jest powodem jej zatroskania, a ona osobą stale troszczącą się" – tłumaczy autorka. Każda taka matka lubi być w domu, mieć wszystko pod kontrolą. Nie znam żadnej matki dziecka z niepełnosprawnością, której bez trudu przychodzi myślenie o sobie i własnych potrzebach. Dla matek tych dzieci to ich pociechy są najważniejsze, a cała reszta schodzi na dalszy plan. Nawet własne zdrowie.

Opisany w książce przebieg życia pani O. dobitnie pokazuje, jak wiele trzeba poświęcić, aby pogodzić się z niepełnosprawnością dziecka. Pogodzić – znaczy zaakceptować i nauczyć się z nią żyć. Przykład ten unaocznia również nieocenioną rolę różnego rodzaju punktów terapeutycznych i nieformalnych grup pomocowych dla rodziców dzieci z niepełnosprawnościami. Dzięki spotkaniom z ludźmi doświadczającymi podobnych trudności łatwiej znoszą troski dnia codziennego. Pani O. na takich spotkaniach mogła bezpiecznie mówić o swoich kłopotach, a także dowiadywać się, na czym polegają dziwne zachowania córki. Również historie innych matek dostarczają czytelnikowi istotnych informacji, czego potrzebują i z czym muszą mierzyć się na co dzień matki dzieci autystycznych.

Kiedy czytałam tę publikację, uświadomiłam sobie, jak wielka jeszcze istnieje w naszym kraju luka w systemie wsparcia rodzin, a zwłaszcza dorosłych osób z autyzmem. W szczególności brakuje miejsc, w których osoby z autyzmem mogłyby rehabilitować się przez pracę, zarabiać na siebie, swoimi zdolnościami i wypracowanymi umiejętnościami służyć innym. Brakuje też ośrodków wsparcia dla dorosłych osób z autyzmem, które – z różnych przyczyn – utraciły oparcie w rodzinie. Kiedy umiera rodzic dziecka z niepełnosprawnością, w życiu tego dziecka dzieje się nieopisany dramat, niezależnie od tego, czy to dziecko ma lat osiemnaście czy czterdzieści. Nagle braknie rodzica, który dzień po dniu mu towarzyszył we wszystkich czynnościach. Nie sposób obok tak traumatycznego zdarzenia i cierpienia takiego dziecka przejść obojętnie. Oby pojawiało się jak najwięcej inicjatyw samopomocowych dla dorosłych dzieci z autyzmem – by nigdy nie były pozostawione same sobie i miały szansę żyć godnie, na takim poziomie, na jakim żyją zdrowi ludzie, bez barier i ograniczeń, bez stawiania granic i naznaczania piętnem inności.

KAROLINA KASPRZAK

Praca z jąkaniem

Wady wymowy są przyczyną trudności w nauce i w nawiązywaniu relacji z ludźmi. Człowiek jąkający się czuje się wykluczony i często towarzyszy mu niskie poczucie własnej wartości. Jąkanie, wbrew stereotypom, nie występuje wyłącznie podczas recytacji wiersza, śpiewania czy wygłaszania przemówienia. Pojawia się w zwykłych, codziennych sytuacjach. Mnie zdarzyło się nawet podczas rozmowy z rodzicami.

W ubiegłym roku z okazji przypadającego 22 października Światowego Dnia Osób Jąkających się, napisałem dla czytelników „Filantropa" artykuł na temat mojej terapii jąkania. W tym artykule chciałbym poruszyć problem osób, które poszukują pracy lub są pracownikami i mają wady wymowy. Znalezienie zatrudnienia w tej sytuacji nie jest łatwe. Rozmowy kwalifikacyjne zawsze stresują, a wtedy nasilają się kłopoty z płynnym mówieniem. Osoby jąkające się są wykluczone z takich zawodów jak nauczyciel, aktor czy urzędnik obsługujący petentów. Od przedstawicieli tych zawodów wymagane jest swobodne wypowiadanie się.

Osoba jąkająca się może pracować zdalnie, wykorzystując nowoczesne technologie, rzecz jasna o ile ma do nich dostęp lub jeśli dostęp do nich zapewnia jej pracodawca. Może też pracować na wielu innych stanowiskach, gdzie płynna mowa nie jest tak pożądana. Wady narządu mowy to również niepełnosprawność. Przedsiębiorca zatrudniający osobę z niepełnosprawnością ma prawo ubiegać się o dofinansowanie kosztów jej wynagrodzenia. Jąkanie jest przyczyną wykluczenia społecznego, a najgorsze, z czym osoba jąkająca się musi się mierzyć, to wyśmiewanie, przedrzeźnianie i brak akceptacji. Obowiązkiem każdego człowieka jest nieść pomoc takim osobom tworząc im warunki do godnego życia.

KRYSTIAN CHOLEWA

Stowarzyszenie „Bioderko" od 23 sierpnia rozpoczęło realizację projektu „Powrót po Cowidzie", który współfinansowany jest ze środków PFRON będących w dyspozycji Samorządu Województwa Wielkopolskiego.

Nazwa projektu oznacza nie tylko powrót osób z niepełnosprawnościami do rehabilitacji medycznej, ograniczonej przez pandemię na wiele miesięcy, ale także powrót do w miarę normalnego funkcjonowania i uporanie się z lękiem przed samotnością, chorobą czy śmiercią. Pojawiły się nowe wyzwania i zagrożenia dla życia, zdrowia i powrotu do normalności. W efekcie obserwuje się coś, co można nazwać „lękiem po lęku", dlatego nie można wykluczyć powstania nowej jednostki chorobowej: zespołu stresu pocovidowego.

Osoby z niepełnosprawnościami w szczególny sposób

Podwodna rehabilitacja

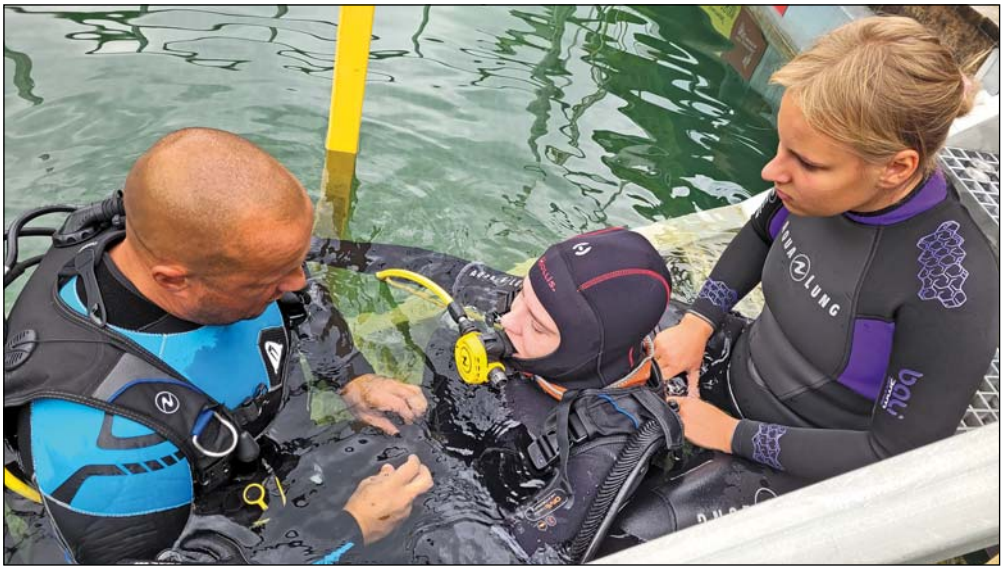
odczuły miniony rok pandemii. Wcześniej miały wiele relacji społecznych i rodzinnych, nagle zostały odcięte od tego, co dawało im poczucie bezpieczeństwa w niesprawności i chorobie. Ograniczony dostęp do leczenia, fizjoterapii, spotkań integracyjnych, przeniesienie wielu spraw do Internetu, z którego nie wszyscy potrafią korzystać, to tylko niektóre problemy, z jakimi w ostatnim czasie muszą się borykać.

Organizacja pacjentów, jaką jest Stowarzyszenie „Bioderko", dążąca głównie do wypełnienia luki w publicznym systemie ochrony zdrowia, edukacji medycznej i usług socjalnych, przygotowana jest do tego, aby w trudnym, pocovidovym czasie podjąć działania w celu poprawy jakości życia osób z niepełnosprawnościami, zmagającymi się z publiczną służbą zdrowia i funkcjonowaniem w społeczeństwie. Organizacja w pozytywny sposób od 14 lat zapewnia dostęp do dóbr i usług, adekwatnych do potrzeb dostosowanych do lokalnej sytuacji osób z niepełnosprawnościami. Mamy świadomość, że powrót do aktywności po okresie izolacji społecznej nie będzie łatwy, dla wielu osób może okazać się nawet trudniejszy, niż sama izolacja, dlatego w szczególny sposób należy podejść do realizacji zadania, kładąc szczególny nacisk na terapię pocovidową – medyczną i społeczną.

Projekt zakłada wiele działań, w tym m.in. ćwiczenia fizyczne, terapię oddechową w komorze normobarycznej, akupunkturę i terapię powięziową, korzystanie z koncentratora tlenu, terapię radiofalową, hipoterapię i pływanie na żaglówkach OPTY dla dzieci, indywidualne spotkania z psychologiem i ortopedą oraz spotkania integracyjne.

Nowością w projekcie jest współpraca ze Stowarzyszeniem „Krok po Kroku HSA" w Pile i nurkowanie dla osób z niepełnosprawnościami (co obrazują załączone zdjęcia). Jest to ciekawa forma terapii i rehabilitacji, pozwalającej odkrywać nieznane dotąd możliwości własnego ciała, zwłaszcza dla osób na wózku. Projekt potrwa do 30 listopada 2021 roku.

HONORATA PILARCZYK



FOT. (7X) MAŁGORZATA DOREGOWSKA

Wakacje

Wszyscy zawodnicy judo na plaży.

Największym marzeniem każdego sportowca na świecie jest medal Igrzysk Olimpijskich! Igrzyska stanowią główny cel, niekiedy całej kariery sportowej większości sportowców. W świecie sportu wyczynowego osoby, które osiągają sukces w postaci medalu Igrzysk, traktowane są niemal jak półbogowie o nadprzyrodzonych mocach.

Z takim właśnie bohaterem mieli okazję spędzić wakacje zawodnicy judo, będący członkami Klubu Sportowego Akademia Judo w Poznaniu – uczniowie kilku poznańskich szkół specjalnych oraz warsztatów terapii zajęciowej. Aż 15 zawodniczek i zawodników z niepełnosprawnością intelektualną (z czego aż 8 z nich to uczniowie i absolwenci Zespołu Szkół Specjalnych nr 101 w Poznaniu), miało okazję latem wziąć udział w Summer Olympic Camp – wyjątkowym obozie sportowym, podczas którego głównym trenerem był Roman Gontiuk, wybitny judoka, srebrny medalista Igrzysk Olimpijskich w Atenach w 2004 roku oraz brązowy medalista Igrzysk Olimpijskich w Pekinie w roku 2008.

Oczywiście, oprócz wielkiej gwiazdy judo obóz pełen był wielu innych atrakcji. Chyba jedną z największych było po prostu miejsce, w którym przebywaliśmy – nadmorskie Dźwirzyno! Szerokie, piaszczyste plaże, kli-

Najlepsze są lody na wakacjach. Michał i Mateusz.

Z pucharem za najlepszy pokaz judo.

FOT. KAROLINA PIETRASIK, UCZENNICA ZSS 101

Michał, Karolina i Mateusz – gdzieś daleko od brzegu.

FOT. (6 X) DARIUSZ MIGDAŁEK

Zabawa na wodnym bananie.

z judo nad morzem

matyczne uliczki pełne pyszności i pobliskie jezioro, stworzyły dla zawodników niesamowity, wakacyjny nastrój.

Codzienne treningi z olimpijczykiem na wielkiej hali sportowej robiły na naszych zawodnikach ogromne wrażenie i z pewnością skutecznie podnosiły ich poziom sportowy w judo. Dopełnieniem aktywności fizycznej na macie było mnóstwo dodatkowych atrakcji, wśród których znalazły się między innymi lekcje windurfingu, kajakarstwa, żeglarstwa oraz przejażdżka na wodnym bananie. Z kolei wieczorami wszyscy mogli relaksować się między innymi biorąc udział w spektaklu cyrkowym, zajęciach jogi na plaży czy też seansie kinowym. Między wieloma atrakcjami nie zabrakło oczywiście czasu na plażowanie oraz jedzenie nadmorskich lodów i gofrów.

Mimo bardzo aktywnie spędzanego czasu, zdobyte na obozie doświadczenia, którym towarzyszył bezmiar pozytywnych emocji, z całą pewnością pozostaną w pamięci naszych zawodników na bardzo długo!

Nieocenioną wartością dla naszych zawodników był również fakt przebywania na obozie z ponad pięciuset zawodnikami judo z klubów z całej Polski! Oczywiście korzyści te były obopólne, ponieważ pozostali judocy mogli przekonać się o tym, że osoby z niepełnosprawnościami też potrafią trenować, męczyć się, walczyć i cieszyć tak jak każdy; że potrafią po prostu być pełnymi uczestnikami życia społecznego, także tego sportowego.

Do zobaczenia na kolejnym obozie już za rok!

DARIUSZ MIGDAŁEK

Radość z plażowania. Od lewej: Alek, Adam, Mateusz i Michał.

Spacer po plaży. Od lewej: Olek, Andrzej, Weronika, Michał, Adam, Mateusz.

FOT. JAN WALLUS

Zdjęcie z mistrzem olimpijskim.

Marek Kalbarczyk
WARSZAWA

Obrazy w lepsze oko –

Nawet nie zdawałem sobie wcześniej sprawy z wagi historii, która się toczy na moich oczach. Również nie wiem, czy czasem nie przypadkiem, mniej więcej w czerwcu roku 1999, uświadomiłem sobie, że w tym okresie przypadała dziesiąta rocznica zainicjowania procesu wykorzystywania technologii IT do niwelowania skutków niepełnosprawności wzroku.

Niedługo potem proces ten nazwałem nowoczesną rehabilitacją osób niewidomych i słabowidzących. Wielokrotnie wyjaśniałem to pojęcie podczas moich wystąpień, ale i tak mnóstwo słuchaczy nie akceptowało tego pomysłu, uważając, że rehabilitacja to rehabilitacja i tyle. Nie rozumieli, że jednak mamy do czynienia z czymś nowym, zupełnie wyjątkowym, ba! więcej – o rewolucyjnym znaczeniu dla naszego środowiska. Poza tym kwestia, czy należy oddzielać te dwa pojęcia czy nie, wbrew ich mniemaniu i obawom jest naprawdę prosta. Uważałem, że to ważne, by oddzielić rehabilitację realizowaną od wielu lat od tej, która w przypadku niepełnosprawności wzrokowej stawała się stopniowo najważniejszym elementem działań usprawniających. Otóż technologia, a w jej ramach elektronika połączona z informatyką zmieniły życie członków naszej społeczności – przede wszystkim całkowicie niewidzących. Wynalazek Ludwika Braille'a dał nam alfabet i książki, a dzięki nim szkoły, biblioteki i specjalne zakłady pracy, IT natomiast dało nam szanse na zintegrowanie z resztą społeczeństwa.

Teraz to, co my piszemy, mogą odczytywać inni. Ba, to, co piszą ludzie widzący, jest odczytywane przez nas. My i widzący możemy pisać na tych samych klawiaturach QWERTY, chociaż możemy nadal pisać na specjalnych klawiaturach brajlowskich maszyn do pisania. Z kolei czytamy dzięki innym urządzeniom, ale w gruncie rzeczy jest to niemal tak samo. Widzący patrzą na ekrany monitorów, a my także na monitory, chociaż rzeczywiście inne – dotykowe. Tekst odczytujemy na brajlowskich monitorach, a uwypukloną grafikę na tzw. brajlowskich monitorach graficznych. Możemy też zamienić się w słuch i „czytać po lektorsku", czyli słuchać syntezatorów mowy. Od czasu, kiedy razem z Janem Grębeckim stworzyłem syntezator polskiej mowy, integracja stała się możliwa i jest faktem. Prace te miały miejsce w roku 1988, a ich efekt – syntezator – pojawił się na rynku jako pierwszy mówiący w naszym języku rok później. Jak pięknie się złożyło, że w tym samym roku opuściła nas „komuna" i zmienił się ustrój polityczny i ekonomiczny, na dający Polakom więcej wolności.

Dziesięć lat później i ja, i inni już wiedzieliśmy, jak wielkie rzeczy nam się przytrafiły. Komputery w rękach setek, może nawet tysięcy osób źle widzących stały na naszych biurkach i „gadały". Niektórzy z nas mieli nawet drogie, brajlowskie monitory, drukarki, notatniki, a także coraz większy wachlarz znacznie tańszych urządzeń mówiących. Osoby słabowidzące mogły cieszyć się z posiadania powiększalników obrazów.

Właśnie z tej okazji wpadłem na pomysł, by na fali euforii rozpierającej nasze piersi, zorganizować spotkanie całego środowiska – konferencję REHA FOR THE BLIND IN POLAND. Od samego początku było to spotkanie międzynarodowe. Z jakiego powodu? Ponieważ technologia IT powstawała tam – za granicą, głównie na Zachodzie. Stamtąd przybywała do nas.

We wrześniu 1999 odnieśliśmy tak wielki sukces, że ta moja REHA rozwijała się w latach następnych wprost niebywale. Z jednego dnia przeistoczyła się w dwa dni, a teraz mamy już cztery dni. Ze spotkania, w którym bierze udział 600 osób zmieniła się w bodaj największe tego typu spotkanie na świecie z udziałem około 6 tysięcy uczestników, z rekordowymi 62 stoiskami wystawienniczymi i 21 delegacjami z zagranicy. Mało tego – teraz to nie tylko konferencja centralna w stolicy, ale także 16 wojewódzkich, które odbywają się w ich stolicach. Przyciągają kolejne tysiące gości. Są wśród nich niewidomi, słabowidzący i ich bliscy – rodziny, przyjaciele, nauczyciele, wykładowcy, rehabilitanci, urzędnicy, bibliotekarze, muzealnicy i wielu innych.

Bawię się tym pomysłem i działaniem od 22 lat. Opowiadam o swoim czepku, w którym się urodziłem, bo jak inaczej ocenić fakt, że mimo braku wzroku żyje mi się tak dobrze, tak pięknie. Jestem otoczony ludźmi, którzy mi pomagają lub korzystają z mojej pomysłowości. Na dodatek wcale nie stawiam się wyżej od innych. Nie mam takiej potrzeby oraz tak nie wolno. Zawsze mówię: „jestem do roboty". I to prawda. Nie dość, że urodziłem się w rzeczonym czepku, a podobno była to rzecz konkretna, to jeszcze uwielbiam pracować, działać, załatwiać i pomagać. Uwielbiam też, kiedy inni to robią, a kiedy się udaje, że i ja, i oni bierzemy się do dzieła, jak się nie cieszyć!

O największym dziele Fundacji (REHA) piszę tutaj nie przypadkiem. Dzięki niemu przeżyłem kolejne wzruszenia i radości. W ramach tegorocznej REHA dojechałem bowiem do Zielonej Góry, gdzie między innymi udało mi się zwiedzić Muzeum Ziemi Lubuskiej. Dobra opinia o tym muzeum na pewno jest uzasadniona. Właśnie ta instytucja została tegorocznym IDOLEM SPECJALNYM Fundacji „Szansa dla Niewidomych", nie mówiąc o wskazaniu jej przez internautów, głosujących nań w „idolowym" konkursie, jako znakomitym kandydacie do wyróżnienia. Byłem więc tam i oglądałem muzealne zbiory. Nie opowiem o wielu rzeczach, o których się dowiedziałem oraz które dotykałem, bo nie najbardziej to tam mnie zafascynowało. Moją radość spowodowały obrazy, które oglądałem najlepszym moim okiem – tym trzecim. Z braku dwojga innych, polegam właśnie na nim i jestem z niego zadowolony. Oglądam nim wszystko, co się da. To widzenie nie jest oczywiste dla innych osób – przecież nie widzę zwykłych obrazów, gry świateł, cieni, kolorów, lecz zupełnie co innego. Zupełnie? Może jednak nie. Widzę obrazy wyobrażeniowe, które powstają na podstawie wiedzy z okresu sprzed utraty wzroku, a więc kiedy miałem 13 lat, i bieżących doznań, docierających do innych zmysłów, dzięki którym te wyjątkowe obrazy tworzą się w moim mózgu. Tyle już o tym napisałem, że nie trzeba powtarzać i dodatkowo wyjaśniać. Chcę opowiedzieć o zupełnie innych wrażeniach, które przeżywam od dawna, a teraz zdarzyły się po raz kolejny. Cieszyły mnie one tyle razy, że już dawno powinienem się tym z Państwem podzielić, ale jakoś się to odwlekało. Co się odwlecze, to jednak nie uciecze. Najlepszy dowód mamy w tym artykule – o czym więc tutaj opowiem?

W ramach REHA w Zielonej Górze, w gronie beneficjentów Fundacji „Szansa dla Niewidomych", uczestników zielonogórskiej konferencji, pojechaliśmy do wspomnianego muzeum. Wspólnie oglądaliśmy kolejne działy, a na koniec wjechaliśmy na najwyższe piętro, gdzie przypominali o swoim życiu i estetycznych doznaniach bardzo sławni malarze. Tam, nad otaczającą nas przestrzenią, rządziła niepodzielnie gra świateł i barw – malarstwo.

Cisza zapanowała dookoła i już wiedziałem, że nie jestem w stanie mówić. Czy mnie to moje milczenie krępuje? Nie, ale mogę się spodziewać zapytania, czy się nudzę. Otóż nie nudzę się wcale. Przeciwnie – jestem pod wrażeniem. Panująca tu cisza bardzo mnie wciąga i zmusza do skupienia. Może nawet więcej – fascynuje? W tej wyjątkowej atmosferze przemieszczamy się powoli. Chyba nigdy nie wiem, w którą stronę pójdziemy. Nie jestem

wpadające to trzecie

sam. W takim miejscu mogę być wyłącznie z kimś widzącym, kto (chce czy nie chce) staje się moim przewodnikiem – przewodnikiem osoby przecież niewidomej. Wędrujemy niespiesznie krok za krokiem i w atmosferze skupienia słyszę dźwięk jedynie pojedynczych słów, rzadko składających się w równoważniki zdań, albo jeszcze rzadziej w zdania pełne. Dłonią obejmuję ramię towarzyszki (tak, tak, w takim miejscu najczęściej jestem z kobietą jako przewodnikiem, a nie mężczyzną). Od samego początku niewidzenia wolę polegać na pomocy kobiet. Co jakiś czas moja ręka się męczy, a wtedy ją opuszczam i proszę, żeby to przewodniczka wzięła mnie pod rękę i idziemy dalej.

Od wejścia do muzeum odczuwam przemożny wpływ miejsca. Cisza, o której opowiadam, nie jest jedynie fizyczna. Jest też metafizyczna. Skąd się to bierze? Może z obecności tysięcy poprzedników, którzy tu byli, swoim wyciszeniem wpłynęli na charakter pomieszczeń – ich ścian i posadzek? Przez całe lata ich zachowanie, nieliczne zdania, które wypowiadali, nadały im charakter, jakby w niewidzialny sposób odkształciły twarde powierzchnie, nakazując następnym zwiedzającym podobne postępowanie. Bez jakiegokolwiek protestu i zamysłu, by zachować się inaczej, wpadamy w specyficzny rezonans i stopniowo ochładzamy wszystkie wcześniejsze myśli i emocje. Jesteśmy tacy, jak tamci przed nami. Mimo, że byli tu przedtem, niektórzy bardzo dawno, bierzemy z nich wzór i zachowujemy się identycznie. Analizuję, czy pouczają nas te mury i przestrzenie, czy tylko chcemy postępować zgodnie ze znanymi nam regułami stosowanymi w muzeach? Myślę, że to nie tylko to drugie, lecz także odczuwanie wielu wymiarów realnej i transcendentnej przestrzeni naraz. Rejestrujemy to, co nas otacza, nie tylko wzrokiem i innymi, „konwencjonalnymi" zmysłami, lecz trzecimi oczami, które mamy wszyscy, nawet kiedy o tym nie wiemy.

Krok po kroku, metr po metrze startując od wejścia do muzeum, oddalamy się od hałaśliwego świata i wkraczamy w przestrzeń niespotykaną gdzie indziej. Chcemy czy nie, powoli gubimy myśli o bieżących sprawach. Kończą się rozważania, z którymi wcześniej tak trudno było się rozstać, a teraz przychodzi nam to łatwo, automatycznie, samo – znaczy bez rozkazu. Ochładzają się więc nasze emocje, uspokaja oddech i coraz bardziej wczuwamy się w klimat otoczenia. Gdyby nawet ktoś przed wejściem do muzeum był mocno rozgorączkowany i pozostałby w tak poważnej niezgodności z panującą tu ciszą, natknąłby się na karcące spojrzenie kustosza, albo wręcz usłyszał jego uwagę i zahamowałby przesadnie rozbujane emocje.

Jestem tu i mimo, że nie widzę, chcę tu być i ile tylko mogę, chcę wykorzystać taką okazję. Szukam muzeów wszędzie, gdzie przybywam. Sprawdzam, kiedy można je odwiedzić i razem z bliskimi, najczęściej rodziną, jadę tam. Są moimi przewodnikami - nie muzealnymi, lecz jako asysta dla mnie – niewidomego. Czy jest to jedna osoba, czy większe grono, wszyscy wpadamy w stosowny klimat i zachowujemy się absolutnie wyjątkowo. A ja – co właściwie robię wśród obrazów, których obejrzeć nie mogę? Co właściwie oglądam i co mnie tam fascynuje?

Zwiedzający przechadzają się po salach muzeum lub galerii sztuki, oglądają kolejne obrazy i co jakiś czas wypowiadają nieliczne słowa. Najczęściej są to tytuły dzieł i ich twórcy, także słowa podziwu, zauroczenia, a czasem negacji. Za każdym jednak razem ich słowa, równoważniki zdań czy (dla mnie najlepsze) pełne zdania, mówią mi o ich przeżyciach. Patrzą na obrazy, a ja „patrzę" na nich. To piękny widok. Słyszę ich słowa i tony, czasem tylko krótkie dźwięki, stosownie do oceny dzieł wiszących na ścianach lub sztalugach. Patrzę na bliskich trzecim okiem, a ono rysuje w mojej wyobraźni ich wizerunek. Z każdym ich zachwytem namalowane przeze mnie twarze także stają się zachwycające. Kiedy indziej nieco brzydną, kiedy ich właściciele oglądają mniej ciekawe dzieła.

Niebywałe przyjemności! Obserwuję to wszystko w skupieniu, z wielką fascynacją, mam więc całkowicie zamkniętą minę, którą moi bliscy biorą za wyraz znudzenia, a nic bardziej mylnego. Muszę być skupiony, by jak najbogaciej rejestrować to cudowne zjawisko. Wyobraźnia niewidomego człowieka, nadszarpnięta upływem wielu lat, zbudowana dzięki wiedzy wynikającej z zaledwie 13 lat oglądania światła oraz wzbogacona bodźcami odbieranymi na bieżąco, pozostaje uboga. Nie dość, że zajmuję się tak specyficznymi wyobrażeniami, słucham jednocześnie informacji merytorycznych. Nie jest tak, że nie interesują mnie fakty – kto, co namalował oraz jaki jest tego efekt. Organizuję więc dwa osobne tory dla wejściowych wiadomości i staram się je ogarnąć. Wybaczcie, że teraz posłużyłem się językiem informatyki. Czasem ona najlepiej oddaje myśli. Podobnie matematyka, ale w tym przypadku nie jest potrzebna.

Byłem w wielu muzeach i galeriach sztuki, gdzie oglądaliśmy, każdy na swój sposób, liczne obrazy. Ostatnio byłem właśnie w Muzeum Ziemi Lubuskiej z moimi współpracowniczkami, które pomagały mi radować się w tym miejscu obrazami, które są tam tak licznie zgromadzone. Najczęściej jestem w takich miejscach z rodziną i zjawisko, o którym opowiadam, powtarza się. To głównie żona obawia się, że chodząc po muzealnych salach z taką, a nie inną miną nudzę się. Za każdym razem zaprzeczam i organizuję wyjazd do kolejnego muzeum. W Zielonej Górze miałem inną możliwość. Oglądałem bowiem obrazy patrząc trzecim okiem na moje współpracowniczki. Są przecież innymi osobami niż członkowie rodziny. Współpracowniczki są naprawdę młode i bardzo dobrze wykształcone. Są też wrażliwe na punkcie piękna sztuki. Moje trzecie oko rejestrowało więc ich reakcje na to, co widzą w sposób wyjątkowy. Słuchałem ich głosów, wskazujących, że na ich twarzach zakwitały kolejne zachwyty, a zaraz potem miałem przed swoim trzecim okiem te twarze jako bardzo fascynujące i piękne. Niech mi będzie wolno zadać retoryczne pytanie, czy Wy, Drodzy Czytelnicy, możecie potwierdzić, że kiedy ludzie spotykają się z czymś zachwycającym, sami tacy się stają? W każdym razie moja wyobraźnia tak to rozumie.

Krok, krok i krok, kolejna sala, kolejny obraz i krótkie komentarze, by tylko nie zaburzyć piękna ciszy i podziwu. Jako trzymający się ramienia tej drugiej osoby czuję jej skupienie i radość. Czuję to, kiedy idziemy dalej oraz stajemy choćby na chwilkę i oglądamy. Zaraz informacja o tym wkracza do mojej wyobraźni, a ona odważnie wymalowuje wizerunek osoby, która mnie prowadzi. Coś niebywałego.

Jak mogę narzekać, że nie widzę, kiedy widzę tak dużo i tak pięknie! Drodzy inni niewidomi, spójrzcie na świat i swoje życie w taki sam sposób. Warto! A kiedy to się uda, wszystko będzie lepsze – stanie się ciekawe i piękne. Nie wolno ograniczać się do tęsknoty za obrazami, które przecież gdzieś hen uciekły, kiedy są inne, gotowe tamte zastąpić. Wystarczy otworzyć trzecie oczy, które mają wszyscy, nawet kiedy o tym nie wiedzą, a wtedy obrazy wrócą i będą fascynujące, mimo że inne niż normalne. Piszę o niepełnosprawności wzroku, ale przecież to samo dotyczy innych niepełnosprawności. Cieszcie się tym, co macie, a nie martwcie tym, co gdzieś hen uciekło!

I tak REHA wynagradza mnie za jej wymyślenie. Byłem na 19 konferencjach w Warszawie i wielu różnych województwach. Zamierzam pojechać na kolejne – i to jeszcze w tym roku. Co mi one przyniosą? To, że będzie cudownie, jest pewne, co jednak konkretnie – jeszcze nie wiem.

Obsługa bez barier

„Co to za szkolenie: „Różni podróżni – obsługa bez barier?"" – webinarium pod takim tytułem zostało zrealizowane z myślą o potrzebach osób z niepełnosprawnościami. Podczas spotkania z udziałem przedstawicieli kolejowego, miejskiego i międzymiastowego transportu zbiorowego przybliżono, na czym polega szkolenie „Różni podróżni – obsługa bez barier". Webinarium przeprowadzono 21 września na platformie Zoom.

Szkolenie – jak informuje Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych – jest organizowane w ramach projektu „Szkolenia dla pracowników sektora transportu zbiorowego w zakresie potrzeb osób o szczególnych potrzebach, w tym osób z niepełnosprawnościami". Projekt realizuje PFRON w partnerstwie z Urzędem Transportu Kolejowego i Instytutem Transportu Samochodowego. Przedsięwzięcie jest finansowane ze środków Programu Operacyjnego „Wiedza, Edukacja, Rozwój", działanie 2.6 – Wysoka jakość polityki na rzecz włączenia społecznego i zawodowego osób niepełnosprawnych. *Oprac. KK.*

FOT. KAROLINA KASPRZAK

6 września pojechaliśmy do Zakopanego autobusem na pięć dni. Pojechali z nami terapeuci. Była z nami pani Marta z pieskiem Neli. Pierwszego dnia widzieliśmy też skocznie, pojechaliśmy do Wadowic, jechaliśmy kolejką, śpiewaliśmy piosenki, poszliśmy do kościoła. W ciuchci opowiadali nam o Wadowicach. Był tam pomnik Jana Pawła II.

Drugiego dnia pojechaliśmy na Krupówki wyciągiem. Byliśmy na Gubałówce, tam odpoczywaliśmy na trawie. Spacerowaliśmy na rynku, oglądaliśmy pamiątki. Pan Marcin robił nam piękne zdjęcia. Trzeciego dnia byliśmy w Parku Narodowym w Dolinie Strążyska, pan przewodnik opowiadał nam o górach. Czwartego dnia mieliśmy pożegnalne ognisko, a dnia piątego pojechaliśmy jeszcze do Częstochowy, aby zobaczyć bazylikę jasnogórską.

WERONIKA BANDACHOWSKA

Byliśmy w Wadowicach u naszego papieża Jana Pawła II. W centrum na rynku z głośników pan przekazywał nam różne ważne informacje, opowiadał też historię papieża Polaka, była muzyka i różne piosenki, ja też je śpiewałam. Drugiego dnia pojechaliśmy na Krupówki, potem kolejką na górę Gubałówkę, kupowaliśmy tam pamiątki, oscypki, lody i obiady na ciepło, co kto chciał.

Nazajutrz spacerowaliśmy w Tatrzańskim Parku Narodowym, poszliśmy w górę pod Giewont z krzyżem na szczycie. Na koniec była wycieczka do Częstochowy. Tam w kościele na Jasnej Górze była chwila z Maryją i pomodliliśmy się pod jej świętym obrazem. I ruszyliśmy w drogę powrotną.

ANNA KONOPACKA

Grupa uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy „Iskra" w Poznaniu pojechała z terapeutami na wycieczkę do Zakopanego. Towarzyszyła nam bardzo fajna pilotka i super kierowca. Na miejscu pojechaliśmy na Krupówki, chodziliśmy po mieście, kupowaliśmy pamiątki. Pojechaliśmy kolejką na Gubałówkę, obserwowaliśmy przepiękny widok z gór. Ostatniego dnia byliśmy na Jasnej Górze w Częstochowie.

MARTA WAWRZYNIAK

„Iskra" w Zakopanem i na Jasnej Górze

FOT. (6X) MARCIN KACZYŃSKI

Ona to mój cały świat

W środę 25 sierpnia szliśmy ulicą Półwiejską do Muzeum Instrumentów Muzycznych. Oglądaliśmy tam fortepian i popiersie Fryderyka Szopena, waltornię, skrzypce i instrument w kształcie węża. Pani Olga, nasza przewodnik, opowiadała o instrumentach muzycznych.

Były tam instrumenty indyjskie i inne, wszystkie były bardzo piękne. W Muzeum bardzo mi się podobało. Bardzo polubiłem panią Olgę, ponieważ potrafi dużo opowiadać. Taka pani przewodnik jest bardzo potrzebna w Muzeum. Miała dużą wiedzę na temat najróżniejszych instrumentów muzycznych. W Muzeum byliśmy z terapeutami panem Marcinem Kaczyńskim i panem Marcinem Książakiem. Po Muzeum poszliśmy na obiad na ulicę Wrocławską i jedliśmy pierogi. Przy stole siedziałem koło Kasi Stachowiak, mojej dziewczyny.

Jestem bardzo szczęśliwy, że szedłem z nią i że mnie pilnowała, żebym nie uderzył w lampę na ulicy, ponieważ Kasia bardzo mnie kocha. Myślę, że zrobiła to z miłości do swojego chłopaka, czyli do mnie. Dobrze, że mam tak wspaniałą dziewczynę. Jestem jej wierny, bo jest całym moim światem. Miłość to piękne uczucie, szczególnie dla mnie i Kasi. W domu dużo myślę o niej i wspominam spacer z nią za rękę.

RYSZARD OUDINET
UCZESTNIK ŚDS „ISKRA"

FOT. (4X) MARCIN KACZYŃSKI

WTZ – szansa dla mnie

Nazywam się Adam Pietrykowski, mam 37 lat, moje miejsce zamieszkania to Ryczywół. Z wykształcenia zawodowego, jakie zdobyłem w 2002 roku w szkole w Rogoźnie, jestem ślusarzem. Do Warsztatu Terapii Zajęciowej w Wiardunkach uczęszczam od 2008 roku.

Trafiłem tu, gdyż kilka lat wcześniej uległem wypadkowi samochodowemu. Długo dochodziłem do zdrowia, którego pełni, niestety, nigdy już nie uda mi się odzyskać. Cieszę się jednak, że mimo mojego ciężkiego stanu udało mi się choć w części odzyskać sprawność. Poruszam się na wózku inwalidzkim, ale nie przeszkadza mi to być człowiekiem o pogodnym usposobieniu.

W warsztacie opiekunowie oraz inni uczestnicy starają się, bym mimo trudności z poruszaniem się mógł brać udział we wszystkich imprezach, jakie się odbywają. Występuję w przedstawieniach, zmagam się w zawodach sportowych, a czasem nawet bywam królem parkietu, tańcząc na wózku. Ostatnio po wielu latach przerwy miałem znów okazję choć na chwilę wcielić się w kierowcę auta, co sprawiło mi ogromną radość.

W wolnym czasie lubię oglądać telewizję, słuchać muzyki i czytać gazety. Bardzo chętnie przyjeżdżam do WTZ, gdzie od początku pracuję w pracowni stolarskiej. Staram się być dokładny podczas pracy oraz sprawdzam jakość pracy wykonanej przez kolegów. Możliwość uczestnictwa w Warsztacie to ogromna szansa dla mnie, bo mogę wyjść z domu, przebywać wśród przyjaciół i wykonywać swoją pracę.

ADAM PIETRYKOWSKI

FOT. (3X) ARCHIWUM WTZ W WIARDUNKACH

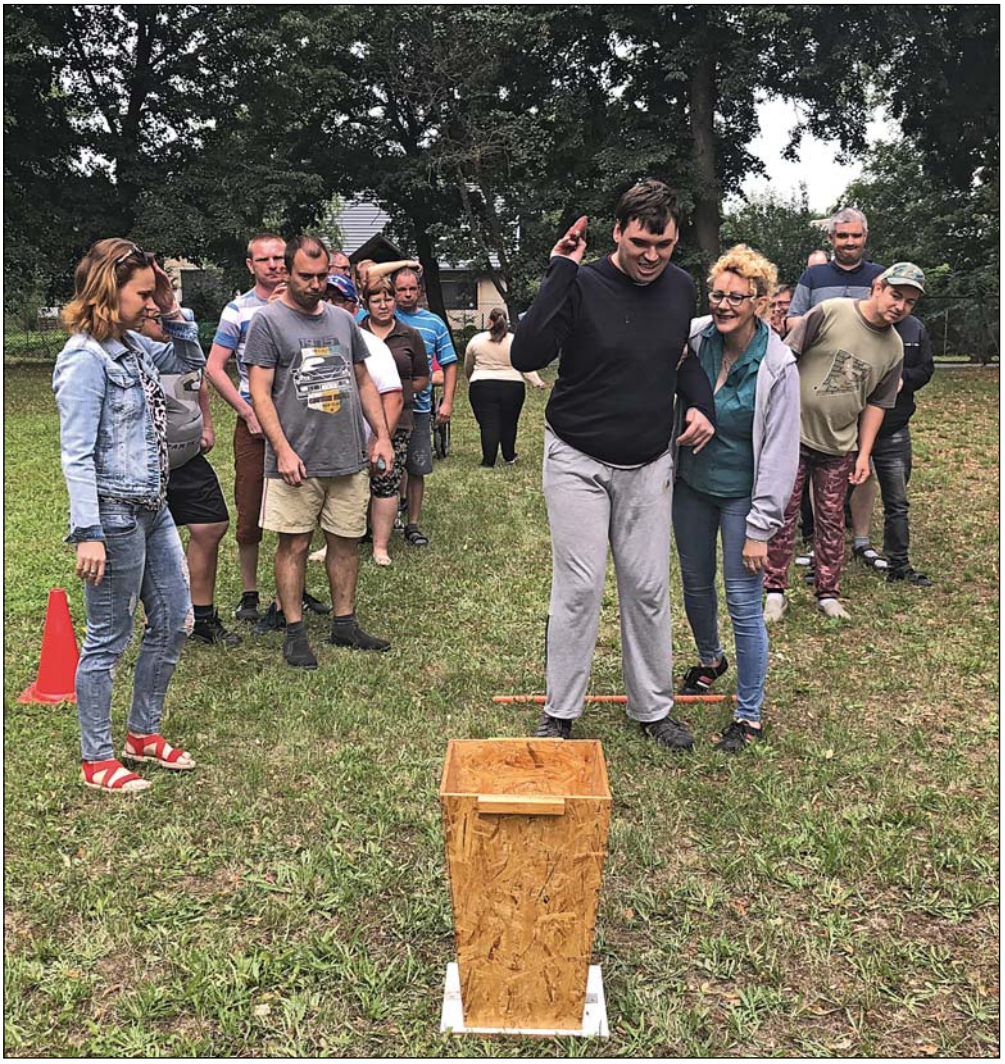
Radość wspólnej zabawy

Gdy pandemia COVID-19 przygasła i uczestnicy naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej w Wiardunkach nareszcie wrócili do swoich zajęć – zapanowała wśród nich ogromna radość. Po pomyślnym zaszczepieniu niemal wszystkich podopiecznych, można było w końcu zaplanować wspólną imprezę, na którą każdy od dawna czekał z niecierpliwością.

Joanna Napierała, nasza kierownik, zapowiedziała grilla z zawodami sportowymi i zabawą taneczną. Tego dnia uczestnicy od samego rana przygotowywali imprezę. W parku przy Warsztacie, wśród zieleni drzew i śpiewu ptaków, ustawiali stoły i krzesła. Pomagali nacinać kiełbaski na grilla i robić sałatki. Wspólnie zasiedliśmy w parku, degustując wspaniałe potrawy.

Wkrótce rozpoczęły się zmagania sportowe. Dwie grupy uczestników rywalizowały w konkurencjach: rzut woreczkiem do kosza, bieg z piłką i tacą oraz rzut piłką do kosza. Była zabawa z chustą animacyjną Klanza i gra w dwa ognie, w której brali udział uczestnicy, instruktorzy i kierowca. Na koniec była wspaniała zabawa przy muzyce. Wszyscy bawili się znakomicie.

JOANNA BEDYŃSKA



FOT. (3X) ARCHIWUM WTZ W WIARDUNKACH

Codziennie pod górę (26)

Wychodzę z klatki schodowej tylko na chwilę. Jest zimowy wieczór, wiatr zamiata płatkami śniegu. Tak naprawdę nie wiem, po co wychodzę. Gdy otwieram drzwi, owiewa mnie śnieżna zawieja, przechyla i przewraca. Lecę w ciemność jak bezwładna, szmaciana lalka, która nic nie waży. Zapadam się w ciszę.

Nie mogę zapomnieć tego snu na oddziale diabetologii, gdy z podpiętymi rurkami starałam się wrócić do żywych. „Kwasica ketonowa wywołana hiperglikemią" – powiedziała doktor stojąc nade mną. – „To było zagrożenie życia. Cieszymy się, że się udało. Jest pani rekordzistką na oddziale – poziom glikemii ponad 600 mg". Patrzyłam na nią, gdy mówiła i nie miałam siły się uśmiechać do stojącego obok mojego łóżka zatroskanego Marka. Chciałam tylko zasnąć, odpocząć i nie czuć tych rurek, które utrzymywały mnie przy życiu. Czułam bezradność i potworny wstyd, gdy zakładali mi pierwszy raz w życiu cewnik. „Będzie pani wygodniej" – powiedziała miła i delikatna pielęgniarka. Nie było. Zasypiałam i budziłam się. W snach byłam zdrowa, spokojna i szczęśliwa, a potem otwierałam oczy i znów było niespokojnie. Trzeciego dnia poczułam się znacznie lepiej. Przewieźli mnie z tym całym moim okablowaniem i workiem z moczem, którego pielęgniarki pieszczotliwie nazywały „pieskiem". „Może pani wybrać apartament" – zażartowała młoda salowa wskazując na dwie podwójne izolatki. Tu było czysto, spokojnie i wreszcie odczepili mojego „pieska". Poczułam, że jednak życie jeszcze się nie skończyło. Z niepokojem ale i ciekawością przyglądałam się drugiej pacjentce, która pomału zaczęła się rozpakowywać na łóżku obok. „Jestem Aneta" – wyciągnęłam do niej rękę. „Monika" – odpowiedziała blado się uśmiechając – „już 11 lat choruję...".

Nic nie da dochodzenie, jak właściwie doszło do mojej choroby. Stawiane są hipotezy, że uszkodzenie trzustki może być wynikiem infekcji. Nikt w mojej rodzinie nie chorował na cukrzycę. Rzadko robiłam morfologię krwi, ale z poziomem cukru nigdy nie było problemów. Zdrowo się odżywiałam, pilnowałam, by być aktywną, ale potem zaczęłam chudnąć i słabnąć. Ciągle chciało mi się pić, kręciło mi się w głowie i często chodziłam do toalety. Myślałam, żeby zrobić badania, bo może to anemia. Ostatnio jadłam mało mięsa. Wreszcie żołądek tak się zacisnął, że nie mogłam jeść. Wylądowałam w szpitalu. Pół roku wcześniej ważyłam 73 kilo, potem – 54.

„Cukrzyca to nie wyrok" – czytamy w optymistycznych magazynach dla diabetyków, do których ja sama na temat tej choroby pisałam. Co prawda mowa o cukrzycy typu 2, a nie 1, ale jak mogłam nie zauważyć charakterystycznych dla tej choroby objawów u siebie, do tej pory nie rozumiem. Chyba nie wierzyłam, że Bóg, los czy cokolwiek, oprócz alkoholizmu, choroby schizoafektywnej i poważnych kłopotów ze wzrokiem doda mi jeszcze jeden bagaż. Ale dodał. Chcę krzyczeć: „Dlaczego ja?". Aż tak złym jestem człowiekiem? Tak wielu ludzi skrzywdziłam, że to kara? Wiem, że to nie to, ale tłumiona rozpacz przynosi mi do głowy różne pytania.

Cukrzyca typu 1 oznacza codzienne zastrzyki przed posiłkami w brzuch i na noc w udo, układanie diety i ćwiczeń, by cukier utrzymywał się na względnie stałym poziomie. Ciągła kontrola. Wczoraj i dziś słabo się czuję, choć cukier w normie. W głowie się kręci, tak dziwnie jakoś. Tak, tak, wiem, czytałam: ludzie z tym żyją, pracują, uprawiają sporty. Ja też będę. Niestety, dużo gorzej teraz widzę. Podobno to normalne. Mało pocieszające. Litery rozmazują się i odpływają, a w głowie tłoczą się myśli. Do miesięcznika „Filantrop" daję radę pisać na swoim ogromnym komputerze wielką czcionką, ale jak będzie z innymi wydawnictwami? Nie opisuję tam swoich doświadczeń tylko przybliżam naukowe fakty, co wymaga wielogodzinnego, a często wielodniowego czytania literatury, rozmów ze specjalistami. Czy dam radę? Czy po tylu latach czekania na wymarzoną pracę wreszcie ją stracę? Wiem, że jest możliwość głosowego pisania, ale to wiąże się z zakupem kosztownego sprzętu. Dokładnie się nie orientuję, ile on kosztuje, będę musiała się dowiedzieć w razie potrzeby. Ogarnia mnie przerażenie, gdy myślę, że może na tym jednym, ledwo widzącym oku trzeba będzie zrobić operację zdjęcia kataraktu. Oznacza to jakiś czas prawie w całkowitym mroku, bo przecież drugim okiem właściwie nie widzę. Marek w pracy. Kto mi zmierzy poziom cukru? Kto da zastrzyk? No, ale na razie nie ma o tym mowy, mimo to kiedyś trzeba będzie, więc wychodzi na jaw ten fakt jak gradowa chmura przy nieśmiało ostatnio pojawiającym się słońcu.

„Damy radę razem" – jak zawsze mówi Marek – „Przeżyliśmy moje problemy ze zdrowiem, twoje z oczami, mój brak pracy, twój. Damy radę i z tym". Pewnie tak będzie, chciałabym żeby było, ale cukrzyca ma coś takiego w sobie, że wyzwala w człowieku samotność. Pewnie, jak każda choroba, choć trochę w innym sensie. Wiem, że są inni diabetycy, z którymi można porozmawiać o trudnościach w tym skomplikowanym leczeniu, ale z Markiem nie bardzo się da. „Próbowałem, skarbie, o tym czytać" – mówi – „ale nic z tego nie rozumiem". Niestety, potrzeba sporo czasu, żeby pojąć nawet podstawowe mechanizmy rządzące tą chorobą. Mam żal, że Marek tak szybko się poddał. Jednak prosi mnie, że jak może mi w czymkolwiek pomóc, to żebym mówiła. I faktycznie pomaga, wspiera, pociesza i motywuje, więc chcę być dzielna – dla siebie, dla niego, dla nas. Dziś dopiero trzeci dzień jestem w domu i uczę się życia na nowo, z cukrzycą. Wczoraj dopadły mnie huśtawki nastrojów. Moje emocje, które w miarę udaje mi się okiełznać w spokojnych warunkach bez leków, wychodziły ze zdwojoną siłą: wściekłość, żal, smutek, poczucie osamotnienia, pomieszane z wesołkowatą energią dawały dziwny koktajl. Ale wypiłam tylko melisę przed snem i dziś, pomimo osłabienia, jest już dość dobrze. Przed chorobą poprosiłam mojego terapeutę o wakacyjną przerwę w spotkaniach. Muszę do nich wrócić.

Moja szpitalna koleżanka Monika jest niedosłysząca, ma męża i dwójkę dzieci. Mimo różnic charakterów dogadywałyśmy się dość dobrze. Jej niedosłuch to – być może – skutek nieleczonej w porę cukrzycy. Prawdopodobnie będzie to kolejna ze szpitalnych znajomości, która z czasem powoli się rozmyje. Ale obietnice jej podtrzymania były z obu stron. Z mojej – chyba jednak trochę nieszczere. W szpitalu dużo sobie wzajemnie pomogłyśmy i za to nigdy nie przestanę być jej wdzięczna, ale chyba znowu, jak dawniej, zaczęłam odgrywać jakąś rolę, tu – szpitalnej przyjaciółki, by lepiej się poczuć. W kryzysach często wracają mi stare schematy zachowań i tendencje do manipulacji, których u siebie nie lubię. A może to wcale nie udawanie, tylko lęk przed bliskością? Gdy godzinami opowiadamy sobie o najwstydliwszych sprawach, tak łatwo można potem zranić kogoś i być zranionym. A Monice opowiedziałam tak naprawdę o wszystkich najważniejszych dla mnie sprawach. Zobaczymy, co z tej znajomości będzie. Czas pokaże. Na pożegnanie kupiła mi zawieszkę z zielonym kamykiem, który bardzo mi się podoba. Na szczęście. Ściskając go w ręku zaczynam moją nową, słodką podróż. ***S.A.***

Maluję, śpiewam...

Nazywam się Malwina Biedna. Mam 33 lata. Mieszkam od urodzenia w Obornikach Wielkopolskich. Ukończyłam Szkołę Specjalną w Kowanówku, gdzie zdobyłam przygotowanie do zawodu i pracy.

Do Warsztatu Terapii Zajęciowej w Wiardunkach uczęszczam od ośmiu lat. Jestem w pracowni plastyczno-ceramicznej. Wykonuję tam prace plastyczne: wyklejanie, rysowanie, malowanie różnymi technikami. Bardzo się cieszę z nowo nabytych umiejętności. Swoje prace staram się wykonywać dokładnie i starannie. Biorę udział w zawodach sportowych podczas imprez w WTZ. Lubię grać w dwa ognie i ringo. Podczas przedstawień i konkursów muzycznych tańczę, pomagam innym i śpiewam.

Do moich obowiązków należy sprzątanie w moim pokoju, wycieranie kurzu, opróżnianie zmywarki z umytych naczyń i dbanie o zwierzęta domowe. Mam koty i psy, które bardzo kocham. W wolnym czasie lubię wyszywać, słuchać muzyki, oglądać zdjęcia, telewizję, chodzić na spacery i spotykać się z rodziną. Czas spędzony w WTZ to dla mnie przyjemność zarówno podczas pracy jak i w czasie wspólnych chwil spędzonych z przyjaciółmi i kadrą.

OPRAC.
BOŻENA OLEKSY

FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ W WIARDUNKACH

Dostępność jako kluczowy element polityki równych szans i możliwości była tematem regionalnej konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND, zorganizowanej w Poznaniu przez Fundację „Szansa dla Niewidomych" we współpracy z Fundacją „Challenge Europe". Konferencja odbyła się 31 sierpnia i 1 września – pierwszego dnia w Centrum Kultury Zamek, a drugiego – w Wyższej Szkole Bankowej. Patronat honorowy nad wydarzeniem objął Marek Woźniak, marszałek województwa wielkopolskiego, Jacek Jaśkowiak, prezydent Poznania i Jan Grabkowski, starosta poznański.

Tegoroczna edycja wielkiego spotkania niewidomych, słabowidzących i ich bliskich, bo tak brzmi pełny tytuł wydarzenia, na szczeblu centralnym objęta została patronatem honorowym Małżonki Prezydenta RP Agaty Kornhauser-Dudy. Przedsięwzięcie było współfinansowane ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. W całym kraju na przełomie sierpnia i września zorganizowano łącznie 16 spotkań regionalnych, a ich zwieńczeniem było spotkanie centralne w Warszawie, w dniach 10 – 13 września, w Centrum Nauki Kopernik oraz w Pałacu Kultury i Nauki. Przygotowano ciekawe wystąpienia i prezentacje sprzętu tyflorehabilitacyjnego.

– Nie ma dostępności bez nowoczesności – podkreślił Marek Kalbarczyk, przewodniczący Rady Fundatorów Fundacji „Szansa dla Niewidomych" podczas regionalnej konferencji w stolicy Wielkopolski. – Poznańskie talenty zasługują na uznanie. Jesteście przykładem pracowitości, skrupulatności i patriotyzmu. Nowoczesność to nie tylko technologie, ale także umiejętność współpracy dla dobra i na rzecz innych. Fundacji „Szansa dla Niewidomych" udało się zbudować zespół solidny, zgrany, który przez trzy dekady intensywnie pracuje na rzecz środowiska osób z niepełnosprawnościami wzroku. Nie wystarczy być nowoczesnym wokół siebie i dla siebie, trzeba również wywierać presję na innych, aby tę nowoczesność chcieli budować.

Wspomniane przez M. Kalbarczyka 30-lecie istnienia Fundacji było okazją do podsumowań osiągnięć w dziedzinie niwelowania skutków niepełnosprawności narządu wzroku. Na tym polu Fundacji udało się osiągnąć wiele. Między innymi zrealizowała ponad sto projektów ukierunkowanych na aktywizację zawodową i społeczną osób niewidomych, wydała 30 pionierskich publikacji dotyczących nowoczesnej rehabilitacji osób z dysfunkcjami wzroku, a także powzięła wiele innych ważnych inicjatyw społecznych jak na przykład ping-pong dla niewidzących.

Wśród prelegentów był prof. dr hab. n. med. Marcin Stopa, kierownik Katedry Chorób Oczu i Optometrii Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu, który opowiedział o terapii genowej we wrodzonych dystrofiach siatkówki oraz dr Grzegorz Grygiel, dyrektor Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej z wystąpieniem na temat roli ROPS-u w procesie powstawania innowacji społecznych. Zofia Starikiewicz, dyrektor Centrum Kultury Zamek omówiła ułatwienia dla osób z niepełnosprawnościami wdrożone w tej instytucji. Do tych ułatwień zaliczają się dotykowe elementy wystawy przybliżającej historię CK Zamek oraz prezentacje z audiodeskrypcją (instytucja wyposażona jest w komplet 30 słuchawek do audiodeskrypcji).

Wiele uwagi poświęcono wspomnianej kwestii dostępności. Dostępność nie sprowadza się wyłącznie do wdrażania udogodnień architektonicznych, czyli na

Dr Grzegorz Grygiel, dyrektor Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Poznaniu omawia zaangażowanie tej instytucji w proces powstawania innowacji społecznych.

REHA – dla każdego bez barier i granic

przykład likwidacji progów, budowy podjazdu dla wózków itp., ale oznacza cały szereg zintensyfikowanych działań podejmowanych z myślą o osobach ze specjalnymi potrzebami będącymi wynikiem różnych schorzeń zdrowotnych. Szczególnie istotne znaczenie – w dobie powszechnego użytkowania nowoczesnych technologii – ma dostępność cyfrowa. Mówił o niej Janusz Mirowski, przewodniczący Rady Patronackiej Fundacji „Szansa dla Niewidomych".

Podczas regionalnej edycji konferencji REHA rozstrzygnięto etap wojewódzki fundacyjnego konkursu „Idol", którego celem jest nagradzanie osób fizycznych, instytucji edukacyjnych i kulturalnych oraz firm zasłużonych w dziedzinie nowoczesnej rehabilitacji osób z niepełnosprawnościami narządu wzroku. Nagrody – w imieniu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych – wręczała Anna Dzieja, przedstawicielka Oddziału Wielkopolskiego PFRON. W kategorii idol środowiska wyróżniono Agnieszkę Sukiennik (I miejsce), Marka Suwezdę (II miejsce) i Jolantę Golańską (III miejsce). W kategorii media nagrodzono Piotra Żytnickiego, dziennikarza który opublikował tekst na temat dotkniętego hejtem „Pana Niewidomego z Poznania" oraz na temat znęcania się przez opiekunkę nad starszą i schorowaną kobietą. W kategorii urząd otwarty dla niewidomych nagrodzono Jakuba Modrzyńskiego, koordynatora dostępności Urzędu Miasta w Mosinie. W kategorii edukacja na zwycięskich miejscach uplasowały się: Wyższa Szkoła Bankowa w Poznaniu (I miejsce) oraz Magdalena Ciesielska i Maria Kaliszan-Kaźmierczak, nauczycielki ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych w Owińskach (II miejsce). W kategorii instytucja zwyciężyło Muzeum Rolnictwa i Przemysłu Rolno-Spożywczego w Szreniawie (I miejsce) oraz Centrum Kultury Zamek (II miejsce).

KAROLINA KASPRZAK

Przy mikrofonie Marek Kalbarczyk, przewodniczący Rady Fundatorów Fundacji „Szansa dla Niewidomych".

FOT. (3X) KAROLINA KASPRZAK

Laureaci wojewódzkiego etapu konkursu „Idol" z organizatorami konferencji.

Moja mała wyprawa

Pewnego wrześniowego dnia wybrałem się do miasta Głuchołazy, oddalonego od mojego miejsca zamieszkania o jakieś 45 kilometrów. Miasto to znajduje się w województwie opolskim, w powiecie nyskim i jest siedzibą gminy miejsko-wiejskiej Głuchołazy. Jest tam kompleks sanatoriów, a także Szpital Specjalistyczny MSWiA im. św. Jana Pawła II, w którym rehabilitacji leczniczej poddawane są osoby po przebytej chorobie COVID-19.

Bardzo spodobała mi się tężnia solankowa. Niestety, z uwagi na kwestie bezpieczeństwa związane z rozprzestrzenianiem się koronawirusa była niedostępna dla turystów. Ciekawym miejscem do zwiedzania w tej miejscowości jest park zdrojowy liczący kilka kilometrów. Na końcu tego parku jest niewielki staw, przy którym można odpocząć nie tylko w upalne dni. Cała infrastruktura tego miejsca jest przystosowana do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

Ostatnio polubiłem wędrówki górskie. Lubię spacerować po górach. To daje mi poczucie spełnienia i pokonywania własnych ograniczeń. W Głuchołazach szedłem pieszo 1,5 kilometrowym szlakiem. Było pięknie, mogłem zrelaksować się na łonie natury. Być może niektórzy niepełnosprawni stwierdzą, że takie wyprawy nie są dla nich, bo ich stan zdrowia nie pozwala na tego rodzaju aktywności. Nic bardziej mylnego. Aktywność fizyczna jest wskazana w różnych schorzeniach, o ile nie ma przeciwwskazań lekarskich do jej stosowania. Warto rozpoczynać lub kończyć dzień choćby krótkim spacerem – czy to z kijkami, czy na wózku.

KRYSTIAN CHOLEWA

Spacerując z kijkami Nordic Walking promuję wśród osób z niepełnosprawnościami aktywny i zdrowy tryb życia.

FOT. ARCHIWUM AUTORA

Gra w boule w rajskim ogrodzie

21 sierpnia w ogrodzie zwanym „Rajka", należącym do Warsztatu Terapii Zajęciowej przy szpitalu w Śremie, rozegrano sportowe zmagania pod nazwą „Rajski Turniej w Boule". W grze tej z zapałem walczyli uczestnicy miejscowego WTZ.

Przedsięwzięcie to, dofinasowane ze środków PFRON przeznaczonych na organizację sportu, kultury, rekreacji i turystyki osób niepełnosprawnych, zrealizowane zostało przez Śremskie Stowarzyszenie na rzecz Osób Niepełnosprawnych „Trójka". Wśród widzów Turnieju byli między innymi: Piotr Ruta, wicestarosta śremski, Karolina Gałuszka, kierownik Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Śremie i Krystyna Rymaniak, dyrektor miejscowej Szkoły Specjalnej nr 3.

Przebieg turnieju nadzorowali sędziowie będący członkami Śremskiego Klubu „Petanque", należącego do Polskiej Federacji pod tą samą nazwą. Do turniejowych rozgrywek uczestników WTZ przygotowali w cyklu spotkań członkowie miejscowego „Pentaque". Dzięki nim 24 zawodników miało okazję poznać podstawy teorii i praktyki gry w boule. W ten sposób powstało atrakcyjne widowisko i kilka godzin zabawy. Przedstawiciele klubu „Petanque", jako zawodnicy od wielu lat uprawiający tę grę, byli pod ogromnym wrażeniem umiejętności, jakie zaprezentowali uczestnicy WTZ – główni bohaterowie dnia.

Turniej zakończył się wręczeniem pucharów parom uczestników, które zdobyły trzy czołowe miejsca: Szymonowi Tomaszewskiemu i Józefowi Tomaszewskiemu (I miejsce), Kamilowi Augustyniakowi i Krzysztofowi Najdora (II miejsce) oraz Barbarze Tadyszak i Rafałowi Burkowi (III miejsce). Zdobyte medale i dyplomy wywołały wielką radość i uśmiechy na twarzach wszystkich zawodników. Długo trwała wymiana wrażeń pomiędzy graczami i kibicami, którymi byli pozostali uczestnicy WTZ. Miłej, koleżeńskiej atmosferze Turnieju towarzyszyła piękna, słoneczna aura.

SZYMON TOMASZEWSKI
NATALIA DEMBSKA
UCZESTNICY WTZ

FOT. (5X) ARCHIWUM WTZ W ŚREMIE

Łamią bariery obojętności

Nie boją się zatrudniać osób z różnymi niepełnosprawnościami. Swoją postawą przekonują społeczeństwo, że człowiek z niepełnosprawnością jest pełnowartościowym pracownikiem i potrafi działać z zaangażowaniem w budowanie sukcesu firmy. Obok tych pracodawców stoją przedstawiciele instytucji publicznych, dziennikarze, pracownicy organizacji, społecznicy. Te właśnie grupy nagrodzono podczas szesnastej edycji konkursu „Lodołamacze".

6 września w EC1 Łódź – Miasto Kultury podsumowano regionalną edycję konkursu dla laureatów z województw: łódzkiego, mazowieckiego, wielkopolskiego i zachodniopomorskiego. Przypomnijmy, że organizatorem konkursu „Lodołamacze" jest Fundacja Aktywizacji Zawodowej Osób Niepełnosprawnych FAZON założona przez Polską Organizację Pracodawców Osób Niepełnosprawnych. Konkurs ma na celu łamanie stereotypów i uprzedzeń w odniesieniu do osób z niepełnosprawnością, a przede wszystkim „lodów obojętności" dla ich sytuacji na rynku pracy – stąd tytuł „Lodołamacze". W ciągu 16 lat zaszczytne statuetki „Lodołamacza" otrzymało dziesiątki osób, firm i instytucji. Dla każdej wyróżnienie to było szczególne, bo umacniające w realizacji inicjatyw mających na celu przeciwdziałanie wykluczeniu osób z niepełnosprawnościami z rynku pracy i z życia społecznego.

Tegoroczna edycja „Lodołamaczy" – podobnie jak poprzednie – została dofinansowana ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, w konkursie pod nazwą: „Pokonamy bariery" na realizację zadań zlecanych organizacjom pozarządowym. Konkurs odbywa się pod patronatem honorowym Małżonki Prezydenta RP Agaty Kornhauser-Dudy. Podzielony został na dwa etapy – regionalny wyłaniający laureatów w poszczególnych regionach kraju i centralny – w którym finaliści zmierzyli się w walce o laur „Lodołamaczy 2021". Uroczysta gala podsumowująca etap centralny odbyła się 7 października w Zamku Królewskim w Warszawie.

Grono patronów honorowych regionalnej edycji konkursu dla wyżej wymienionych województw tworzyli: Michał Zieliński, wojewoda wielkopolski, Tobiasz Adam Bocheński, wojewoda łódzki, Konstanty Radziwiłł, wojewoda mazowiecki, Marek Woźniak, marszałek województwa wielkopolskiego, Grzegorz Schreiber, marszałek województwa łódzkiego, Adam Struzik, marszałek województwa mazowieckiego, Olgierd Geblewicz, marszałek województwa zachodniopomorskiego, Jacek Jaśkowiak, prezydent Miasta Poznania, Hanna Zdanowska, prezydent Miasta Łodzi i Rafał Trzaskowski, prezydent Miasta Stołecznego Warszawy.

Laureatów konkursu wyłoniono w dziewięciu kategoriach: zatrudnienie chronione, rehabilitacja społeczno-zawodowa, otwarty rynek pracy, instytucja, przyjazna przestrzeń, zdrowa firma i dziennikarz bez barier. W 2020 roku w konkursie udział wzięło 414 pracodawców, przyznano łącznie 68 nagród oraz 17 wyróżnień. Tegoroczna edycja konkursu także spotkała się z szerokim zainteresowaniem osób i instytucji, które promują pozytywne postawy społeczne w odniesieniu do osób z niepełnosprawnościami.

W kategorii zatrudnienie chronione pierwsze miejsce i statuetkę „Lodołamacz 2021" otrzymała Spółdzielnia Elektrotechniczna „Pokój" w Łodzi. W kategorii rehabilitacja społeczno-zawodowa na pierwszym miejscu uplasował się Zakład Aktywności Zawodowej Stowarzyszenia Wsparcie Społeczne „Ja – Ty – My" w Łowiczu i Tuszynie. W kategorii otwarty rynek pracy zaszczytne pierwsze miejsce otrzymała Grupa Uni-Lex w Łodzi. W kategorii instytucja zwyciężyła Polska Fundacja Pomocy Dzieciom Niedosłyszącym „Echo" w Warszawie. W kategorii przyjazna przestrzeń pierwsza nagroda trafiła do Muzeum Miasta Łodzi. W kategorii zdrowa firma zwyciężył Centralny Ośrodek Sportu – Ośrodek Przygotowań Olimpijskich w Spale. W kategorii dziennikarz bez barier zwyciężyła Magdalena Świerczyńska-Dolot, dziennikarka Radia 357. W każdej kategorii przyznano również drugie i trzecie miejsca oraz wyróżnienia. W tegorocznej edycji, na etapie regionalnym dla wspomnianych województw, kapituła konkursu nie przyznała tytułu „Super Lodołamacza". Natomiast statuetkę „Lodołamacza Specjalnego" odebrała dr hab. Dorota Podgórska-Jachnik.

KAROLINA KASPRZAK

Drugie miejsce i srebrny medal dla Zakładu Aktywności Zawodowej „Dobry Start".

Uroczysty moment – przekazanie statuetki „Lodołamacza".

Były też pamiątkowe certyfikaty.

FOT. (3X) ŹRÓDŁO: WWW.LODOLAMACZE.INFO.PL

Skeoatl - Pomidor
26.10 - 12.11

W miesiącu Skeoatl rozpoczyna się ośmiomiesięczny rok Pomidora. Dla osób urodzonych pod tym znakiem horoskop Indian Aleoteków przewiduje coś, co w życiu Pomidora może ulec całkowitemu zburzeniu. Pomidory powinny być odważne. Dla przebojowych osób ta sytuacja jest po to, by mogły zbudować coś znacznie silniejszego i trwalszego. Już na początku roku Pomidory osiągną gotowość do podjęcia ważnych decyzji. Ich kreatywność okaże się niezwykle istotna. Warto, aby ją wykorzystały w swoich działaniach.W tym roku Pomidory muszą zaufać sobie i temu, co dzieje się w ich sercach. Pozbędą się poczucia winy, a jeśli już ponoszą za coś odpowiedzialność, to będzie czas zastanowić się, co należy zrobić, by poprawić swoją sytuację. Pomidory mogą osiągnąć każdy cel, który sobie wyznaczą, muszą tylko jeszcze bardziej uwierzyć we własne możliwości.
Ten rok to dla Pomidorów idealny czas na wyjście do ludzi. Nie izolujcie się dłużej, czas rozpocząć działania wspólnie z innymi ludźmi. Nie powinny Pomidory dokonywać pochopnych ocen osób oraz sytuacji i pozwolić sobie na nowe znajomości. Nowe kontakty mogą wiele zmienić w życiu osobistym i zawodowym. Skorzystajcie z tego. Wśród nowopoznanych znajdą Pomidory tę jedyną i wyczekiwaną osobę.
Ze zdrowiem będzie „w kratkę", raz lepiej, raz gorzej. Szczególną uwagę powinny Pomidory zwracać na stan zatok i gardła.

Przesłanie dla każdego Pomidora - Pozwól sobie na uwolnienie swoich uczuć i emocji w konstruktywny sposób. Oczyść swoje wnętrze. To, co dzieje się teraz w Twoim życiu, jest wynikiem Twojej przeszłości.
Przestroga – Nie bujaj w obłokach, tylko zastanów się, czego naprawdę pragniesz.
Rada dla Pomidora – Możesz pozwolić sobie na życie chwilą. Pamiętaj, że od tego co teraz pomyślisz i zrobisz zależy to, co osiągniesz zaraz i nawet w odległej przyszłości. Otrzymasz długo wyczekiwaną wiadomość, nie obawiaj się jej odebrać.
Zmniejsz nieco swoją kontrolę, nie da się wszystkiego kontrolować jednocześnie.
Zresztą – nie ma takiej potrzeby.

AUTOR ZBIGNIEW NOWAK

Przeszkolą trenerów

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych zaprasza osoby z niepełnosprawnością narządu wzroku do uczestnictwa w krótkim badaniu ankietowym. Badanie adresowane jest do osób, które choć raz brały udział w szkoleniu z orientacji przestrzennej. Celem badania – jak informuje Fundusz – jest określenie, jaką wiedzę, umiejętności oraz kompetencje powinien posiadać instruktor orientacji przestrzennej szkolący osoby niewidome i słabowidzące. Ankietę można wypełniać do 11 października, jest dostępna na stronie internetowej PFRON.

Wyniki badania zostaną wykorzystane przy opracowywaniu programu szkolenia instruktorów w ramach projektu pod nazwą: „Trening orientacji przestrzennej dla osób niewidomych i słabowidzących (TOPON)", współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej. Realizacja projektu rozpoczęła się 1 czerwca tego roku, a zakończy 30 listopada 2023 roku. Celem projektu jest opracowanie, przetestowanie i wdrożenie nowego standardu kształcenia oraz dokształcania trenerów orientacji przestrzennej, a także programu szkolenia dla osób niewidomych i słabowidzących w zakresie orientacji przestrzennej.

W ramach projektu zostanie wyszkolonych 12 nowych trenerów orientacji przestrzennej, będą uzupełnione kompetencje co najmniej 94 trenerów, zaś osoby z niepełnosprawnościami narządu wzroku (co najmniej 200 osób) nabędą kompetencje w zakresie orientacji przestrzennej. Po okresie testowania zarówno standard jak i program kształcenia zostanie zweryfikowany i wdrożony do stosowania. Liderem projektu jest PFRON, a partnerami: Polski Związek Niewidomych, Towarzystwo Opieki nad Ociemniałymi, Akademia Pedagogiki Specjalnej, Fundacja Instytut Rozwoju Regionalnego oraz Instituttet for Blinde og Svagsynede z siedzibą w Danii. *Oprac. KK.*

ALDONA WIŚNIEWSKA

***

Spójrz na gołębicę,
Co jak niepyszna
Za okruchem biegnie.
To znów na mnie
Pociemniałą
Od zmierzchu.
Upija się noc
Łagodnie,
Coraz ciemniejsze
Mam myśli.
Nie ma już gołębia,
Otępiał i zasnął.
Od uderzenia
Czarnej dłoni
Poleciały odpryski
Na nieboskłon,
Na Mleczną Drogę.
Chcesz to przetrwać
Trzeźwy,
Przecież noc jest pijana.
Upadnijmy razem
W błoto na asfalcie,
Przetoczmy się
Przez murowany
Zagajnik.
Lampka białego wina
Świeci na niebie
I mruga do nas
Przyjaźnie.

***

Chcę chodzić po linie,
Chcę żonglować myślą
Pod kopułą nieba.
Tego bym chciała.
Lecz gdy ciebie nie ma,
Nie ma też nieba,
Myśli niechętne
Do skoku.
Twój urok sprawia,
Że na uczuć linie
Pnę się i pnę.

W drugiej połowie sierpnia aż 44. dzieci z niepełnosprawnością ruchową odpoczywało nad Jeziorem Mikorzyńskim koło Konina. Kolonie pod nazwą „Mali Odkrywcy" zorganizowała Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ. Określenie „odpoczywało" nie do końca jest właściwe, ponieważ dzieci miały bardzo napięty plan zajęć.

– Z tą grupą postawiliśmy na sport – mówi Zuzanna Janaszek-Maciaszek, prezes Fundacji PODAJ DALEJ. – Sport jest świetnym uzupełnieniem rehabilitacji, poprawia motywację, pewność siebie, sprawność i samodzielność. Sportowa aktywność zapoczątkowana na naszych koloniach zaprocentuje niezależnością w dorosłym życiu. Wierzymy w to, że nawet w ciągu kilku dni kolonii każde dziecko może nauczyć się czegoś nowego, czegoś przydatnego, czegoś wartościowego. Potwierdzają to rodzice, którzy po zakończeniu kolonii piszą do nas podziękowania, również w imieniu swoich dzieci, pełnych wrażeń. Zdarza się, że dzieci nie chcą wyjeżdżać, a na zakończeniu towarzyszą nam łzy wzruszenia i obietnice, że spotkamy się znów za rok.

A czy tak będzie, w dużej mierze zależy od darczyńców, którzy wspierają kolonie osobiście bądź w imieniu firm. To właśnie dzięki nim udział dzieci w koloniach jest bezpłatny. Bardzo dziękujemy wszystkim, dzięki którym dzieci z niepełnosprawnościami mogą wyjechać na prawdziwe kolonie! Dla wielu z nich to jedyny wyjazd podczas wakacji.

„Ala czekała na tegoroczne kolonie właściwie już od momentu zakończenia ubiegłorocznej edycji „Małych Odkrywców". Kolonie te pozwalają jej na chwilę poczuć się jak zdrowi, pełnosprawni rówieśnicy, którzy wyjeżdżają samodzielnie, bez rodziców. Jest to naszym zdaniem bardzo ważny wkład w rehabilitację społeczną dziecka niepełnosprawnego. Jeszcze raz bardzo serdecznie dziękujemy i mamy nadzieję do zobaczenia za rok! Ala już nie może się doczekać" – to fragment maila od rodziców Ali, Anny i Krzysztofa.

ŻAGLÓWKI I KAJAKI

Mali odkrywcy, choć nie wszyscy już tacy mali, bo

Mali odkrywcy na sportowo

FOT. (4X) ARCHIWUM FUNDACJI „PODAJ DALEJ"

wśród nich są Miłosz i Filip, którzy na kolonie przyjechali po raz siódmy. Z małego Miłoszka i Filipka wyrośli młodzieńcy, którzy wraz z innymi dziećmi brali udział w zajęciach. Były sporty wodne – kajaki i żaglówki. Instruktor żeglarstwa podkreślił, że trafiliśmy na świetne warunki – duży wiatr przysporzył dużo emocji i frajdy. Kajaki z Karolem i Pauliną również były wyzwaniem, ponieważ towarzyszyły wyprawom zmienne warunki pogodowe, świeciło słońce, a po chwili wiał silny wiatr, a jeszcze innym razem padał deszcz i trzeba było schronić się pod mostem w Osadzie Janaszkowo. Każdy spływ kajakowy miał swój cel – Osadę Janaszkowo, czyli wielkie przedsięwzięcie Fundacji PODAJ DALEJ. W tym ośrodku działa nowoczesna część rehabilitacyjna, a powstanie jeszcze część mieszkaniowa dla osób z niepełnosprawnościami (więcej na stronie: www.osadajanaszkowo.pl).

KOSZYKÓWKA NA WÓZKACH

Marek Bystrzycki, Przemek Stelmasik i Piotr Darnikowski, doświadczeni koszykarze (Piotr jest aktualnym członkiem Reprezentacji Polski w Koszykówce Na Wózkach) prowadzili intensywne treningi koszykówki na wózkach. Uczestniczyli w nich zarówno młodzi koszykarze KSS Mustang jak i dzieci, które po raz pierwszy miały styczność z tym sportem. Kiedy koszykarze wracali po południu z drugiego treningu widać było zmęczenie, ale jednocześnie satysfakcję z dobrze wykonanej pracy. Na treningach każdy dawał z siebie wszystko. Po intensywnej rozgrzewce i ćwiczeniach był czas na krótkie rozgrywki i dużo zabawy. Trenerzy są bardzo wymagający, ale potrafią też pochwalić, kiedy widzą zaangażowanie zawodnika.

Wśród małych odkrywców był Adrian Jankowski, który jest członkiem Młodzieżowej Reprezentacji Polski w Koszykówce Na Wózkach. Adrian od wielu lat przyjeżdża na kolonie, a my wierzymy, że niedługo przyjedzie do nas wspierając zespół wolontariuszy.

Podczas kolonii instruktorzy na wózkach prowadzili też zajęcia sportowe na „lądzie" rozpoczynając od porannego rozruchu przed apelem. Karolina i Kuba, wspierani przez Asię, zorganizowali olimpiadę sportową, bo to taka tradycja na kolonii małych odkrywców.

WAŻNA ROLA WOLONTARIUSZY

Młoda koszykarka Klaudia Mruk zadebiutowała w tym roku w roli wolontariuszki. Okazała się świetnym instruktorem samodzielności dla swoich koleżanek, które podobnie jak ona, poruszają się na wózkach inwalidzkich. Klaudia cierpliwie i rzeczowo tłumaczyła i pokazywała, jak przesiadać się z wózka na łóżko, czy na krzesełko pod prysznicem, jak pokonać podjazd, który prowadził do domku i jak poruszać się bezpiecznie w trudnym terenie.

Kolejnym młodzieńcem, który z małego odkrywcy przeobraził się w wolontariusza, był Miłosz Bronisz. Chętnie brał udział w zajęciach reporterskich z zaprzyjaźnionymi dziennikarzami Sławkiem Papierą i Tomkiem Woźniakiem. Pierwsze dziennikarskie doświadczenia Miłosz zdobywał w poprzednich latach tworząc redakcję książki „Mali Odkrywcy", gazetki kolonijnej, a także w telewizji! Filmy z poprzednich lat można obejrzeć na kanale YouTube Fundacji PODAJ DALEJ, a książkę można otrzymać pisząc na kontakt@podajdalej.org.pl .

ODKRYWANIE TALENTÓW ARTYSTYCZNYCH I SPRAWNOŚCI

Nie mogło zabraknąć Iwony Cichockiej i jej kreatywnych zajęć artystycznych. Powstawały latawce, które świetnie sprawdziły się na wietrze, instrumenty muzyczne, które wykorzystywaliśmy również podczas zajęć z Piotrem Glapą – instruktorem Capoeiry. Była też prezentacja motoparalotni, która zawsze wzbudza emocje.

Jak co roku, mali odkrywcy zdobywali sprawności, zaliczając określone zadania. Kilkoro małych odkrywców zdobyło wszystkie możliwe sprawności, a więc żeglarza, koszykarza, kajakarza, piłkarza, gimnastyka, tancerza, dziennikarza i fotoreportera!

JAK ZA DAWNYCH LAT W MIELNICY

Owe sprawności, olimpiada sportowa czy żeglowanie to nawiązanie do obozów harcerskich, które od wczesnych lat 80-tych w Mielnicy nad Gopłem organizował śp. Doktor Piotr Janaszek, Patron Fundacji PODAJ DALEJ. Na koloniach pracowały też osoby, które pamiętają Doktora właśnie z mielnickich lat, a relacje z kolonii podglądali stali bywalcy Mielnicy, podkreślając, że nawet ze zdjęć czy filmów czuć było prawdziwą mielnicką atmosferę i radość.

Kolonie „Mali Odkrywcy" to też chwila wytchnienia dla rodziców i opiekunów naszych bohaterów. Oto jak kolonie wspominają rodzice Norberta: „Te kolonie są ogromnym wsparciem dla dzieci przede wszystkim w nauce samodzielności, ale także wytchnieniem dla rodziców. Bo nie da się ukryć, że wychowanie dziecka z różnymi dysfunkcjami jest ciężkie, często też dochodzi zmęczenie fizyczne i psychiczne. Dziecko jest wtedy pod świetną opieką, uczy się nowych rzeczy. A rodzic może mieć choć trochę czasu dla siebie, bo na co dzień bardzo go brakuje".

Każdego roku nad bezpieczeństwem małych odkrywców czuwa wykwalifikowana kadra wspierana przez wolontariuszy. Tak pięknie napisała o nich pani Monika, mama Gabrysia: „Ludzie , którzy dają siłę, ludzie którzy kochają nawet wtedy, kiedy ty już nie masz siły na miłość, ludzie, którzy myślą nie rozumem, ale sercem. Ludzie którzy patrzą na Twoje dziecko nie jak na kogoś, kto jest inny, ale na kogoś, kto jest wyjątkowy".

– Pięknie dziękujemy wszystkim osobom, które kibicowały naszym dzielnym małym odkrywcom, a także wszystkim, którzy pomogli zrealizować dziecięce marzenia i wsparli organizację kolonii! To jest niesamowity czas dla dzieci, ich rodziców i dla nas. Czerpiemy z tych spotkań mnóstwo dobrej energii i radości, cieszymy się z kolejnych osiągnięć małych odkrywców i z trudem rozstajemy się z nimi. Zapraszam do obejrzenia krótkiego video – wspomnienia. Ta radość i uśmiechy dzieci to najpiękniejsze podziękowanie za pomoc – mówi Zuzanna Janaszek-Maciaszek. ***NA***

Szczygieł (39)

Zbigniew M. Nowak
KOŁOBRZEG

Dzięki sekretnym schowkom biurka były idealne na czas okupacji. Tyle że konspiracyjna naiwność obu sióstr była tak wielka, że o ich podziemnym knowaniu wiedziała cała dzielnica, a w kamienicy nawet dzieci, i tylko cudem jakimś Niemcy niczego nie odkryli.

Po bezpotomnej śmierci starszej Marianny, skłóconej z siostrą o kilka sznurów pereł po matce, rodzinnej kości niezgody od wieku, jej biurko Ww akcie pojednania trafiło do Janki, a potem obydwa drogą spadku dostały się rodzicom Mateusza. Wtedy o mało nie przepadły. Kamińscy musieli ich szukać aż pod ruską granicą, gdzie dotarły podczas transportu omyłkowo doczepionym wagonem. Im także służyły skrytkami, bo obrót złotymi świnkami był w tamtym czasie nielegalny. A kiedy przyszedł czas następnego pokolenia, w prezentach ślubnych przekazali je swoim dzieciom. I tak jedno biurko dostało się Mateuszowi, a drugie – Reginie. Oboje mieli je przekazać dalej razem z pamięcią o tym, jak koleje losu potrafią zadrwić z ludzkiej pracowitości i marzeń....

Oparty wygodnie pogrążał się w rozważaniach. Jakże dziwne czasem są koleje losu...

Ciche pukanie przerwało tok jego myśli. Otworzyły się drzwi i do pokoju ukradkiem wsunęła się Helena. Obrócił fotel w stronę wejścia.

– Nie śpisz? – zdziwił się jej przyjściem.

Podeszła bliżej, niemal wyłoniła się z mroku. Była w szlafroczku z łososiowej satyny. Pomyślał, że jej we wszystkim jest ładnie.

– Poczułam, że palisz, więc chyba skończyłeś pracować? – Usiadła na brzegu biurka. – Co się stało, czemu siedzisz po nocy? Jakieś problemy w firmie? – spytała, kładąc rękę na aktówce.

– Jak zwykle – odparł wymijająco. – Na szczęście wszystko pod kontrolą. Musiałem trochę poprzeglądać papiery – dodał, starając się, by jego głos brzmiał naturalnie i uspokoił już coś podejrzewającą żonę. Helena zrozumiała jego intencje i domyśliła się, że czegoś nie chce jej powiedzieć. A skoro tak, to znaczy, że ma jakiś kłopot. Wstała z biurka i podeszła do okna. Atramentowe chmury popłynęły dalej, odsłaniając księżyc.

– Jaka piękna pełnia – powiedziała, spoglądając w niebo. – Widać nawet parę gwiazd.

Kiedyś lubili razem patrzeć w gwiazdy. Odgadywali wtedy swą przyszłość, wspólną i szaloną. Ależ to było dawno. A przecież nie są znowu tacy starzy... Może tylko, jak twierdził Mateusz, trochę zmęczeni? W zadumaniu opuściła wzrok. Na dole, w srebrzystej poświacie zamajaczył ogród. Tam była ich dzisiejszość, mniej zawrotna...

– Jutro musimy zebrać resztę owoców – oderwała się od swych myśli. – Chcę porobić kompoty na zimę.

– Zbierzemy je.

Tytoń stopniowo się dopalał. Mateusz pociągnął jeszcze kilka razy.

Właściwie chciała jeszcze coś powiedzieć, coś całkiem innego, z czym przyszła do niego, ale widząc, że już przestał palić, rozmyśliła się i nie zmieniła tematu. Zostawiła też nocne widoki i wolno ruszyła w stronę biurka.

– Połóż się, ja jeszcze tylko wezmę prysznic i zaraz będę. – Mateusz otworzył szufladę i schował fajkę.

Wyszła cicho jak duch, wróciła do sypialni, a on wyłączył komputer i zgasił światło. Po omacku trafił do klamki.

Łazienka była po przeciwnej stronie korytarza. Właściwie było to coś więcej. Helena chciała, by był to raczej pokój kąpielowy. Wyłożona śnieżnobiałą glazurą, za którą zjeżdził pół świata (wtedy jeszcze zależało im na głupstwach), oraz szklanymi mozaikami w bladobłękitnych i seledynowych odcieniach morza, miała sporo elementów drewnianych, także na podłodze. Naprzeciw wejścia znajdowały się dwie umywalki w kształcie muszli z pokaźnymi, srebrno niklowanymi bateriami. Duża, wygodna wanna na lwich nogach umieszczona była po prawej stronie w okiennym wykuszu. Przez to usytuowanie oraz kilka zwisających paproci kąpiel w niej dawała poczucie niezwykłej bliskości z naturą. Zaraz obok stał bidet. Mahoniowa toaletka i czerwone krzesło Pilleta oraz szafa na ręczniki, w tym samym stylu, wypełniały lewą część pomieszczenia. Między nimi znajdowała się obszerna kabina prysznicowa z hydromasażem – ulubione urządzenie Mateusza.

Zrzucił z siebie ubranie i idąc do kabiny, zerknął w wysokie lustro. Brzuch był jego obsesją. Na szczęście nie miał powodu do zmartwień. Wszedł za szklane drzwi kabiny i odkręcił kurki. Tusz przyjemnie trysnął mu na twarz i klatkę piersiową. Ustawił temperaturę na średnio ciepłą. Szeroki strumień obmył mu ciało. Sięgnął po butelkę z żelem, nalał sobie na dłoń i rozprowadził po skórze. Woda z szumem zmydlała go i spływała po nogach do stóp. Wkrótce stał po kostki w pianie. Nadstawił głowę, potem plecy i znów tors. Opłukany obniżył ciepłotę wody i puścił ją przez dysze większego ciśnienia. Poczuł, jak odpływa z niego zmęczenie. Zrobiło się przyjemnie i wrócił refleksyjny nastrój. Pradziad Józef, on, żona, dzieci, firma – koleje losu...

cdn.

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

A.M. Krystosik Gromadzińska
SZCZECIN

25.09.2021

Czy nie może być po prostu dobrze? – takie pytanie zadaje mi syn. Od przeszczepu nerki minęło półtora miesiąca, z czego 27 dni spędziliśmy na oddziale, walcząc o nową nerkę. Paweł znosił wszystkie zabiegi, kolejne wyjazd na blok operacyjny, ból, niewygodę, głód, pragnienie... i przez chwilę zaświeciło „światełko w tunelu". Było z dnia na dzień coraz lepiej. Potem było znów gorzej, potem znów lepiej. A teraz jest znów źle. Huśtawka buja się w zawrotnym tempie.

Powrót ze szpitala.

Wróciliśmy na tydzień do domu, ale jutro jedziemy znów do Warszawy. Trzeba wyjaśnić, co się dzieje? Prawdopodobnie to toksyczne działanie zbyt wysokiego stężenia jednego z leków immunosupresyjnych jest przyczyną pogorszenia parametrów wydolności nerki. Tego się trzymamy i wierzymy, że przed nami znów słoneczne dni z lepszymi wynikami.

Przecież to już jesień. A to pora roku, w której u nas wszystko się zaczyna. Jesienią założyliśmy rodzinę, jesienią podjęliśmy pracę, jesienią zaczął poza szpitalne życie po urodzeniu Pawełek. Jesienią kilka lat temu zaczęliśmy dializy i teraz jesienią je skończyliśmy. Tej jesieni Paweł zaczął też naukę w liceum. Na razie jeszcze nie poznał szkoły. Kwestie zdrowotne są teraz priorytetem.

Był darem życia dla Pawła

Tęsknimy za spokojem. To jeszcze czas, w którym każdorazowe pomiary ciśnienia i temperatury oraz wagi są momentami stresującymi. Podobnie jak zliczanie bilansów dwa razy na dobę. Cyferki muszą się mieścić w pewnych granicach, bo jeżeli odbiegają od przyjętej normy, to trzeba dzwonić na oddział i pytać, co robić. Wszystko jest jeszcze takie chwiejne. Trzeba uważnie odmierzać dawki leków, pilnować czasu ich brania, pór jedzenia i niejedzenia. Mam ustawionych 10 „Pawłowych" alarmów na dobę. Każdy z nich przypomina o czymś ważnym.

Znaleźliśmy się z dnia na dzień w innej, ale lepszej rzeczywistości. Pomimo stresów, pomimo wahań parametrów i nowych ograniczeń, odetchnęliśmy gdy skończyły się dializy. Paweł może spać w ciszy! Paweł może spać na prawym lub lewym boku! Paweł nie musi się podłączać co wieczór do maszyny, zmieniać opatrunku! Paweł może normalnie się umyć! Może dłużej posiedzieć wieczorem. Ma wolność, której przez tak długi czas nie miał. Uczymy się więc nowego świata, co pomimo stresów które nam towarzyszą, jest miłe. Żyjemy nadzieją, że będzie dobrze, że w końcu się wszystko ustabilizuje i wolności będzie towarzyszyć większe poczucie bezpieczeństwa.

OBDAROWANI

Myśląc o naszym szczęściu, o nerce, którą dostał Paweł, nie mogę zapomnieć, że gdy my byliśmy pełni nadziei na lepsze życie i wyruszyliśmy w drogę po nie, ktoś inny płakał z powodu utraty bliskiej osoby. Wiedząc, że Paweł dostał młodą nerkę, mam świadomość, że odszedł ktoś, przed kim było jeszcze całe życie.

Mam tę osobę w swoim sercu, mam też w sercu jej rodzinę, która zdecydowała się oddać organy. Ile trzeba mieć w sobie dobroci, empatii, mądrości i dojrzałości, by podjąć taką decyzję! Dzięki tej decyzji wiele osób zyskało nowe życie. Sześć, osiem, a może więcej? Zmieniło się życie nie tylko biorców, ale też ich rodzin. Życie ludzkie, które się skończyło w rozumianym sensie, trwa dalej i to „zwielokrotnione". Trudno jest nawet znaleźć słowa opisujące tę sytuację, bo o transplantacji mówi się niewiele. Nie jest to temat obecny zbyt często w mediach, nie funkcjonuje on w społecznej świadomości. A może dla kogoś ten dar „spadł z nieba" w ostatniej chwili... Jeżeli jest to jakieś pocieszenie dla rodzin dawcy, to należy o tym pisać. Polska jest na bardzo niskiej pozycji w rankingach przeszczepów.

Tym bardziej ogromnie jesteśmy wdzięczni za to, że dostaliśmy szansę na lepsze życie dla Pawła. Nie praktykuje się u nas możliwości podziękowania rodzinie dawcy. Może to i dobrze, bo emocje z obu stron mogłyby być zbyt duże, ale dziś anonimowo dziękuję wszystkim rodzinom za ich piękne i dobre decyzje, które mieli odwagę podjąć w najtrudniejszych chwilach życia. Tracąc, zdecydowali się bezinteresownie darować. Nie umiem sobie wyobrazić większej hojności i nie ma nic cenniejszego ponad taki dar.

W imieniu Pawła, swoim i innych obdarowanych DZIĘKUJĘ !

Dzięki Wam możemy planować nowe życie. Możemy mieć nowe nadzieje i pragnienia. Możemy otworzyć te drzwi, które do tej pory były zamknięte. Podarowaliście nam coś, o czym nie mieliśmy odwagi marzyć.

Na koniec, a może od tego powinnam zacząć, chciałabym podziękować... ale zupełnie nie wiem, jak się do tego zabrać. Częścią mojego dziecka stał się inny człowiek. I właśnie jemu chcę podziękować za to, że chce być darem dla Pawła. I znów brakuje słów. Cząstko życia, która stałaś się częścią mojego dziecka...dziękuję! Brzmi to zupełnie irracjonalnie, ale tak jest. Kocham całego Pawła, pokochałam więc „nerkę z nieba". Czasami z nią rozmawiamy i głaszczemy ją mówiąc „kochana nereczka". Ale to nie tylko nerka. Ktoś stał mi się bliski, tak bliski jak Paweł.

Dziękuję Ci człowieku, który jesteś częścią Pawła, że chcesz z nami być!

Gotowanie to jedna z pasji Pawła.

Paweł cieszy się z nowego życia.

FOT. (3X) AGATA KRYSTOSIK-GROMADZIŃSKA

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

ROZMOWNOŚĆ
Polacy nie gęsi,
Też swój język mają.
Pół litra na głowę
I się dogadają.

POSTRZYŻYNY
Poszedł do fryzjera,
Zakład był zamknięty.
Więc wrócił do domu
Tak czy siak podcięty.

POMOC
Pijanego w trupa
Chcieli ratownicy
Zawieźć nie do izby,
Tylko do kostnicy.

NARĄBANY
Podnieść się, owszem,
Byłby w stanie,
Gdyby nie ziemskie
Przyciąganie.

Fraszki

NAGROBEK ALKOHOLIKA
Tu w śmierci klinicznej
Leży jego ciało,
Bo jeszcze w butelce
Na klina zostało.

NAGROBEK PIJAKA
Wypij za zdrowie
Jego duszy.
Nie wykluczone
Że ją suszy.

PODANIE
Błagalne pienia
Do urzędo-lenia.

SPADKOBIERCY
Pogrążeni w żalu
Cieszą się ze szmalu.

TCHÓRZ
Jeden krok do przodu
I do tyłu chodu.

CICHE DNI
Dobra żona
Obrażona.

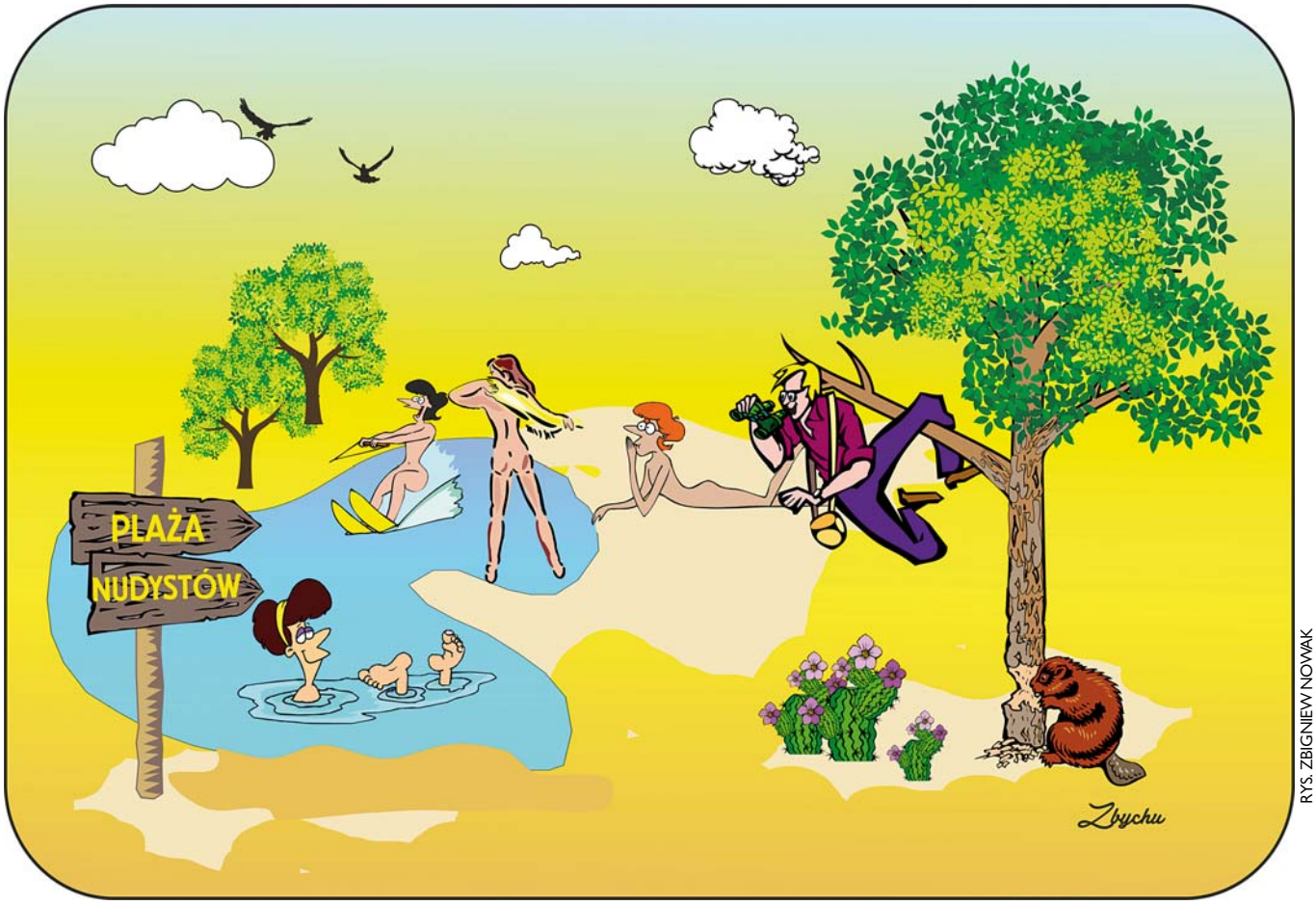
KAMFORA
Po jednym romansie
Ulotnił Roman się.

KREDYT
Nie zarobił kmieć,
A wszystko chce mieć.

EMIGRACJA
Z własnego kraju
Do obcego raju.

EMERYT
Zużyta, stara
ZUS-u ofiara.

TELE-ŁAMIGŁÓWKA
Ile łap ma pies
Wyślij SMS.



RYS. ZBIGNIEW NOWAK

Bachandryjów zadość, kejterki to tyż stwory, wej!

Wiaruchna pyto mie na okrągło:

– Co tyż wywinył Zyga Franelka. Istny niy może przecie za siebie! Dostoł od kompla Ślunzoka, co miyszko tero wew Rostoku, gdzie sie ochajtnył, geszenk – a jestta parka, dwa sznaucerki.

Dalim jeim miyndzynarodowe imiona – Kowid i Pandymia, żeby nie zaszczepiyła tegó Bruksela. Harry, no tyn Ślunzok, dostoł psie paszporty i inksze dokumenta. Dołónczył tyż komyndy, żeby psioków uczyć po polskiymu. Dejma na to „gib Fuss" – to po naszymu „dej fujtke" (dej łapę). Inksze: „gib liegen" – „leżeć! chódź do mnie" – to „komm hier!". Jak kejterek sie opiyro i nie chce iść, wołomy: „dalij, dalij!". Nimiochy wew ichniejszyj gwarze godajom „dali, dali" – co wziyni od nos. Jak trzebno mocniyj, to „wołómy łoły!". Jedno komynda była tako: „alarm" – po ichniymu i naszymu, co znaczyło „kryć sie!" Ale było jeszczyk dodatkowe pismo po niemiyckiymu pod tytułem „Hundstammbaum" – co znaczyło „niewiada"?

Ale te papióry trzebno było zawiyźć do Zwiunzku Kinologicznygó (kynologicznego). Wew urzyndzie od rejestrancji psioków siedzioł jakisiś ekszpert we pozłacanych brillach. Jak dostoł papióry od Zygi, to poszkraboł się pazurom wew glace i wzdochnył:

– Szczyńscie, że znom zdzieblutko nimiecki.

I przeczytoł w głos tytuł papiórów:

– Hundstammbau, hm... hm... to cheba drzewo geologoczne psioków?

– Cheba genealogiczne, inacyj rodowód – brdynknył Zyga.

– Cheba tak! – Zaś urzyndas sztuderowoł i sztuderowoł, a w kóńcu godo:

– Jeżeli rodowód siyngo oż do czasów Wylusia, to 30 kachli daje jo, a bydom inni, co mogom dać wiyncyj!

Zyga się obruszył:

– Trzydzieści tysiyncy mom w kluce. Kejterki som moje i kóniec klamerki.

Zaś po tym zaczły sie różniste bachandryje (awantury). Roz kiedyś Zyga potościoł się dó kolónialki. Przed wejściem do składu zapioł piskliwie do kejtra:

– Kowid, spokój!

Hendlera zza tumbaku (lady) wyprysła do Zygi i wypkła gó na zewnątrz, a na szybie zawiesiła kartón „Renament przepraszamy!". Zaś zaczła lotać po składzie zes psikotkiem i robić dezynfekcjom.

Innom razom Franelka jachoł banom do Pobiedzisk. Na dworcu chcioł dostać kupić bilety ulgowe dó sie i kejterków. Nieszczyńście! Zawołoł:

– Kowid! Pandymia! Kasjerka wezwała bandziorzy (kolejarzy) i banszuców (ochroniarzy).

Jakoś się Zyga wybronił.

Zaś potościoł sie do urzyndu zapłacić podatek za kejtry.

– A jak sie te istne zwom – zagaił atramynciorz.

– Kowid i Pandymia – odbrynknył Zyga.

Urzyndas zawołoł ochróne, żeby istnygó wywlekli i zdezynfekowali aerosolym.

Najwiynksze fefry dostoł weteryniorz. Trzebno było kejtry szczepić na wściekliznę. Jak Zyga powiedzioł, że kejtry zwom się Pandemia i Kowid – konował wskoknył we kosmiczny kómbinezjón i kozoł Franelce iść precz, a wew lecznicy zes pomagierami zaczli robić totalnom dazynfekcyjom.

Co zaś było daliyj, to nastypmnom razom.

Serducho by wom nie zwytrzymało od opowiydzynia.

BOLECH ZES CIERPIENGÓW

RYS. (2X) ANDRZEJ ROSSA

Żegnaj Mikołaju

31 lipca, po ciężkiej chorobie, odszedł na zawsze Mikołaj Krasicki, nasz przyjaciel, uczestnik Warsztatu Terapii Zajęciowej w Wiardunkach. Był z nami przez ostatnie dziesięć lat.

Wniósł do naszego warsztatu wiele ciepła i radości. Zawsze uśmiechnięty i wesoły przemierzał korytarze placówki, pozostawiając po sobie optymistyczną aurę.

Chętnie nawiązywał kontakty z osobami, które spotykał na swojej drodze. Z ochotą i zainteresowaniem angażował się w życie warsztatu i jego uczestników. Z ciekawością podejmował się nowych czynności, nie zapominając o doskonaleniu nabytych już umiejętności.

Zawsze był towarzyski i otwarty, chętnie przebywał wśród innych ludzi, wprowadzając swoją obecnością przyjazną, atmosferę.

Mikołaju, właśnie takiego Ciebie zapamiętamy – zawsze radosnego i pełnego życzliwości.

Pozostaniesz na zawsze w naszych sercach.

MARTA BYCZYŃSKA

FOT. ARCHIWUM WTZ W WIARDUNKACH

KATARZYNA KUSEK
GRABINY

Czas uczy nas pogody

Człowieku, gdy cię do siebie przywoła
Wielki Zegarmistrz,
będziesz tak młody i wciąż nie gotowy
na podróż w nieznane. Za wcześnie
to wszystko nadchodzi, za wcześnie.
Pory roku nakazują ludziom, ptakom i drzewom
wzrastać, kochać i przemijać,
odchodząc bezszelestnie w zapomnienia ciszę,
i w chłód pomników marmurowych.
Bądź wytrwały w swym trudzie,
odważny i cichy w cierpieniu,
a w miłości chojny. Bądź wierny i idź,
podążaj niestrudzenie przez godziny, dni i lata.
Czas ulepi cię z gliny codzienności,
wyrzeźbi i ukształtuje niczym demiurg.
Nie uciekaj od miarowego stukotu zegarów,
to twe serce wyrywa się ku przyszłości,
z każdym oddechem umierasz,
z tobą odchodzą w przeszłość
trawa, drzewa i wszelkie zwierzęta.
Staraj się jednak zachować pokój serca,
wszak dzieckiem Kosmosu jesteś,
w swym jednostajnym przemijaniu
nie jesteś sam. On spogląda na dni i noce twoje,
gdy szamoczesz się ze swym ja bezkształtnym.
Zna godzinę twej klęski
i wie, kiedy z kolan podniesiesz się na nowo.
Bacz, by ścieżka życia twego była prosta,
wszystko przecież przemija,
nadejdzie czas liczydła i wagi.
Podobnym bądź jaskółce,
ona wie, kiedy gniazdo opuścić,
gdy jesień się zakrada,
sama do drogi się sposobi
przez nikogo nie ponaglona wyrusza.
I ty podobnie czyń,
niechaj serce twe lekkim będzie.
Przestępując próg istnienia nowego,
brzemieniem twym niech będzie miłość jedynie.
Albowiem z dniem każdym
nieskończonością chwil, pragnień, zachwytów
i rozczarowań czas uczy nas pogody.

RYS. ZBIGNIEW NOWAK

Zielone światło

6 października to ważna data dla osób z niepełnosprawnościami i ich bliskich, ale i dla całego społeczeństwa. Obchodzony jest wówczas Światowy Dzień Mózgowego Porażenia Dziecięcego (w języku angielskim World Cerebral Palsy Day). Według danych, na całym świecie ponad 17 milionów osób żyje z mózgowym porażeniem dziecięcym, a u blisko 350 milionów występują objawy zespołu chorób. MPD wiąże się z trwałym uszkodzeniem mózgu.

Trwałe uszkodzenie mózgu nie oznacza, że osoba z MPD będzie miała obniżoną sprawność intelektualną. Diagnoza: mózgowe porażenie dziecięce u każdego rodzica wywołuje szok. Im wcześniej rozpoczęta zostanie rehabilitacja i terapia, tym większe szanse, że osoba z MPD będzie mogła w późniejszym okresie życia być bardziej samodzielna i niezależna.

Organizacje pozarządowe, placówki rehabilitacyjne i nieformalne grupy społeczne podczas obchodów tego dnia edukują społeczeństwo, czym jest mózgowe porażenie dziecięce, jakie powoduje ograniczenia oraz jak pomagać osobom z MPD. Nawiązują też liczne kontakty ze specjalistami i poszukują innowacyjnych rozwiązań mogących ułatwić ludziom z MPD codzienne funkcjonowanie. Z roku na rok rośnie liczba obiektów użyteczności publicznej, które w geście solidarności z osobami dotkniętymi mózgowym porażeniem dziecięcym w wieczór 6 października podświetlają swoje budynki na zielono. Każdy z nas może przyłączyć się do kampanii #17milionów i wesprzeć ją w indywidualny sposób. *Oprac. KK.*

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