

PISMO RUCHU TWÓRCZEGO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

FILANTROP

n a s z y c h c z a s ó w

Nr (334) 9 • Poznań • wrzesień 2022 • Nr indeksu 327948 • ISSN 1231-8876



**Marta Borowiak i Piotr Wojciechowski – uczestnicy
Środowiskowego Domu Samopomocy „Iskra” w Poznaniu.
Więcej w artykule Piotra Wojciechowskiego pt.
„Spacer po Poznaniu”.
Str. 36 i 37**

FINANSUJĄ



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych



POWIAT
POZNAŃSKI

PATRONUJE



W NUMERZE:

- Cel – uratować
panią Asię** str. 2
- Droga nie dla wózka** str. 3
- Hipnotyzujące piękno** str. 12
- Ostatnia podróż** str. 13
- Pokój wszystkim
ludziom i narodom** str. 20 i 21
- Tommi – dar tworzenia** str. 24 i 25
- Chodzież:
Stop przemocy!** str. 26 i 27
- Akademia Przyszłości** str. 28 i 29
- Piętnastoletni artysta** str. 34 i 35
- Pierwsza rocznica
drugiego przeszczepu** str. 38 i 39

Stanisław Kowalski nie żyje

Początek sierpnia tego roku przyniósł niezwykle smutną wiadomość – 31 lipca zmarł Stanisław Kowalski, polski inżynier i działacz społeczny, założyciel i prezes Zarządu Fundacji Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”. Miał 89 lat. Przez całe życie był zaangażowany w niesienie pomocy najuboższym, chorym i niepełnosprawnym. Fundację Dzieciom „Zdążyć z Pomocą” założył w 1998 roku, a w 2009 – Fundację „Sedeka”, której również był prezesem.

Kowalski urodził się 30 kwietnia 1933 roku w Grabinie. W 1957 roku ukończył Wydział Mechaniczny Politechniki Warszawskiej. Pracował w Zakładach Wytwórczych Urządzeń Telefo-

nicznych w Warszawie oraz w przedsiębiorstwach projektowych „Prozamet” i „Unipro”, a także w Biurze Regionalizacji Gospodarki Materiałowej „Bramat”. Następnie do lat 90 zajmował się własną działalnością gospodarczą.

„Osobista tragedia prze wartościowała Jego życie. W pomocy innym zaczął postrzegać największą wartość. Najpierw pomagał kilkorgu dzieciom. Z czasem z prośbą o wsparcie zwracało się do Niego coraz więcej osób. Nigdy nie odmawiał. Fundację Dzieciom „Zdążyć z Pomocą” założył za namową profesora Zbigniewa Religi” – czytamy na stronie internetowej warszawa.gosc.pl.

Działalność dobroczynną

zaczynał, gdy w Polsce była ona jeszcze stosunkowo mało znana i popularyzowana. Istniały co prawda stowarzyszenia i fundacje niosące pomoc oraz wsparcie w rehabilitacji chorym i ciężiej niepełnosprawnym dzieciom, ale filantropia nie była dostatecznie silnie upowszechniona tak, jak ma to miejsce obecnie. Z całą pewnością można więc stwierdzić, że s.p. Stanisław Kowalski uratował życie wielu dzieci i dorosłych poszkodowanych przez los. Fundacja Dzieciom „Zdążyć z Pomocą” w przededniu obchodów 25-lecia istnienia obejmowała opieką ponad 40 tysięcy dzieci chorych i z niepełnosprawnościami z całego kraju. Dzięki Jego zaangażowaniu i determinacji w Fundacji powstały

trzy ośrodki rehabilitacyjne obejmujące kompleksowym wsparciem osoby z niepełnosprawnościami. Fundacja tą zarządzała do roku 2021.

Był miłośnikiem literatury i malarstwa. Swoją postawą pokazywał, że jeśli ma się cel i motywację, można wiele osiągnąć, a przede wszystkim skutecznie pomagać innym. Za działalność dobroczynną otrzymał wiele nagród i wyróżnień – m.in. Krzyż Kawalerski Orderu Odrodzenia Polski, Złoty Krzyż Zasługi, Medal Komisji Edukacji Narodowej, Medal im. dr. Henryka Jordana, Medal Korczakowski i Medal Solidarności Społecznej. Od dzieci natomiast otrzymał jedno z najwspanialszych wyróżnień – Order Uśmiechu. *Oprac. KK.*

Cel – uratować panią Asię

Każdy dzień miała szczelnie wypełniony obowiązkami zawodowymi. Nie szczędziła sił i troski tym, którzy jej potrzebowali. Opiekowała się zwierzętami, koordynowała działania Fundacji, wdrażała nowe pomysły i projekty. W całym tym zabieganiu zawsze umiała znaleźć dobre słowo i uśmiech dla każdego człowieka. Dziś sama potrzebuje pomocy. Przyjaciele Joanny Kubisa, wieloletniej prezes i współzałożycielki Fundacji Stworzenia Pana Smolenia w podopiecznym Baranówku szukają wsparcia finansowego na leczenie glejaka mózgu czwartego stopnia.

Tę straszną w skutkach chorobę rozpoznano u niej w maju tego roku. 18 maja przeszła operację usunięcia guza w Szpitalu Klinicznym im. Heliodora Święcickiego w Poznaniu. Obecnie przebywa w Wielkopolskim Centrum Onkologii, gdzie poddawana jest chemioterapii i radioterapii. Nadzieją na przedłużenie życia jest immunoterapia w Kolonii w Niemczech. Koszt leczenia to blisko 500 tysięcy złotych (kwota szacunkowa). Zbiórkę na ten cel prowadzi Fundacja „Siepomaga” (<https://www.siepomaga.pl/joanna-kubisa>). Można pomóc wpłacając dobrowolną

darowiznę za pośrednictwem strony zbiórki. Im więcej osób przyłączy się do zbiórki, tym większa szansa, że uda się w całości zebrać tę – niemałą – kwotę.

„To kobieta, która w każdym widzi isierkę nadziei, wierzy, że może być lepiej. Pani Asia zawsze rozświetlała stajnię swoim uśmiechem, uczy nowych umiejętności oraz pokazuje, co konie chcą nam przekazać. Zawsze powtarzała: „Nie możesz być taki czysty! Czas do roboty!”. Stała się dla dzieci „Niezastąpioną panią Asią”. To ona sprawia, że dzieciom się chce, że biegają po terenie

Fundacji i na chwilę zapominają o barierach, które muszą na co dzień pokonywać. Osoba o niekończącej się energii, której zawsze chce się chcieć. W 2016 roku po śmierci Bohdana Smolenia, kiedy wiele osób zadawało pytanie: „Co dalej z fundacją?”, nie tylko utrzymała ją, ale również rozszerzyła jej działalność” – czytamy na stronie zbiórki.

Joanna Kubisa ma wiele planów i marzeń. Pomóżmy jej wrócić do sprawności i do pracy na rzecz dzieci z niepełnosprawnościami, którą kocha ponad wszystko. *Oprac. KK.*

Z wizytą w Krakowie

8 sierpnia tego roku wybrałem się do Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach. Pielgrzymkę rozpocząłem od uczestnictwa we mszy świętej w bazylice, gdzie modliłem się o zdrowie i siły zarówno dla mnie jak i moich bliskich. W tym miejscu w dniu 17 sierpnia 2002 roku

Jan Paweł II podczas swojej ostatniej pielgrzymki do ojczystej konsekrował tę świątynię.

W sanktuarium jest dużo ciekawych miejsc, między innymi relikwie świętej Faustyny wraz z jej grobem. Siostra Faustyna chorowała przewlekłe na gruźlicę płuc i chorobę przewodową

pokarmowego. Była prekursorem kultu bożego miłosierdzia w naszym kraju. Obejrzałem również ogród, w którym niegdyś pracowała siostra, po dzień dzisiejszy są uprawiane w nim warzywa.

Następnie udałem się na wieżę widokową, która znajduje się

obok wejścia do bazyliki. Jest tam zamontowana winda dla osób z niepełnosprawnościami, dzięki czemu mogłem bez najmniejszego problemu dotrzeć na sam szczyt i podziwiać panoramę miasta. Odwiedziłem również muzeum siostry Faustyny.

KRYSTIAN CHOLEWA



Zbigniew
Strugała
ORZECHOWO

Orzechowo to największa wieś w powiecie wrzesińskim. Mieszka tu prawie 2.300 osób. Ulice od wielu lat mają nazwy. Ich nawierzchnie są w większości utwardzone, są także chodniki dla pieszych. Można pomyśleć – to wspaniale. Jednak nie dla mnie.

Od urodzenia jestem osobą z niepełnosprawnością w stopniu znacznym, a od 2008 roku poruszam się tylko na wózku z powodu urazu kręgosłupa. Nie wiem, ile w Orzechowie jest osób, które poruszają się na wózkach inwalidzkich. Pewnie kilka. Nieprzystosowane chodniki, ale także schody, są dla nas przeszkodą nie do przebycia, nawet z opiekunem.

Wejście do kościoła stanowi problem także dla osób starszych, które poruszają się o laskach. Dostanie się do świetlicy wiejskiej i biblioteki, to też poważny problem, który nazywa się – schody. Szkoła Podstawowa ma na zewnątrz, co prawda, tylko trzy stopnie schodów, ale dostanie się na piętro czy do szatni, która jest w suterenie, to przedsięwzięcie nie dla osób z niepełnosprawnościami.

Na szczęście sklepy już zapewniają możliwość zrobienia zakupów osobie na wózku. Także niedawno powstałe kino ma specjalny podjazd i miejsce dla osoby na wózku.

Ale co do chodników – mają zbyt wysokie krawędzie. Spróbujcie wjechać z jezdni na chod-

Droga nie dla wózka

nik wózkiem inwalidzkim. Pozostaje poruszanie się jezdnią, chociaż nie radzę, bo to niebezpieczne, a poza tym chyba nie spodoba się policji. Co gorsza, szerokość chodników, a prawdę powiedziawszy wąskość, która uniemożliwia jazdę wózkiem.

Jak wspomniałem, ulice w Orzechowie są utwardzone. Jednak mnie przypadło mieszkać przy ulicy, która od kilkudziesięciu lat czeka na utwardzenie. Po deszczu wózek inwalidzki nie ma na niej żadnych szans, podobnie, gdy spadnie śnieg. Kałuże, dziury i kamienie uniemożliwiają mi poruszanie się na wózku po takiej nawierzchni. Pozostaje siedzieć w domu. Moi sąsiedzi jakieś dwadzieścia lat temu skrzyknęli się, zebrali pieniądze, złożyli wniosek do Gminy Miłosław, ale nic z tego nie wyszło. Utwardzenia ulicy jak nie było, tak nie ma. Przyczyną jest podobno brak pieniędzy.

Moi sąsiedzi brnąć przez kałuże i dziury, wyglądając przez okno myślą, że w Orzechowie robi się ładne drogi, piękne chodniki. Ale tylko tam, gdzie mieszkają osoby bogate, wpływowe lub tam, gdzie mieszkają radni gminy. Ale tam, gdzie mieszkają osoby biedne, chore i niepełnosprawne na drogi pieniędzy nie ma. Dlatego postanowiłem zabrać głos w imieniu wszystkich mieszkańców Orzechowa. Niepełnosprawni, chorzy i starsi mają prawo korzystać z dobra wspólnego jak wszyscy obywatele.



Czym dalej, tym gorzej. Kamienie i piasek.

A zimą jest jeszcze gorzej.

Ludzie bez barier

Ruszyła kolejna edycja konkursu „Człowiek bez barier”, kierowanego do osób z niepełnosprawnościami, które są aktywne w różnych dziedzinach życia zawodowego i społecznego, a także bezinteresownie pomagają innym. Organizatorem konkursu jest Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji, a partnerem instytucjonalnym – Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Termin naboru zgłoszeń do konkursu upływa 28 września 2022.

Celem przedsięwzięcia jest wyłonienie aktywnych, twórczych i pozytywnie nastawionych do życia osobowości, z których inni niepełnosprawni czerpać mogą siłę, radość i nadzieję. W tym roku zrealizowana zostanie dwudziesta już

edycja tego konkursu. W gronie laureatów dotychczasowych edycji znaleźli się politycy, samorządowcy, wykładowcy akademicki, artyści czy sportowcy. Swoją postawą na co dzień pokazują, że niepełnosprawność nie musi oznaczać biernego życia, a wręcz przeciwnie – mobilizuje do podejmowania działań w różnych sferach, zwłaszcza w dziedzinie dobroczynności.

Spośród 20 półfinalistów jury wybierze „Człowieka bez Barier 2022” i troje równorzędnych wyróżnionych. W tegorocznej edycji po raz pierwszy przyznana zostanie nowa nagroda – „Młody Człowiek Bez Barier 2022”, dla osoby w wieku od 14 do 20 lat, która odznacza się wyjątkowymi osiągnięciami, aktywną postawą i bezinteresownym działaniem

na rzecz innych. Wyłonieni zostaną również laureaci „Nagrody Publiczności” oraz „Osobowość Internetowa” (nagrada w tej kategorii przyznawana jest przez czytelników portalu niepełnosprawni.pl i magazynu „Integracja”). Z okazji jubileuszu konkursu wręczona zostanie nagroda specjalna – „Człowiek Bez Barier 20-lecia”.

Kandydata do konkursu „Człowiek bez barier 2022” można zgłosić przesyłając zgłoszenie mailem na adres: czlowiekbb@integracja.org (umieszczając w temacie: „Konkurs „Człowiek Bez Barier 2022””) lub pocztą tradycyjną na adres: Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji, ul. Andersa 13; 00-159 Warszawa, z dopiskiem „Konkurs „Człowiek Bez Barier 2022”. Oprac. KK.

Pół procenta więcej dla OPP

Organizacje pożytku publicznego (OPP) od przyszłego roku będą otrzymywać nie 1 proc. podatku, a 1,5 proc. O taką zmianę wnioskowała do przedstawicieli instytucji państwowych między innymi warszawska Fundacja Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”. Sejm zatwierdził poprawkę do Polskiego Ładu 2.0. Dlaczego nastąpiła zmiana z 1 proc. na 1,5 proc. podatku dochodowego od osób fizycznych? Śpieszymy z wyjaśnieniem.

1 stycznia 2022 roku wdrożono w życie tzw. Polski Ład, który znacząco podwyższył kwotę wolną od podatku. Od 1 lipca wprowadzono zaś Polski Ład 2.0 będący uzupełnieniem tego pierwszego i przewidujący obniżenie stawki podatku PIT z 17 proc. do 12 proc. Zmiany te niepokoiły wiele organizacji pożytku publicznego uprawnionych do otrzymywa-

nia 1 proc. podatku. Ponieważ osoby o niższych dochodach podatku nie zapłacą (część podatników jest z tego obowiązku zwolniona), nie będą też odpisywać 1 proc. na rzecz wybranej przez siebie organizacji pożytku publicznego. Inni – jak informował serwis gazetaprawna.pl – przy założeniu, że osiągną takie same dochody jak dotychczas, zapłacą niższy podatek, zatem również 1 proc. podatku stanowić będzie niższą kwotę.

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z Pomocą” apelowała, że choć wprowadzone zmiany będą korzystne dla wielu obywateli, to staną się wysoce niekorzystne dla organizacji pożytku publicznego, które dzięki wpływom z 1 proc. podatku dochodowego mogą realizować szereg inicjatyw rehabilitacyjnych służących poprawie stanu zdrowia dzieci i dorosłych osób z niepełnosprawnościami.

Mniejsze wpływy z odpisu 1 proc. podatku wiele OPP zauważyło już teraz, gdy zaczęły spływać przelewy z urzędów skarbowych na konta bankowe. Wielu podatników bowiem korzysta z automatycznie wypełnianych deklaracji podatkowych, czy to przez Krajową Administrację Skarbową, czy inną platformę do wypełniania PIT, w których niejako „z automatu” wpisywana jest też organizacja pożytku publicznego, której podatek decyduje się przekazać swój 1 proc. (najczęściej jest to ta organizacja, której przekazał 1 proc. rok wcześniej).

Pierwotne założenie było takie, że organizacje, które otrzymają mniejsze wpływy z 1 proc. podatku, będą miały to zrekompensowane przez państwo. W ostateczności jednak zamiast wyrównania zdecydowano się w roku 2023 wprowadzić 1,5 proc. podatku na rzecz OPP. Oprac. KK.

Praca w korporacji

Korporacja to międzynarodowa firma mająca oddziały w kilku państwach. Wyróżnia się pewnymi standardami. Obowiązują w niej wewnętrzne procedury, które są identyczne w poszczególnych krajach niezależnie od lokalizacji siedziby firmy. Najwyższym kierownictwem w korporacji jest zarząd na czele z prezesem spółki. Kluczowymi cechami charakteryzującymi korporację są najwyższa jakość i maksymalne zadowolenie klienta.

Czy osoba z niepełnosprawnością poradzi sobie w pracy w korporacji? Zależy

to od jej indywidualnych predyspozycji i stanu zdrowia. Siedzibą takiej międzynarodowej firmy jest zazwyczaj nowoczesny budynek w pełni dostosowany dla osób ze specjalnymi potrzebami. Przez kilka lat pracowałem w dwóch korporacjach, które dały mi możliwość rozwoju zawodowego, a także nabycia kompetencji na stanowisku pracownika administracyjno-biurowego. W każdej korporacji panuje duża rotacja pracowników, gdyż firma ciągle się rozwija, a przez to trzeba być gotowym na nowe wyzwania. Istnieje również możliwość odelegowania pracownika z niepełnosprawnością do innego działu, jeżeli

w dotychczasowym z jakichś względów jest mu trudno.

Praca w korporacji ma wiele zalet, jednak wymaga też dużej odporności na stres i umiejętności pracy pod presją czasu. Osoby z niepełnosprawnościami posiadające odpowiednie wykształcenie nie powinny jednak obawiać się pracy w korporacji. W zespołach pracują młodzi ludzie, często tacy, którzy mają w swoim otoczeniu osoby z niepełnosprawnością. Zdobyte tam doświadczenie zawodowe z pewnością zapoczątkuje na przyszłość.

KRYSTIAN CHOLEWA

Imieniny w cieniu drzew

23 czerwca zostaliśmy zaproszeni do pięknego ogrodu państwa Lisów. W ten słoneczny, czwartkowy i ciepły dzień obchodziliśmy imieniny Jasia Lisa, naszego przyjaciela, uczestnika Warsztatu Terapii Zajęciowej w Swarzędzu. Był to dzień inny niż w Warsztacie, a czas spędzony w ogrodzie okazał się czymś wyjątkowym i magicznym.

W cieniu liści drzew przy cieście, kawie i kielbasce z grilla rozmawialiśmy o planach wakacyjnych i nie tylko. Poznaliśmy historię ogrodu, która wymaga pielęgnacji i pracy. Dużym zaskoczeniem okazała się zarosnięta podkova w drzewie, którą zrobiła kilka lat temu Zuzia, siostra Janka. W sadzie są jabłonie, czereśnie, śliwy, grusze i brzoskwinie. Drzewa i cisza tworzą to uroczne miejsce. Po posiłku przyszedł czas na śpiewanie znanych piosenek biesiadnych i wakacyjnych.

Poszliśmy zobaczyć Sulimę, jednego z dwóch koni, które przed przykrym losem uratowała siostra Jasia, miłośniczka zwierząt. Sulima ma prawie 26 lat, a 5 lat nie skacze już przez przeszkody w zawodach. Drugi koń to Heł, którego historii nie poznaliśmy, ponieważ podczas naszej wizyty leżał w słomie i odpoczywał od upału. Jasiowi i jego rodzicom dziękujemy za życzliwość i wspaniałą atmosferę. I życzymy dużo zdrowia.

MICHAŁ OGONIAK
UCZESTNIK W TZ W SWARZĘDZU



Solenizant Janek Lis w otoczeniu jego przyjaciółek.



Wypoczynek pod koroną orzecha.



U konia Sulimy, którego przed złym losem uratowała siostra Janka, miłośniczka zwierząt.

Kochamy nasz teatr

Spotkanie z teatrem to dla nas odkrywanie swoich możliwości. Warsztaty teatralne prowadziła Ewa Szumska w naszym WTZ od października 2021 roku do lipca tego roku. Zajęcia pokazały nam, jak możemy pracować głosem, gestem, mimiką i improwizowanymi, własnymi pomysłami.

Mogliśmy pokazać siebie, a inspiracje czerpać nawet z wierszy Jana Brzechwy. Odgrywane sceny były dla nas nauką i teraz już na pewno wiemy, jak przedstawić znany utwór w inny, ciekawy sposób.

Nauczyliśmy się podejścia do roli tak, aby widz oglądał ją z zaciekawieniem.

Dowiedzieliśmy się, że 50 procent dobrego spektaklu stanowi scenografia, rekwizyty i stroje. Do naszego przedstawienia zostały wykorzystane kapelusze z papieru przedstawiające żuka, srokę, węża czy jeża. Przykładem naszych możliwości teatralnych była wystawiona sztuka dla dzieci z Przedszkola „Miś Uszatek”.

Widowisko to dobrze sprawdziło nasze umiejętności.

Pani Ewa to profesjonalna aktorka, która przekazała nam z uśmiechem tajemnice aktorskiego zawodu. Każdy z nas powtarzał sceny do znudzenia. Nasza warsztatowa przygoda teatralna sprawiła, że każdy sobie poradził i polubił teatr. Cała grupa teatralna bardzo dziękuje

aktorze za jej serce włożone w pracę z nami, a każda chwila spędzona razem pozostanie na zawsze w naszych sercach.

Dziękujemy również Starostwu Powiatowemu w Poznaniu za sfinansowanie naszego projektu „Warsztaty teatralno-filmowe dla osób z niepełnosprawnościami”, zrealizowanego dzięki zawodowej aktorce.

MICHAŁ OGONIAK



Orzeł i Krzyż w Parku Dzieje

24 czerwca byliśmy świadkami pięknego historycznego widowiska pod nazwą „Orzeł i Krzyż”. Przedstawienie odbyło się wśród zielonych pól w Murowanej Goślinie. Aktorzy ze Stowa-

rzyszenia „Dzieje” przedstawili sztukę w ciekawy sposób dla ucha i oka.

Dzięki widowisku w „Parku Dzieje” pogłęбилиśmy swoją wiedzę o historii Polski od chrztu po czasy współczesne.

Ciekawą atrakcją tego widowiska były efekty świetlne i dźwiękowe. Taka scenografia, rekwizyty, stroje, lasery i pokazy pirotechniczne wprowadziły nas w świat pięknych i ciekawych wrażeń. Jakbyśmy

byli uczestnikami tych burzliwych wydarzeń, które miały miejsce w czasie tamtych dziejów.

Mogliśmy być świadkami niesamowitych, teatralnych przeżyć, doznać i wzruszeń. Te chwile pozostaną w naszej pamięci na długo. Zachęcam wszystkich do wzięcia udziału w tak pięknym widowisku. Jestem osobą niewidomą, mam tylko poczucie światła. Dlatego na przedstawieniu historycznym widziałam te światła, które zrobiły na mnie niesamowite wrażenie.

AGATA KIEJDROWSKA
UCZESTNICZKA WTW W SWARZĘDZU



Wspominamy wakacje

W lipcu w naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk” rozpoczęła się przerwa urlopową. Nareszcie rozpoczęliśmy wakacje! Bardzo się cieszyłam z tego powodu, gdyż mogłam dłużej pospać, wypocząć, posprzątać w domu i ogrodzie. Pomagałam również mojej sąsiadce układać drewno w piwnicy, a mojej mamie – w pracach porządkowych w domu.

Nigdzie nie wyjeżdżaliśmy. Tegoroczne wakacje spędziłam w mojej malowniczej miejscowości Rogalinek, często spacerując po lesie i okolicy. Spotykałam się z moimi koleżankami, z którymi mogłyśmy wspólnie porozmawiać przy kawie i smacznym cieście. Pogoda podczas naszych wakacji była piękna i bardzo słoneczna. W wolnym czasie czytałam książkę i rozmawiałam przez telefon z Kornelem. To był przyjemnie spędzony wolny czas, tak wła-

śnie spędziłam swoją przerwę urlopową.

TERESA HOFFA
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”
W KONARZEWIE

*

Tegoroczne wakacje spędziłam na 10-dniowym wyjeździe w Pogorzeli, a także z mamą nad morzem, w domu i na naszej działce. W Pogorzeli uczestniczyłam w ciekawych wycieczkach, byłam również w Niechorzu, w kinie 7 D. Podczas naszego wyjazdu spaliśmy w domku, pokój dzieliłam z dwiema osobami.

Z początkiem lipca wybrałam się z mamą nad morze, do Ustronia Morskiego. Był to wyjazd zorganizowany przez Stowarzyszenie na rzecz Osób Niepełnosprawnych „Promyk” w Konarzewie. Cieszyłam się bardzo z tego wyjazdu, gdyż mogłam spędzić ten czas nie tylko z mamą, ale także z moimi koleżankami i kolegami z WTZ. Pogoda była piękna i

bardzo słoneczna, mieliśmy okazję poznać oraz spacerować brzegiem morza, wdychając nadmorską bryzę i jod. Często z moją przyjaciółką spacerowaliśmy w pobliskim parku, gdzie były piękne rzeźby. Popołudniami chodziliśmy na lody i gofry, a wieczorami z mamą spędzaliśmy czas na basenie. Bardzo lubiłam się także relaksować w jacuzzi.

Następne wakacyjne dni spędziłam w domu, na działce z mamą. Urodziły się tam małe kotki, często je również odwiedzałam. Bardzo lubię zwierzęta i przyrodę, pomagam mamie dbać o kwiaty na działce, podlewać, przycinać i pielęgnować. Nasza działka jest bardzo zadbana, rosną w niej różnorodne kwiaty, z których można stworzyć piękne kompozycje do wazonu. To był przyjemnie spędzony czas, który dał mi energię na najbliższe miesiące.

JAROSŁAW LIPIŃSKI
UCZESTNIK WTZ „PROMYK”
W KONARZEWIE

9 lipca jako podopieczni Stowarzyszenia na rzecz Osób Niepełnosprawnych „Promyk” w Konarzewie wyjechaliśmy wraz z rodzicami nad morze do Ustronia Morskiego. 26 osób pojechało autobusem, a pozostałe osoby – własnymi samochodami. Wyjechaliśmy przed godziną 7.00, a na miejscu byliśmy przed godziną 12.00. Mieszkaliśmy w ośrodku rehabilitacyjnym „Leśna Polana”.

Mieliśmy zapewnione wyżywienie, śniadanie było o godzinie 9.00, obiad o godzinie 14.15, a kolacja o godzinie 18.15. Jedzenie było smaczne i dobre, porcje były duże. Obiad podawany był do stolika, a śniadanie i kolację nakładaliśmy sobie sami. Chodziliśmy na spacer nad morze, na lody i gofry.

Pogoda była ładna, niekiedy nawet upalna. Wieczorami mieliśmy dodatkowe atrakcje – dyskotekę, zumbę, pokaz filmu. W ciągu dnia mogliśmy też wybrać się na basen, na który trzeba było mieć bilet wstępu. Bardzo miło spędziłam tam czas.

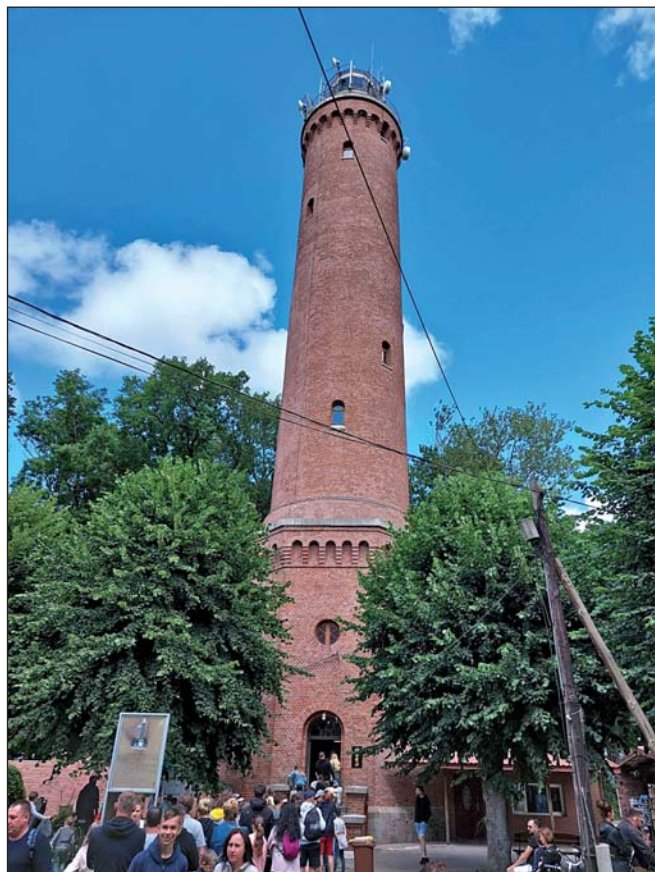
To, co dobre szybko się kończy i 16 lipca, po śniadaniu w deszczu, wyjechaliśmy z Ustronia Morskiego. Do Konarzewa dotarliśmy około 15.00. Już czekamy na kolejny wyjazd za rok.

KAMILA GIBKA
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”
W KONARZEWIE



FOT. (3X) ARCHIWUM AUTORA
FOT. KAROLINA KASPRZAK

Spacery brzegiem morza



Kolory w kuchni

Warsztat Terapii Zajęciowej „Promyk” w Otuszu, jak każda tego typu placówka terapeutyczna, ma kilka pracowników o różnych profilach. W tym artykule chcę przybliżyć Wam, Drodzy Czytelnicy, jedną z moich ulubionych pracowni. Lubię w niej pracować, uczyć się wykorzystywać nowe przepisy, tworzyć kolorowe dzieła, nabierać doświadczenia. Wiecie już, którą pracownię mam na myśli? Jest to pracownia gospodarstwa domowego, a prowadzi ją terapeutka pani Marta.

Wykonujemy tam codzienne obowiązki domowe: zmywanie naczyń, pranie, sprzątanie, ale też przygotowujemy posiłki. Lubię gotować z naszą panią terapeutką, która wymyśla co rusz nowe i zdrowe przepisy. Kroimy, obieramy, pieczemy, gotujemy zupy, smażymy, gotujemy na parze. Ciekawe jest również to, że mamy swój warzywniak i tunel foliowy, rośnie u nas piękny orzech włoski. W sezonie zawsze mamy świeże owoce i warzywa, a także zioła. Po sezonie korzystamy z zapraw i

mrożonek, które z panią Martą przygotowujemy w naszej pracowni.

Chciałabym Wam zaprezentować kilka naszych kulinarnych potraw. To pizza z kaszanką posypana świeżym lubczykiem i szczypiorkiem, kasza z orzechowo-ziołowym pesto, gryczane kotleciki i z sałatką z ogórka kiszzonego, gotowana rzodkiewka z ryżem, obłędna zupa krem z zielonego groszku i mięty oraz pieczone jabłka na ostro z kaszą gryczaną. Tych dań wykwintnych jest o wiele wię-

cej i można je wymieniać bez końca. Na samą myśl ślinka mi cieknie...

W WTZ „Promyk” przygotowujemy również słodkie dania: pączki z naszymi dżemami, bezowe ciasto z sosem porzeczkowym, placki z dyni, a także genialną pizzę na słodko z jabłkami i orzechami włoskimi oraz ciasto marchewkowe z bakaliami. Wiele tych przepisów zapisuję i odtwarzam je w domu.

AGNIESZKA ANDRASZYK
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”
W OTUSZU



FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK” W OTUSZU

Latem też nie próżnuję

Wakacje dla mnie są nie tylko czasem odpoczynku, ale także wytężonej pracy, zarówno w ogrodzie jak i w obejściu. Dni są dłuższe, więc spokojnie mogę wygospodarować czas na rehabilitację, obowiązki zawodowe i drobne prace konserwatorskie. W ciągu całego roku nie mam takiej możliwości z uwagi na szybko zapadający

zmierzch i niekorzystne warunki atmosferyczne, które uniemożliwiają mi wykonywanie prac remontowych na elewacji.

Śmierć mojego taty sprawiła, że zająłem się drobnymi naprawami w domu. Mama, z racji, że jest kobietą, nie byłaby w stanie tego robić. Na początku sierpnia tego roku postanowiłem odnowić bramę wjazdową

do posesji. Najpierw musiałem specjalnym urządzeniem oczyścić ją z rdzy. Następnie zacząłem malować podkładem w celu zabezpieczenia przed złymi warunkami atmosferycznymi i korozją. W przeciwnym razie doszłoby do poważnego uszkodzenia, co skutkowałoby wymianą ogrodzenia na nowe. Ostatnim etapem prac konserwatorskich było malowanie

bramy. Miało to również dobre oddziaływanie rehabilitacyjno-terapeutyczne. Ta czynność wymagała ode mnie skupienia uwagi, koncentracji na zadaniu, a przy okazji miałem zapewnioną rehabilitację rąk. Każdemu, kto ma taką możliwość, polecam tego rodzaju zajęcie.

KRYSTIAN CHOLEWA

Pracowity powrót

1 sierpnia po 3-tygodniowej przerwie wakacyjnej wróciliśmy na zajęcia terapeutyczne w WTZ „Promyk” w Otuszu. Przywitaliśmy się z naszymi kozami i alpakami, które za nami bardzo się tęskniły i przywitały nas równie gorąco. Przy porannej herbacie podekscytowani na przemian opowiadaliśmy wrażenia z naszych wakacyjnych wyjazdów, zarówno tych organizowanych przez nasze Stowarzyszenie, jak i indywidualnych. Jedni przeżyli jakąś ciekawą przygodę, dru-

dzy nawiązali nowe wakacyjne znajomości.

Mężczyźni podzielili się na dwie grupy i tak grupa pierwsza zajęła się koszeniem trawy, zmiataniem chodnika oraz wyrywaniem chwastów, a druga – zmiataniem pod wiatą, myciem stołów i ławek oraz podlewaniem roślin. Natalia, Agnieszka i Gosia sprzątały w budynku: zmiatały, ścierały kurze, uruchomiły lodówkę, a reszta osób rozeszła się do swoich pracowni.

W pracowniach również wszyscy bez wyjątku zabrali się do swoich prac. Malowali, tkali

na krośnie, wyklejali, lepili z gliny, czytali i pisali posty na portalu społecznościowym Facebook bądź oglądali filmy dokumentalne. Uczestniczki pracowni gospodarstwa domowego ugotowały pyszną pomidorówkę z naszych pomidorów. W ten oto

sposób minął nam pierwszy dzień w WTZ po wakacyjnej przerwie – ekscytująco, pracowicie i szybko.

NATALIA KALINOWSKA
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”
W OTUSZU



FOT. (4X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK” W OTUSZU

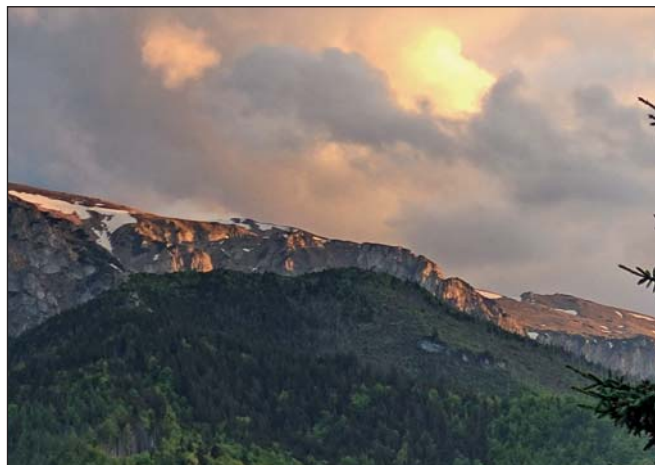
Hipnotyzujące piękno

Jest takie zjawisko na Ziemi, które nigdy mi się nie znudzi. Jest zachwycające i za każdym razem, tu czy w innym zakątku świata, wygląda inaczej. Mam na myśli zachód słońca. Wpatrując się w to zjawisko dostrzegam w nim coś magicznego. Pochłania mnie całkowicie, jakby cała reszta nie istniała, jestem odcięta od tego, co obok mnie w tym momencie się dzieje, niczym zahipnotyzowana. Tylko ja i słońce.

Fotografuję te piękne, magiczne momenty, ale też, gdy jestem w WTZ „Promyk” w Otuszu, maluję na płótnie. Bardzo lubię malować,

szczególnie zachody słońca, ponieważ w ich przypadku mogę użyć pięknych kolorów, które ze sobą dobrze się komponują. Kilka takich namalowanych zachodów słońca wisi na ścianach w holu WTZ i – jak to nasze terapeutki mówią – zdobią ściany poprawiając wszystkim nastrój. Mam nadzieję, że uda mi się przy pomocy tych właśnie obrazów porwać czytelników miesięcznika „Filantrop Naszych Czasów” w magiczne, hipnotyzujące, zachodzące piękno.

WIRGINIA KAŻMIERSKA
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”
W OTUSZU



FOT. (3X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK” W OTUSZU

To choroba, nie złośliwość

Stopniowa utrata pamięci, Szaburzenia w orientacji w czasie i przestrzeni, dezorientacja, trudności w mówieniu czy gubienie różnych przedmiotów – tych objawów nie wolno lekceważyć. Obserwujemy z największą uwagą i troską naszych rodziców oraz dziadków. Zaproponujmy konsultację lekarską, jeśli widzimy, że potrzebna jest profesjonalna diagnostyka. Choroba Alzheimera – bo jej właśnie poświęcam ten artykuł – rzutuje na rozmaite obszary codziennej aktywności człowieka. Im wcześniej wykryta, tym lepiej dla pacjenta.

Nie jest tajemnicą, że na Alzheimera chorują osoby coraz młodsze. Niektórzy są przekonani, że schorzenie to dotyka wyłącznie ludzi po siedemdziesiątym roku życia, ale tak nie jest. Zachorować może nawet osoba w wieku 40 czy 45 lat ciesząca się dotychczas doskonałym zdrowiem fizycznym i psychicznym. Pierwszym objawem choroby może być trudność z przypomnieniem sobie nazwiska jakiejś osoby czy nazwy instytucji, odłożenie przedmiotu w jakieś miejsce i trudność z lokalizacją tego przedmiotu. Z czasem choroba postępuje do tego stopnia, że chory nie jest świadom, kim są

jego bliscy, jakie mają imiona, jaki jest dzień tygodnia, miesiąc albo rok. Łagodne zaburzenia poznawcze nie muszą prowadzić do choroby Alzheimera, jednak warto ćwiczyć z osobą starszą pamięć – na przykład poprzez wspólną grę w szachy czy rozwiązywanie krzyżówek.

W zaawansowanym stadium choroby pacjent wymaga całodobowej opieki, z osoby dotychczas samodzielnej staje się osobą w pełni zależną od innych, niezdolną do samodzielnej egzystencji. Nasilające się symptomy powodują zmianę osobowości chorego, przyczyniają się do depresji i wycofania z życia społecznego. Chory nie może samodzielnie opuszczać miejsca zamieszkania, ale to robi – niejednokrotnie w przypadku osób z chorobą Alzheimera zdarzają się ucieczki z domu bądź placówki opiekuńczej. Opieka nad chorym wymaga cierpliwości, spokoju, a przede wszystkim wytworzenia atmosfery bezpieczeństwa. Pamiętajmy, że nasz bliski nie robi nam na złość specjalnie uciekając z domu czy reagując agresją, ale jest chory i potrzebuje specjalistycznego wsparcia.

KRYSTIAN CHOLEWA



Karolina
Kasprzak
POZNAŃ

Ostatnia podróż

Zaginione dokumenty i rzeczy osobiste, brak jakichkolwiek wiadomości, najpierw – szok, później – łzy symbolizujące nieopisany ból. Nie tak miały wyglądać ich następne dni. Kiedy żegnali swoich bliskich udających się w podróż do Medjugorje, nie wiedzieli przecież, że zobaczą ich po raz ostatni albo że urwie się kontakt i trzeba będzie czekać godzinami w napięciu na te najtrudniejsze słowa – żyje/nie żyje.

6 sierpnia z pasków telewizyjnych stacji i głównych stron portali internetowych przez cały dzień nie znikwały komunikaty o tragicznym wypadku polskiego autokaru w Chorwacji, który wiozł ponad 40-osobową grupę pielgrzymów do wspomnianego Medjugorje w Bośni i Hercegowinie. 13 osób zginęło, a 31 zostało rannych. Wszystkie ofiary wypadku to obywatele polscy – trąbiły telewizyjne i radiowe komunikaty. Bliscy ofiar w tym czasie trzęsącymi się dłońmi wpisywali w swoich smartfonach frazę: „wypadek w Chorwacji” w nadziei, że znajdą coś, czego w telewizyjnych i radiowych mediach nie usłyszeli, coś co pozwoliłoby na choćby cień wiary, że ich najbliżsi przetrwali tę katastrofę, może akurat tak szczęśliwie się złożyło, że usiedli w drugiej części autokaru, może uderzenie nie było aż tak silne... Nie znaleźli niczego takiego. Uruchomiona po kilku godzinach infolinia dla bliskich ofiar wypadku dudniła w uszach dźwiękiem oznajmiając nieprzerwanie, że zajęte, trzeba czekać na połączenie. Czekać. W takich sytuacjach słowo to dotyka wyjątkową bezsilnością.

Kiedy podróżuje się autokarem, a na zegarku 5.30, najczęściej się śpi lub ma się zamknięte oczy. Nieliczni turyści czytają o takiej porze książki bądź patrzą w okno na przesuwające się niczym widoki z pocztówek krajobrazy wsi, pól, łąk, gór i miasteczek. O takiej porze dopiero wstaje dzień przecierając senne jeszcze oczy. I choć kolejny dzień jak zwykle zaczął się wschodem słońca, dla nich oznaczał ostatnie minuty, sekundy. Tym, którzy ocalili życie – zmienił je na zawsze.

OBRAZY W PAMIĘCI – JAK KADRY Z HORRORU

Beata (jedna z uczestniczek pielgrzymki, przyp. red.) nie pamięta samej chwili wypadku, lecz to, co po nim nastąpiło. Wycie, jęki ludzi poprzyduśnianych siedzeniami, którzy – jak powiedziała – mieli chyba tę świadomość, że umierają. Widziała mężczyznę ze zdartą skórą na twarzy. I choć specjalistyczna pomoc ratownicza dotarła na miejsce po kilkunastu minutach, ona miała wrażenie, że trwało to całą wieczność. Inna poszkodowana widziała z kolei, jak wynosili na noszach przykryte czarnymi workami ciała – jedno po drugim.

Prócz skomplikowanej akcji ratowniczej przedstawiciele służb mieli do odrobienia jesz-

padku nie sposób dociec, które do kogo należą. Na szczęście służby chorwackie stanęły na wysokości zadania i choć trwało to dość czasu, udało się ustalić tożsamość wszystkich ofiar. Wśród nich była kobieta z urazem szczęki. Chociaż cały czas zachowywała przytomność, nie mogła powiedzieć jak się nazywa.

BEZPIECZEŃSTWO PRZED WSZYSTKIM

Wsiadając do autokaru najczęściej nie tylko nie zabezpieczamy odpowiednio dokumentów tożsamości, ale i siebie – większość podróżnych w masowych środkach transportu o zapięciu pasów nagminnie zapomina. Są rzecz jasna przewoźnicy, którzy bezwzględnie tego wymagają, ale to rzadkość. Większość uwa-

sną się bardziej dosadne, niecenzuralne słowa. Zaostrzone kary dla niesubordynowanych posiadaczy praw jazdy sprawiły, że niektórzy zdjęli nogę z gazu, jednak niestety nadal mamy do czynienia z rozmaitymi wykroczeniami w ruchu drogowym – nieustępowanie pierwszeństwa pieszemu, jazdę pod wpływem alkoholu bądź innego środka odurzającego czy przekraczanie dopuszczalnej prędkości w terenie zabudowanym. Odrębną kwestią jest narastająca wciąż agresja na polskich drogach – brak empatii oraz szacunku dla innych uczestników ruchu, co również nie pozostaje bez wpływu na bezpieczeństwo w ruchu drogowym. Im większa prędkość, tym mniejsze szanse, że w starciu z innym pojazdem wyjdziemy bez szwanku. A przecież życie mamy tylko jedno!

POMOC PSYCHOLOGICZNA

W sieci działa grupa samopomocowa dla bliskich ofiar wypadków drogowych. Piszą do siebie, udzielając sobie informacji, wspierając się w chwilach przed i po pogrzebie. Nie udzielają natomiast nikomu rad zamkniętych w słowach: „trzymaj się”, bo wiedzą, że w tak traumatycznych okolicznościach trudno się cokolwiek trzymać. Istotną rolę w żałobie odgrywają również psychologowie i terapeuci. To oni pomagają „przepracowywać” emocje związane ze stratą najbliższej osoby i/lub bezpośrednio – z samym wypadkiem samochodowym. Pomoc psychologiczna w Polsce przestaje być tematem tabu. Potrzebują jej nie tylko osoby, które doświadczyły straty, ale również ci, którzy na skutek wypadku komunikacyjnego odnieśli poważne obrażenia zagrażające zdrowiu bądź życiu i z osób niezależnych, w pełni samodzielnych stali się ludźmi o ograniczonej mobilności oraz możliwości podejmowania działań. Niepełnosprawność doznana w wypadku komunikacyjnym jest o wiele trudniejsza do zaakceptowania niż choroba, z którą żyjemy od dzieciństwa.



FOT. ŹRÓDŁO: PIXABAY.COM

cze inną trudną lekcję – identyfikację tożsamości ofiar. Ilu z nas podróżując autokarem przewozi swoje dokumenty tożsamości (dowód osobisty i/lub paszport) w tak zwanej torebce-nerce przewieszzonej przez ramię jak crossbody albo solidnie umocowanej w pasie? Jeśli jest zima lub jesień, to jest też szansa, że schowamy dokumenty do wewnętrznej kieszeni koszuli lub kurtki, a latem? Latem zazwyczaj portfel z dokumentami i gotówką trafia do większych rozmiarów torby bądź torebki. Na skutek uderzenia wszystkie rzeczy osobiste pasażerów znajdujące się na górnych półkach, sąsiednich fotelach czy nawet na kolanach rozrzucone zostają po autobusie i... po wy-

ża, że obowiązek oraz konsekwencje wynikające z niezapięcia pasów bezpieczeństwa spoczywają na podróżnym. Czy pielgrzymi jadący do Medjugorje mieli zapięte pasy? Tego nie wiadomo. Z pewnością wiele kluczowych kwestii związanych z tą katastrofą długo pozostanie niewyjaśnionych. Jedno jest pewne – kierowcy zgodnie z planem się zmienili i byli doświadczeni w przewozach na trasach dalekobieżnych.

Po polskich autostradach i drogach szybkiego ruchu nieustająco „śmigają” kierowcy za nic mający życie i zdrowie innych. „Śmigają”, bo nie sposób nazwać ich stylu jazdy w inny sposób, choć na usta ci-

O zęby trzeba dbać

Nie jest tajemnicą, że dbałość o higienę jamy ustnej to istotny aspekt naszego codziennego życia. Kilka dekad temu w każdej szkole podstawowej zatrudniany był lekarz stomatolog, którego zadaniem były regularne kontrole jamy ustnej i leczenie uzębienia dzieci. Dzisiaj niestety większość rodziców musi pokrywać koszty leczenia stomatologicznego swoich pociech, jednak bez wątpienia ta dziedzina medycyny w ostatnich latach znacząco się rozwinęła, co daje gwarancję szybkiego i niemal bezbolesnego leczenia chorych zębów. Inna sprawa, że trzeba za nie siono płacić.

Wizyta u stomatologa zazwyczaj kojarzy się ze stresem, nieprzyjemnym zapachem oraz zabiegami medycznymi, o których każdy chciałby jak najszybciej zapomnieć. Wielu osobom silny lęk uniemożliwia systematyczne wizyty w gabinecie stomatologicznym. Mówimy wówczas o tak zwanej dentofobii, czyli strachu przed wizytą u dentysty i leczeniem stomatologicznym, które często spowodowane jest negatywnymi przeżyciami z dzieciństwa (np. przytrzymywaniem na siłę podczas leczenia bądź wykonane bez znieczulenia ekstrakcje zębów). Warto jednak jak najszybciej przełamać swój lęk, ponieważ zaniechanie wizyt u dentysty skutkuje poważnymi kłopotami ze zdrowiem. Nielezione zęby mogą

nie tylko prowadzić do próchnicy, zapaleń dziąseł czy kości zębów trzonowych, ale również do znacznie poważniejszych stanów chorobowych – ponieważ chory ząb przez krew zakaża cały organizm.

W dzieciństwie bardzo lubiłem słodycze, przez co zęby się psuły i musiałem często odwiedzać stomatologa. Wiązało się to ze sporymi wydatkami, gdyż nie wszystkie zabiegi stomatologiczne można było zrealizować w ramach refundacji z Narodowego Funduszu Zdrowia. Z doświadczenia wiem, że nie warto czekać, aż ząb zacznie boleć, lecz znacznie wcześniej zgłosić się do stomatologa.

W przypadku osób z niepełnosprawnościami dodatkowym problemem jest brak dostępności gabinetów stomatologicznych. Pacjent na wózku (inwalidzkim bądź aktywnym) nie dostanie się do gabinetu bez podjazdu. Dlatego nim udamy się do danej placówki medycznej, warto sprawdzić jej dostępność, poczytać w Internecie opinie pacjentów itp. Prócz wizyt kontrolnych u stomatologa kluczową sprawą jest regularne mycie zębów po każdym posiłku. Zadbaj o higienę jamy ustnej możemy unikając spożywania słodkich czy słodzonych napojów jak coca-cola, które niszczą szkliwo zębów i zmieniają ich kolor z białego na żółty.

KRYSTIAN CHOLEWA

Dzieciństwo to najszczęśliwszy czas w życiu każdego człowieka. Wtedy poznajemy otaczający świat poprzez zabawę i naukę. Niewidome dzieci uczą się wykorzystywania innych zmysłów, które pomagają im oswoić się z życiem po omaku. Treningi zmysłowe odbywają się najczęściej podczas zajęć wczesnej interwencji. Słabowidzące maluchy edukację przedszkolną kończą zwykle w placówkach ogólnodostępnych. W tym artykule chciałabym przedstawić najważniejsze problemy osób z dysfunkcją narządu wzroku w okresie dziecięcym i wczesnoszkolnym.

Pierwszym z nich jest brak zrozumienia, empatii i otwartości ze strony kadry pedagogicznej. Wymienione wyżej czynniki są niezbędne, żeby pomóc niewidzącemu uczniowi podczas zajęć dydaktycznych. Kolejnym problemem są nieprzystosowane podręczniki. Dla osób słabowidzących powinny być drukowane powiększoną i pogrubioną czcionką. Uczniowie całkowicie niewidomi nie mają najczęściej dostępu do brajlowskiej wersji pomocy naukowych, które wykorzystują w nauce dzieci widzące. W przeszłości, Biblioteka Centralna Polskiego Związku Niewidomych wypożyczała ludziom z niepełnosprawnością narządu wzroku podręczniki drukowane pismem punktowym, które ułatwiały samodzielny proces uczenia się. Obecnie nie doczekaliśmy się kontynuacji ówczesnych rozwiązań, niezwykle pomocnych niewidzącej młodzieży.

Uczęszczałam do szkoły podstawowej ogólnodostępnej, a po jej ukończeniu rozpoczęłam edukację gimnazjalną w rodzinnym mieście Starogardzie Gdańskim. Podczas nauki w gimnazjum nastąpiło pierwsze poważne pogorszenie widzenia i wtedy doświadczyłam na własnej skórze „niedostosowania” szkół masowych. W tej placówce edukacyjnej pojawiały się kolejne problemy ze strony pedagogów, którzy nie wiedzieli jak mi pomóc, jak również widzących kolegów, którzy mi dokuczali. Rodzice odrabiali ze mną nie tylko zadania domowe, ale także przerabiali większość zadań lekcyjnych.

Duże miasta wojewódzkie proponują przede wszystkim kształcenie w szkołach integracyjnych, w których dla młodzieży z niepełnosprawnościami są dodatkowi pedagodzy pomagający podczas zajęć lekcyjnych. Takie placówki są lepiej przygotowane i mają więcej doświadczenia w pracy z osobami z niepełnosprawnością. Trzecim modelem polskiej edukacji są szkoły dedykowane ludziom z konkretną dysfunkcją. Uczniowie z niepełnosprawnością narządu wzroku uczą się w oddalonych, często o setki kilometrów od domu rodzinnego, ośrodkach szkolno-wychowawczych. Niewidome od urodzenia dzieci przekazywane są pod opiekę fachowcom pracującym w szkołach specjalnych dla osób z niepełnosprawnością narządu wzroku już od najmłodszych lat przedszkolnych. Większość kończy tam dalsze etapy kształcenia, a mianowicie podstawówkę i szkoły ponadgimnazjalne i kierunki policealne. Ludzie tracący wzrok lub słabowidzący również decydują się na kontynuację nauki w szkole średniej dostosowanej do potrzeb osób niewidomych całkowicie bądź częściowo.

Wyjazd do oddalonego od miejsca zamieszkania ośrodka dla niewidomych jest często jedyną szansą na zdobycie samodzielności, wykształcenia i zawodu. Jestem absolwentką liceum w ośrodku dla niewidomych w podwarszawskich Laskach. Poszłam tam, gdyż jak wspominałam wcześniej, w trakcie nauki w gimnazjum większość pomocy w nauce spoczywała na moich rodzicach. Nie dawaliśmy sobie rady z nadmiarem zadań, dostosowaniem podręczników, drukowaniem kartek w pogrubione linie i kratki. Podczas pierwszych dwóch lat kształcenia specjalnego rodzina często przez telefon pomagała mi odrabiać lekcje. Potem uczyłam się już samodzielnie. Długo zajęło nauczycielom wybranie dla mnie odpowiedniej techniki pracy. Najpierw miałam pisać na brajlowskiej maszynie. Później sama wybrałam dogodny dla siebie metody kształcenia. Na lekcjach z przedmiotów ścisłych pisałam w zeszycie markerem oraz czytałam przy użyciu powiększalnika elektronicznego, a na lekcjach z przedmiotów humanistycznych pisałam na komputerze z zainstalowanym programem powiększa-



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Edukacja ku niezależności

jącym. Ostatecznie musiałam przejść na program mówiący, za pomocą którego zdałam maturę pisemną z polskiego. Resztę egzaminów zdawałam przy użyciu lupy i długopisu oraz czarnodrukowych wersji egzaminu dojrzałości.

Po zdaniu matury próbowałam swoich sił na studiach wyższych. Pewna uczelnia przyjęła mnie na dany kierunek zapewniając, że nie będzie żadnych problemów podczas studiowania. Jednak rzeczywistość okazała się inna. Problemy nawarstwiają się, gdyż wykładowcy nie są przygotowani do pracy ze studentami słabowidzącymi, a w szczególności niewidomymi. Uczelnie zwykle posiadają biura do spraw osób niepełnosprawnych lub pełnomocników. Niestety, niepełnosprawni wzrokowo studenci nie otrzymują należytej im pomocy ze strony biura. Osoby z dysfunkcją wzroku mają ograniczony dostęp do materiałów. Uczelnie wyższe nie zawsze posiadają asystentów osób z niepełnosprawnością, którzy okazaliby nam wsparcie podczas wykładów i ćwiczeń, zaś nauczyciele akademicy nie zawsze wykazują dobrą wolę w stosunku do ludzi z niepełnosprawnością narządu wzroku zarówno podczas zajęć jak i egzaminów. W moim przypadku dużo czasu poświęcałam na digitalizację. W tym zmusnym procesie pomaga nam rodzina lub znajomi z grupy, którzy przepisują notatki do Worda. Podczas semestru czekają nas zwykle liczne poprawki, które frustrują i zniechęcają do kontynuacji nauki.

Osoby z niepełnosprawnością narządu wzroku pragną być samodzielne, aktywne i niezależne. W tym celu niezbędny jest im dostęp do rehabilitacji. Dzieci niewidome rozwijają się podczas ćwiczeń sensorycznych, dzięki którym wykształcają się u nich inne zmysły takie jak: dotyk, słuch i węch. Korzystanie z innych, zastępujących widzenie kondensatorów, jest niezwykle ważne i przydat-

ne do rozwijania własnych umiejętności jak: sprawczość, spostrzegawczość czy mobilność. Zmysł powonienia pomaga bez problemu odnaleźć kubek z ulubionym napojem czy smaczne danie na talerzu. Słuch umożliwia rozpoznawanie wielu zachowań z otoczenia, które pomagają dobrze zorientować się w przestrzeni poza domem. Trening prawidłowego używania zmysłów prowadzony jest zazwyczaj podczas warsztatów wczesnej interwencji oraz rewalidacji, na terenie ośrodków szkolno-wychowawczych, pod okiem wykwalifikowanych tyflopedagogów. Zajęcia usprawniające uczniów z niepełnosprawnością wzroku proponowane przez szkoły masowe nie są prowadzone we właściwy sposób. Jedynie duże placówki edukacyjne zapewniają osobom z dysfunkcjami wzroku zajęcia rewalidacyjne. Niewidomi z małych miast i wsi, którzy uczyli się w szkołach masowych, w ogóle nie mieli zajęć usprawniających, a jedynym udogodnieniem był indywidualny tok nauczania.

Fachowo prowadzona rewalidacja w większym stopniu przygotowuje osobę z niepełnosprawnością wzroku do samodzielnego życia po ukończeniu szkoły. Na warsztatach niewidomy lub słabowidzący uczeń poznaje najprostsze czynności wykonywane w codziennym funkcjonowaniu oraz trenuje sensorycznie. W małych szkołach niewidomi mają niewielkie, a czasami zerowe szanse, by pracować z tyflopedagogiem. Najczęściej szkoły oferują indywidualne zajęcia z polskiego i matematyki. Gdy chodziłam do szkoły podstawowej, miałam zajęcia z powyższych przedmiotów sama z nauczycielem. Podczas nauki gimnazjalnej, prócz jednej indywidualnej godziny lekcyjnej prowadzonej przez wychowawczynię klasy, dodatkowo uczyłam się bezwzrokowej obsługi klawiatury komputera i pisma brajla z panią tyflopedagog pracującą w starogardzkiej poradni pe-

dagogiczno-psychologicznej. Warsztaty odbywały się cyklicznie, w każdy czwartek podczas dwóch moich wolnych godzin lekcyjnych, w udostępnionej nam szkolnej pracowni komputerowej. Ponadto w sobotnie popołudnia przychodziła do mnie do domu prywatnie prawie niewidoma kobieta, z którą miałam zajęcia z czynności życia codziennego i pisma punktowego. Wtedy rozpoczęłam swój pierwszy kurs z poruszania się przy pomocy białej laski pod okiem wykwalifikowanej instruktorki z gdańskiego wojewódzkiego okręgu PZN. Szkolenie trwało 30 godzin. Podczas zajęć chodziłam po mieście trenując przydatne trasy potrzebne w samodzielnym przemieszczaniu się. Na warsztatach z orientacji przestrzennej poznałam rozkład budynku szkoły, dzięki czemu mogłam samodzielnie przemieszczać się między salami lekcyjnymi i korytarzami.

Niektóre masowe placówki edukacyjne oferują indywidualny tryb nauczania, o którym wspominałam powyżej, więc go teraz krótko opiszę. Pierwszą metodą są zajęcia odbywające się podczas godzin lekcyjnych. Wówczas nauczyciele prowadzą lekcje z uczniem z niepełnosprawnością wzroku zgodnie z indywidualnym trybem nauczania. Oczywiście szkoła umożliwia wolną salę do przeprowadzania takich zajęć. Drugim sposobem są domowe lekcje, na które przyjeżdżają pedagodzy do miejsca zamieszkania danego ucznia z niepełnosprawnością. Proces rehabilitacyjny nie jest ujednolicony na obszarze całego kraju. Niepełnosprawni mieszkający dużych miast otrzymują większą pomoc ze strony instruktorów i rehabilitantów pracujących w PZN, fundacjach albo stowarzyszeniach działających na rzecz osób z niepełnosprawnością narządu wzroku. Ludzie niewidzący czy słabowidzący uczą się podczas szkoleń czynności życia codziennego

niezbędnych w dążeniu do niezależności, orientacji przestrzennej, aby bezpiecznie się poruszać, bezwzrokowej obsługi komputera, smartfonu i innych urządzeń lektorskich i brajlowskich, alfabetu brajla, języka angielskiego, korzystając z opieki psychologicznej, porad doradcy zawodowego i stylisty.

Podczas edukacji w szkole średniej mieszkalam w internacie dla dziewcząt. Miałymy dyżury, podczas których trenowałam wiele niezbędnych czynności jak: sprzątanie, odkurzanie, przygotowywanie posiłków, robienie prania, prasowanie, mycie podłóg, ścieranie kurzy, wyrzucanie śmieci. Gdy przebywałyśmy w grupie internatowej, nie lubiliśmy rannego sprzątania pokoi i łazienek. Miałymy tak zwane dyżury jadalniane – co tydzień inna para dziewcząt robiła śniadania i kolacje. Były dyżury gospodarcze polegające na wynoszeniu śmieci rano i odkurzaniu aneksu jadalnianego wieczorem oraz wykonywaniu innych porządków w sobotę. Dodatkowo przed niedzielą oraz wyjazdami na przerwy świąteczne i wakacyjne odbywały się generalne porządki grupowych pomieszczeń. Codzienne sprzątanie, choć nie lubiane przez większość dziewcząt, z pewnością przysłużyło się w dorosłym życiu. Po latach doceniamy trud wychowawczy naszych internatowych nauczycielek, które przygotowywały niewidome i słabowidzące absolwentki do niezależnego życia. Po powrocie do domu, gdy nie dokuczał mi ból kręgosłupa, uczestniczyłam podczas domowych porządków odkurzając, segregując pranie, a niekiedy myjąc podłogę i ścierając kurze. Obecnie pomagam mamie w kuchni przy krojeniu warzyw, obieraniu ziemniaków, mieszaniu na patelni, robieniu surówek, miksowaniu składników do ciasta, blendowaniu zup i koktajli, wyrabianiu kulek mielonych, tarkowaniu ogórków, buraków i marchwi. Znam niewidomych, którzy biernie uczestniczą podczas domowych prac twierdząc, że dana czynność im się nie przyda w życiu bądź jest zbyt trudna do wykonania. Rezygnując z podejmowania tego rodzaju aktywności nigdy nie staną się samodzielne i niezależne.

KATARZYNA PODCHUL

Lek na SMA – refundowany

Na tę chwilę długo czekali chorzy na rdzeniowy zanik mięśni (SMA) i ich bliscy. Od września 2022 roku na liście leków refundowanych znalazł się lek zolgensma, najdroższy lek na SMA. Będą mogli z niego skorzystać mali pacjenci do 6 miesiąca życia. Wprowadzanie nowoczesnych terapii jest możliwe dzięki Funduszowi Medycznemu, który został założony z inicjatywy Prezydenta RP. Roczna refundacja samego leku zolgensma wyniesie około 300 milionów złotych.

Ta państwowa pomoc gwarantuje niemowlętom dostęp do genetycznej terapii rdzeniowego zaniku mięśni. Lek będzie podawany w wyniku stosowania Rządowego Programu Badań Przesiewowych Noworodków w Polsce, dostępny dla dzieci bez wcześniejszego leczenia SMA, przed objawowych i objawowych z białkową mutacją genu SMN1 i z nie więcej niż 3 kopiami genu SMN2.

Program badań przesiewowych w kierunku SMA działa od 28 marca tego roku we wszystkich województwach w Polsce. Do tej pory dzięki nim 39 noworodków zostało zakwalifikowanych do leczenia. Dzięki wcześniej podjętej terapii mają one szansę na uniknięcie paraliżu czy problemów z chodzeniem.

Polska jest czwartym krajem w Europie, w którym funkcjonuje program badań przesiewowych noworodków w kierunku SMA i który jednocześnie zapewnia pacjentom

dostęp do wszystkich trzech form leczenia – terapii z wykorzystaniem podawanego dordzeniowo leku nusinersen, podawanej dożylnie terapii genowej i leku doustnego o nazwie risdiplam. Wszystkie trzy rodzaje terapii są bardzo kosztowne. Jednorazowy koszt podania nusinersenu, który przyjmuje się drogą punkcji lędźwiowej na początku co 14 dni, a dalej co 4 miesiące do końca życia to – jak donoszą źródła internetowe – kwota ponad 300 tysięcy złotych.

Refundacja najdroższego leku na SMA jest bez wątpienia ogromnym wsparciem, jednak – jak zwracają uwagę rodzice – szkoda, że nie wszystkie dzieci mogą z tej pomocy skorzystać. Dzieci starsze i takie, które zostały zdiagnozowane po ukończeniu 6 miesiąca życia, na chwilę obecną nie kwalifikują się do refundacji. *Oprac. KK.*

Małpia ospa – co o niej wiemy?

Kilka miesięcy temu dobiegła wiadomość o pierwszych przypadkach zachorowań w Europie na wirus małpiej ospy. Większość ludzi, w pewnym sensie oswojona z pandemią koronawirusa, przyjęła tę wiadomość z mniejszym lękiem. Specjaliści zwracają uwagę, że choć wirusem małpiej ospy trudniej się zarazić, zagrożenia związanego z zakażeniem się nim nie powinniśmy bagatelizować. Czym zatem jest małpia ospa i jak się przed nią chronić?

To rzadka choroba odzwierzęca, która na ogół ma przebieg łagodny, a osoba zakażona w ciągu dwóch, trzech bądź czterech tygodni może powrócić do zdrowia. Jak podaje portal medonet.pl, małpia ospa wywoływana jest przez wirusa z rodzaju orthopoxvirus, należącego do rodziny poxviridae. Patogen ten człowiekowi przekazywany jest głównie przez gryzienie (najczęściej wiewiórki), rzadziej – pomimo nazwy –

małpy. Po raz pierwszy małpia ospa rozpoznana została w 1958 roku u małpy, a u człowieka – w 1970 roku w Demokratycznej Republice Konga. I choć wcześniej dominowała wyłącznie w regionach afrykańskich, to w 2003 roku wykryto ją po raz pierwszy w Stanach Zjednoczonych. Do tej pory na całym świecie potwierdzono blisko 16 tysięcy przypadków zachorowań na małpią ospę. Pierwszy przypadek choroby w Europie potwierdzono 7 maja tego roku w Wielkiej Brytanii u mężczyzny, który przyjechał z Nigerii.

Do zakażenia wirusem małpiej ospy może dojść poprzez kontakt z chorym zwierzęciem. Zarazić się można także przez kontakt z osobą zarażoną tym wirusem, dlatego tak ważna jest wiedza na ten temat i działania profilaktyczne. Zakażenie małpią ospą – jak podkreślają specjaliści – wymaga bliskiego, przedłużonego kontaktu z chorym. Nie dzieje się to tak, jak w przypadku choroby CO-

VID-19, że do zakażenia dochodzi nawet w sytuacji krótkiego kontaktu. Wirus małpiej ospy przedostaje się do organizmu przez uszkodzoną skórę, drogi oddechowe oraz błony śluzowe. Od zakażenia do wystąpienia pierwszych objawów upływa około 5 do 21 dni.

Do objawów zakażenia wirusem małpiej ospy zaliczają się: bóle mięśni i głowy, gorączka, zmęczenie, dochodzi również do powiększenia węzłów chłonnych. Po kilku dniach pojawia się wysypka na skórze – najpierw na twarzy, a następnie na innych częściach ciała. Początkowo widoczne plamki przekształcają się w grudki, pęcherzyki, krostki i strupy. Chorobę leczą się lekami przeciwwirusowymi, przeciwgorączkowymi i przeciwbólowymi. Ponieważ małpia ospa jest chorobą zakaźną, osoba chora bezwzględnie musi być poddana izolacji. Co ważne, powikłania po małpiej ospie są rzadkością. Warto również

wiedzieć, że wirusem małpiej ospy można zarazić się na skutek spożywania nieodpowiednio przygotowanego mięsa chorych zwierząt. Na małpią ospę jak dotąd nie wynaleziono szczepionki. Chroni przed nią szczepionka przeciwko ospie prawdziwej.

Tak w przypadku małpiej ospy, jak i w przypadku choroby COVID-19 kluczem do roli odgrywa profilaktyka – dystans, dezynfekcja rąk, wietrzenie pomieszczeń, a przede wszystkim unikanie dłuższych i bliskich kontaktów z osobami z widocznymi objawami jak gorączka, katar czy kaszel. Zmniejszenie liczby zachorowań na COVID-19 wiosną tego roku oraz zniesienie stanu epidemii sprawiło, że większość z nas zapominała o koronawirusie, a co się z tym wiąże, także o konieczności wdrażania działań profilaktycznych. Tymczasem wakacyjne miesiące przyniosły znów wzrost zachorowań. Wirusy wciąż szukają ofiar – nie dajmy się im. *Oprac. KK.*

Jak się zachować na rozmowie o pracę

W numerze marcowym naszego miesięcznika (nr 328) na stronie 8 opublikowaliśmy artykuł pt. „Kursy zawodowe, staże, doradztwo”, dotyczący projektu „Przystanek WTZ”, którego liderem jest Fundacja im. Królowej Polski Świętej Jadwigi w Puszczykowie, a partnerami – Zakład Aktywności Zawodowej w Słupcy oraz Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Poznaniu. Poniżej prezentujemy kilka słów autorstwa Katarzyny Napruszewskiej, uczestniczki WTZ „Pomost” w Poznaniu, która brała udział w szkoleniu zorganizowanym w ramach tego projektu.

*

Szkolenie odbywało się w dniach 4–7 lipca i 18–21 lipca. Zajęcia prowadzili wykwalifikowani specjaliści. Zaczęliśmy od zajęć na temat rozwijania kompetencji społecznych. Roz-

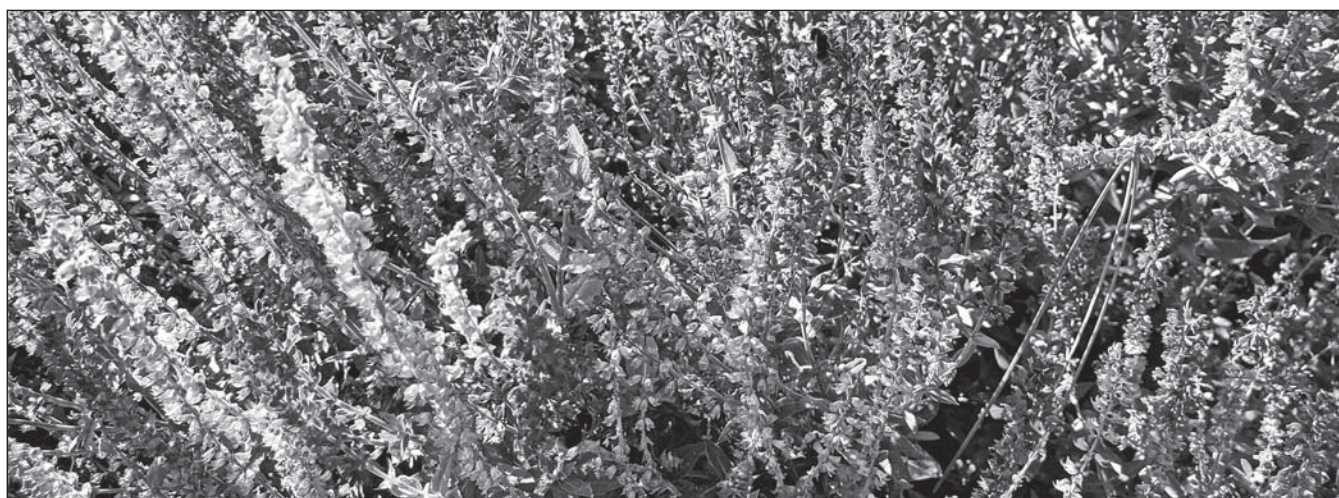
mawialiśmy o samodzielności oraz o tym, co najbardziej lubimy w sobie i jakie zajęcia codzienne sprawiają nam przyjemność. Opowiadaliśmy też o tym, w czym czujemy się dobrze, o prawie wyboru przyjaciół i znajomych oraz o decydowaniu o tym, co będziemy robić w życiu. Bardzo fajnym tematem była asertywność, czyli umiejętność wyrażania swoich opinii i obrony własnego zdania. W kolejnych dniach rozmawialiśmy o pieniądzach – jak się nimi posługiwać i nie dać się oszukać.

W drugim tygodniu odbyliśmy szkolenie zawodowe – uczyliśmy się pisać CV, prezentować swoje słabe i mocne strony, były też scenki symulujące rozmowę o pracę. Dowiedziałam się wielu ciekawych rzeczy. Na zakończenie szkolenia odbyło się uroczyste wręczenie dyplomów.

KATARZYNA
NAPRUSZEWSKA



FOT. (3X) ARCHIWUM WTZ „POMOST”



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Dostępny park

Wigierski Park Narodowy będzie bardziej dostępny dla osób z niepełnosprawnościami – poinformował na swojej stronie internetowej Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Dzięki środkom pozyskanym w ramach programu Funduszu pn. „Obszar chroniony, obszar dostępny” władze parku będą mogły przeprowadzić szereg modernizacji. Wigierski Park Narodowy otrzymał na ten cel dofinansowanie w kwocie 515 237,00 zł.

Jakiego rodzaju udogodnienia dla osób z niepełnosprawnościami zostaną wdrożone i jak wpłyną na poprawę dostępności tego obiektu użytkownicy publicznej? PFRON informuje, że powstanie toaleta dostosowana dla osób z niepełnosprawnością ruchową. Poprawiona zostanie dostępność wystawy przyrodniczej „Nad Wigrami” m.in.: powstaną tablice z symbolami do komunikacji alternatywnej, pojawią się strefy odpoczynku i nowe okazy dermoplastów – zwierząt do poznawania dotykem. Centrum Informacji Turystycznej Wigierskiego Parku Narodowego zostanie wyposażone w pętlę indukcyjną ułatwiającą kontakt z osobami słabosłyszącymi, powstaną też instalacje umożliwiające kontakt głosowy i wzrokowy z pracownikami WPN.

Wigierski Park Narodowy jest jednym z największych parków narodowych w Polsce. Znajduje się na terenie województwa podlaskiego, na wschód od miasta Suwałki, w centrum regionu zwanego Suwalszczyzną. Przez WPN przepływa Czarna Hańcza, dopływ Niemna. W północnej części parku płyną rzeki o bystrym nurcie: Kamionka, Wiatrołūza i Maniówka. Na terenie parku osoby z niepełnosprawnościami mogą podziwiać m.in. wyjątkową różnorodność ekosystemów wodnych i leśnych, a także zróżnicowane gatunkowo rośliny, grzyby i zwierzęta. W Wigierskim Parku Narodowym odbywają się wydarzenia popularyzujące aktywny wypoczynek – pod koniec sierpnia odbył się tu spacer nordic walking z instruktorem, „Gawędy o przyrodzie” i inne ciekawe przedsięwzięcia. *Oprac. KK.*



Marek Kalbarczyk
WARSZAWA

Mniej więcej rok temu przedstawiłem na łamach „Filantropa Naszych Czasów” wyjątkowe wrażenia i emocje, które przeżyłem podczas odwiedzin kilku polskich katedr, a nie rzecz w samym przebywaniu w kościelnych murach, lecz w muzyce, którą można tam usłyszeć.

Z tego, co pamiętam, a nie mam w zwyczaju tego sprawdzać, sądząc, że pisanie felietonów wymaga dbałości o nastrój, pisarską emocję, której nie można przerywać, by tekst był jak najbardziej autentyczny i miły podczas czytania, wspominałem wtedy wizytę w archikatedrze szczecińskiej i gdańskiej. Zasiadłem w tamtejszych ławach i rozkoszowałem się dźwiękami organów. To rzecz niebywała, kiedy naciśnięcia klawiszy na ich klawiaturach uruchamiają tak silne drgania ogarniające najpierw przestrzeń wnętrza sanktuarium, a w ich konsekwencji zmysł słuchu i całe „JA” obecnych. Ba, gdyby chodziło tylko o ich moc. Są tak bogate, zróżnicowane i wręcz „kolorowe”, że nic tylko zamilknąć i całego siebie sprowadzić do najszerzej otwartych uszu i serca. Coś niesamowitego jak potrafi wzruszać wydawałoby się takie proste i oczywiste zjawisko fizyczne, polegające na drganiu otaczającego nas gazu. Dźwięki z nieba, ale nie tego kosmicznego, gdzie nic nie może drgać, ponieważ brakuje tam materii, lecz Nieba Stwórcy, który tak wszystko zaplanował i zrealizował, byśmy tu na Ziemi mieli czym się fascynować.

Muzyka to rzecz dana każdemu, ale nie wszyscy cieszą się nią tak samo mocno. Ja natomiast cieszę się nią ogromnie. Czy chodzi jedynie o autentyczny i przemilny, fizyczny rezonans, czy raczej bogatszą od innych własną wyobraźnię, powodującą uruchomienie reakcji duszy. Spróbujmy porozumieć się, że nie do końca to wiadomo. W każdym razie ci, którzy zwracają uwagę na dźwięki, lubią się wsłuchiwać w muzykę świata i wiedzą, o czym piszę. Rok po tamtych prze-

życiach spotkało mnie mniej więcej to samo.

Wyjechaliśmy samochodem na wakacje tym razem do Danii. Najpierw byliśmy z naszym synem Cyprianem w Gdańsku na mistrzostwach Polski w speedcubingu, czyli układaniu kostek Rubika. Cyprian nie układa ich na czas, lecz poszukuje najkrótszych rozwiązań prowadzących do prawidłowego ułożenia kostek 3 x 3 x 3. Klasyczna kostka przestała być jedyną. Od niej zaczęła się cała historia pomysłu Rubika z Węgier, ale teraz, po latach zabawy mamy do czynienia z bardzo różnymi kształtami kostek, na przykład dwunastościennymi, prostopadłościennymi 7 x 3 x 3, piramidkami albo kostkami zmiennokształtnymi. W Gdańsku został mistrzem Polski i ustanowił nowy rekord kraju. Ze złotym medalem w plecaku ruszyliśmy w stronę Danii. Najpierw Niemcy – Rostock i Kilonia, potem granica i Kolding, gdzie skręciliśmy w stronę Kopenhagi. Można się do niej dostać samochodem, mimo konieczności przejechania przez dwie wyspy. Ich wielkość spowodowała konieczność wybudowania dwóch mostów – jeden łączy Półwysep Jutlandzki z wyspą Fonia, drugi Fionię z Zelandią. Byliśmy na tym drugim moście, nad cieśniną Wielki Bełt. Ma 18 kilometrów długości i wiedzie nad wodami Bałtyku, w najwyższym miejscu 75 metrów nad poziomem morza.

W Kopenhadze Cyprian ustanowił kolejny rekord kraju i wygrał zawody – został Mistrzem Europy w swojej kategorii. Sukcesy naszego syna są tym bardziej imponujące, że jest osobą słabo widzącą. Być może jest jedynym słabowidzącym w gronie reprezentantów krajów. Jego rekord to ósmy wynik w historii tej dyscypliny na świecie. On walczył o medal, a my mieliśmy czas na zwiedzanie stolicy Danii i jej okolic. Dla mnie celem głównym była kopenhaska katedra, w której spodziewałem się usłyszeć wyjątkowe organy. Chodzi o katedrę Marii Panny (duń. Vor Frue Kirke). To bodaj najważniejszy luterński kościół w Danii. Za Internetem:

Pierwotnie była to świątynia drewniana, poświęcona w 1209 r. Od końca XII w. była świątynią kamienną, prawdopodobnie romańska. Od-

budowana w stylu gotyckim i powiększona po pożarze w 1316 r. W 1515 r. wieża katedry otrzymała gotycką iglicę. W pierwszych latach reformacji katedra była ostatnim bastionem katolicyzmu w Kopenhadze. W 1530 r. została zdemolowana przez rozwścieżony tłum protestantów. Po wielkim pożarze w 1738 r. odbudowano ją w stylu baroku niderlandzkiego. Podczas bombardowania Kopenhagi we wrześniu 1807 r. przez flotę brytyjską, która celowała w wysoko na ponad 100 metrów wieżę, spłonął dach barokowej świątyni i jej wnętrze. Obecnie, po odbudowie z lat 1817-1829, ma charakter neoklasycystyczny. Jej fasadę tworzy portyk złożony z 6 kolumn i tympanonu wyobrażającego Chrystusa ze swoimi uczniami. Po obu stronach portyku znajdują się pomniki z brązu. Wyobrażają Mojżesza i Dawida. Wnętrze świątyni jest dość surowe i oszczędne w wystroju, utrzymane w jasnych kolorach. Tworzy je galeria składająca się z 28 kolumn, wzdłuż której zostały ustawione marmurowe rzeźby Bertela Thorvaldsena wyobrażające 12 apostołów. W ołtarzu głównym znajduje się kolejna jego rzeźba przedstawiająca Chrystusa. Duńskiego rzeźbiarza doceniano także nad Wisłą. W 1820 r. otrzymał zlecenie na najważniejsze ze swoich polskich realizacji. Pierwszą z nich jest konny pomnik księcia Józefa Poniatowskiego z roku 1832, którego wier-na replika stoi przed Pałacem Prezydenckim w Warszawie. Oryginał został zniszczony w czasie II wojny światowej. Drugim słynnym dziełem Thorvaldsena, stworzonym na zamówienie Polaków, jest pomnik Mikołaja Kopernika z roku 1822, który znajduje się przed Pałacem Staszica, czyli niegdyśszą siedzibą Towarzystwa Przyjaciół Nauk.

Półkoliste, ozdobione kasetonami sklepienie katedry jest utrzymane w kolorze białym. Przed ołtarzem znajduje się marmurowa chrzcielnica w kształcie kłęzącego anioła trzymającego w dłoniach wielką muszlę morską. W latach 1445-1648 katedra była kościołem koronacyjnym królów duńskich i nadal jest wykorzystywana przez duńską rodzinę królewską. Katedra posiada świetne, nowoczesne organy. W XIX w. organistami byli tam m.in. dwaj sławni

Cudowne dźwięki z nieco innego nieba

duńscy kompozytorzy: Christoph Ernst Friedrich Weyse i Johan Peter Emilius Hartmann.

Nabrałem przekonania, że te organy muszą być świetne i się nie zawiodłem. Dotarliśmy tam na niedzielną mszę – oczywiście luterąską. Mszę odprowadzała pani pastor – kobieta w średnim wieku, poważna, zamyślona. Wierni byli skupieni, wyciszeni. Staraliśmy się zachowywać jak oni, dostrzegając różnice pomiędzy tym, jak się celebrowała mszę tam i u nas. I zaczęło się to, na co czekałem. Zabrzmiały organy! Coś niesamowitego – brzmiały inaczej niż w Polsce. Nasze brzmia ostrzej, wyraźniej, jakby na kolor srebrny z silnymi basami, a tamte łagodne, jakby zmatowiały, może wpadające w brzmienie wiolonczeli. I grał organista – wybitnie, mądrze. Zaraz potem zabrzmiał chór – Boże, jaki świetny! W życiu nie słyszałem takiego zgrania, swobody, wibracji, dokładności. Chór duży, liczny, a żadnego błędu ani potknięcia. Wszystko równiutko, bez odchyłeń co do wysokości dźwięków i ich głośności!

Niech jeszcze będzie mi wolno podzielić się relacją z celebracji udzielenia wiernym Komunii Świętej. Pani pastor, z drugą kobietą, pełniącą rolę jakiegoś rodzaju asysty, udzielała jej kolejnym grupom osób – może 15 naraz, najpierw opłatek, potem – domyślały się – wino. Wierni podchodzili z kolejki, jakby było to wcześniej uporządkowane, zaaranżowane, jedni po drugich, wszystko w skupieniu, milczeniu, a w tle komunii te organy i chór, i trwało to naprawdę długo i długo, ale i tak dla mnie zbyt krótko. Po mszy pastor podchodziła do wiernych i czy to rozmawiała, czy jedynie się z nimi żegnała, a może dziękowała za udział, niektórym podawała rękę. Zapewniam, że było to dla nas duże przeżycie.

Wyjechaliśmy ze zbyt drogiej Danii, ja zmarwniony zimnem, które tam panowało. W Polsce nawet 36 stopni ciepła, w Anglii rekord wszechczasów – ponad 40, a tam ledwie 17 i nieprzyjemny wiatr od morza. Mnie, po ledwo zwalczonym Covidzie, nie mogło się to podobać. Ruszyliśmy w drogę powrotną – najpierw do Hamburga, potem Brunshwiku. I co mnie tam spotkało? Otóż w Hamburgu znaleźliśmy kolejne cudowne organy. Za Internetem:

Kościół św. Michała (Hauptkirche), najbardziej znany spośród pięciu głównych kościołów Starego Miasta, jest kościołem ewangelicko-luterąskim. Jego wysoka wieża, zakończona smukłą, miedzianą kopułą, zwana pieszczotliwie „Michel”, była postrzegana przez stulecia przez przybyszających od strony morza jako pierwszy rozpoznawalny symbol miasta. Tak jest również i dzisiaj, gdy jego wieża wraz z pięcioma innymi wysokimi wieżami z okolicy (wieże pięciu głównych kościołów oraz wieża ratuszowa) dominuje, niczym korona, nad zabudową centrum Hamburga. Wieże te są zarazem nielicznymi, ocalałymi ze zniszczeń wojennych świadkami szczególnej historii tego hanzeatyckiego miasta. To najważniejszy i najpiękniejszy kościół barokowy w północnych Niemczech, który obok drezdeńskiego kościoła Najświętszej Maryi Panny jest główną świątynią protestancką Niemiec. W nim świętowano zakończenia wojen. Nad głównym portalem umiejscowiony jest wielki, brązowy posąg patrona świątyni, Archanioła Michała, przedstawiający jego zwycięstwo nad diabłem.

I tutaj przeżyłem coś niesamowitego. Nie byliśmy na mszy świętej, ponieważ wszelkie dostępne anonsy głosiły, że odbywają się tam jedynie modlitwy przy muzyce – organowej oczywiście.

Spektakl trwał zaledwie 20 minut, a chciałoby się, by trwał wiecznie. Trzykrotnie zabrał głos pastor. Ponownie nic nie rozumieliśmy, ponieważ mówił w nieznanym nam języku niemieckim. Nic – to może jednak przesada, bo jednak używał słów jasnych dla każdego – Jezus Christ, Jan Sebastian Bach itp. Jego refleksje skoncentrowane na tekście Biblii prowadziły do prezentacji trojga z czworga znajdujących się tam organów. Na emporze zachodniej są organy główne Steinmeyera z 86 głosami i 6665 piszczałkami, na bocznej farnwerk, na północnej, tzw. Koncertowej, organy Marcussena, a na wyższej, południowej emporze tzw. organy bachowskie i małe, romantyczne, które znajdują się w krypcie. W roku 2009 dokonano generalnego ich przeglądu i konserwacji. Zbudowano wtedy nowy farnwerk na poddaszu, a także nowe organy bachowskie oraz wspólny dla organów głównych, farnwerku i organów koncertowych, 5-manuałowy, centralny stół gry, ulokowany na emporze koncertowej, będący idealnym rozwiązaniem dla symfonicznej muzyki organowej. Zamysł ich połączenia w jeden instrument, mający łącznie 145 głosów, sprawił, iż muzyka rozbrzmiewająca we wnętrzu kościoła dostarcza słuchaczom wyjątkowych przeżyć.

Pierwszy utwór Bacha i pierwsze organy, potem drugie i trzecie, a nie bardzo wiem, które z nich kolejno grały. Wszystkie wspaniałe, także bardziej matowe i wyłagodzone w porównaniu z obecnymi w Polsce, jakby grały skrzypcami, a nie samymi piszczałkami. Było cudownie i każdemu doradzam, by tam zawitał, jak tylko trafi mu się okazja. Pastor elitarny, co było słychać, nie tyle w jego niezrozumiałych niemieckich słowach, lecz w sposobie mówienia i tonie głosu. W kościele atmosfera

podniosła, wśród obecnych sporo turystów, ale i lokalnych wiernych; wśród nich my z naszym oczarowaniem. Miałem okazję przekonać się, że grać umieją nie tylko Polacy, lecz nawet przeciwnie – organiści w Kopenhadze i Hamburgu wydali mi się nawet w jakiś sposób bardziej profesjonalni. Żadnego błędu, niepewności, ogromna koncentracja, powaga i dokładność. A organy – te jakby skrzypcowe, może przypominające nieco nowoczesne syntezatory, które słyszymy w muzyce elektronicznej albo rockowej, wprost niebiańskie.

I skąd te dźwięki, które ozdabiają życie takich ludzi jak ja – niewidomych, dużo słyszących, zamieniających brak wzroku na dar słyszenia i dotykania, którzy z nudziliby się w swoim nieco upośledzonym życiu, gdyby nie takie atrakcje jak muzyka organowa czy to tam, w Danii i Niemczech, czy tutaj – w Szczecinie, Gdańsku, a także Warszawie, Krakowie i Kamieniu Pomorskim. A gdyby nie muzyka, to jeszcze te wspaniałe celebracje pełne powagi, mądrości i szacunku do Boga i do innych ludzi. A towarzyszą temu dźwięki zaprojektowane nieprzypadkowo. Jeśli ktoś sądzi, że organy wyniknęły z chwilowego geniuszu, to się myli. Ich dźwięk tak samo oddaje Boską atmosferę, jak „wariacjo” Jimiego Hendrixa albo stateczność Milesa Davisa hałas współczesnych miast. Wsłuchajcie się w te brzmienia i spróbujcie się zastanowić, jaki jest ten nasz świat, jacy jesteśmy my, albo jacy są ci, którzy potrafią wyrażać otaczającą nas rzeczywistość w swoich dziełach sztuki. Ba, więcej! Jak to wszystko zostało urządzone i jak z tego korzystamy? Potrafimy sensownie i pięknie, więc tak jak w tych wspaniałych katedrach, czy raczej, jak widzimy teraz w tragedii i bohaterstwie walczącej Ukrainy!

Pokój wszystkim

Miesięcznik „Filantrop Naszych Czasów” ma już 28 lat. Od początku nosił nadtytuł „Pismo Ruchu Twórczego Osób Niepełnosprawnych”. I takiemu właśnie założeniu „Filantrop” nadal pozostaje wierny. Co więcej – ruch twórczy autorów z niepełnosprawnościami wciąż się rozwija. Piszą uczestnicy warsztatów terapii zajęciowej, środowiskowych domów samopomocy, stowarzyszeń, specjalnych ośrodków, szkół integracyjnych i innych. Piszą też twórcy nie zrzeczeni.

O rozwoju „Filantropa” może świadczyć rosnąca liczba tekstów, w tym też nowych autorów. W wydaniach naszego czasopisma z lat 2021 i 2022 ukazuje się po 25 do 35 tekstów. Jednak nie liczba wydrukowanych tekstów jest najważniejsza, lecz ich sens i wartości, istotne dla wszystkich ludzi. Dzięki tych wartości piśmiennictwo osób z niepełnosprawnościami jest w „Filantropie” najważniejsze. Jedną z nich jest dzisiaj najważniejszy pokój, zagrożony przemocą i potwornościami wojny, która wybuchła w lutym i wciąż trwa. Temat ten podejmowany jest przez naszych autorów z wielką wrażliwością i wyobraźnią, w tym także przez osoby z niepełnosprawnością intelektualną, których prace wysoko cenimy jako wyraz prawdziwych, głębokich uczuć.

NAJWAŻNIEJSZY POKÓJ

Oto własne teksty twórców „Filantropa”. Tak pisze w artykule „Nasze serca dla Ukrainy” Monika Andrzejewska, uczestniczka Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie (maj 2022, str.4):

„Za naszą granicą trwa wojna. Nie możemy zrozumieć, dlaczego ludzie wyrządzają sobie tyle cierpienia i bólu. Dlaczego odbierają sobie życie. Każdego dnia obserwujemy rozpacz i zabijanie ludzi, których kraj rozpada się w kawałki. Jest w nas ogrom lęku, smutku, złości i rozpacz. Włączając telewizję widzimy obrazy tak niehumanitarne, że nie brakuje słów, aby wyrazić ogrom ludzkiej tragedii”.

Tak pisze w „Liście do Ukrainy” Agata Kiejdrowska, osoba niewidoma, uczestniczka WTZ w Swarzędzu (kwiecień 2022, str. 7):

„Spotykamy się z wielkim bólem i ogromną rozpaczą ludzi, którzy dzięki decyzji jednego człowieka tracą w obronie kraju swoich bliskich. W pośpiechu uciekają ze swojego kraju, nie zważając na dobytek, ale chroniąc to, co najcenniejsze – życie. Dlatego my (...) nie możemy biernie się przyglądać krzywdzie wyrządzanej całemu narodowi. Wspieramy go materialnie i duchowo”.

„Nie chcę wojny” – napisał Sami Sisalem w swoim artykule (kwiecień 2022, str.15). 40 lat był w Palestynie, dzisiaj jest uczestnikiem Środowiskowego Domu Samopomocy „Iskra” w Poznaniu. Jest bardzo lubiany, lubi rysować i malować. Oto fragment jego tekstu:

„W Palestynie zaczęły się demonstracje i walki. Czuliśmy wtedy, że nie ma pokoju, że przyjdą mnie aresztować i mogą zginąć. Był strach cały czas. Musiałem to wytrzymać. I wytrzymałem. Nawet przeżyłem napaść w domu, ale mama nas uratowała. Teraz nie chciałbym wojny, ale czasem wojna jednak się zdarza. Wojna nie przynosi niczego dobrego, tylko zniszczenie, śmierć i kalectwo ludzi, zburzone domy i zniszczoną psychikę. Życzę ludziom na Ukrainie spokoju i żeby ustały walki. Teraz jestem w Polsce i czuję się bezpieczny, ale czasem się boję, żeby wojna do nas nie doszła. Życzę pokoju wszystkim ludziom i narodom”.

MIŁOŚĆ I PRZYJAŹŃ

W tekstach osób z niepełnosprawnościami, opublikowanych w „Filantropie”, mieści się całe bogactwo zróżnicowanych problemów i tematów. Autorzy piszą nie tylko o zagrożeniach współczesnego świata, o wojnie i przemocy. Ogromnie ważne są dla nich takie wartości jak miłość matki, miłość i przyjaźń dziewczyny i chłopca, pomaganie słabszym. Mają pełne ludz-

kie prawo do przeżywania i wyrażania swoich uczuć. Często piszą o tym bardzo serdecznie i szczerze. Stają się w ten sposób obecni w całej społeczności.

O miłości matki tak mówi w swoim artykule „Za trud i troskę” Mirosława Penczyńska, osoba niewidoma, uczestniczka WTZ w Swarzędzu (2022 lipiec, str. 30 i 31):

„Jest na świecie takie święto, o którym nawet małe dziecko pamięta. To właśnie Dzień Matki obchodzony 26 maja pragniemy podziękować naszym mamom i innym bliskim, którzy na co dzień opiekują się nami. Dla nas bliscy są najważniejszymi osobami w życiu. Mama to ktoś najwspanialszy na świecie, bo dała życie i wychowała nas. Jest zawsze przy nas, gdy potrzebujemy wsparcia i pomocy”.



Weronika Bandachowska i Filip Grześ.

FOT. MARCIN KACZYŃSKI

„Nasza miłość i przyjaźń” to odważny, szczerzy tekst Weroniki Bandachowskiej, uczestniczki Środowiskowego Domu Samopomocy „Iskra” (grudzień 2021, str. 31). Oboje z „Iskry”, razem znaleźli swoje szczęście, nie są samotni i wyobcowani. Są przykładem nie tylko dla osób z niepełnosprawnościami, jak żyć i cieszyć się miłością. Tak pisze Weronika:

„Chodzimy już ze sobą dziesięć lat. Od samego początku Filip mi się bardzo spodobał i tak jest do dzisiaj. Filip jest bardzo miły, kochany i towarzyski. Chodzimy często na koncerty, do kina na filmy. Bardzo lubimy wspólne zakupy i spędzanie czasu razem. Często okazujemy sobie, jak bardzo się kochamy, trzymamy się za ręce, często się przytulamy i całujemy, jesteśmy bardzo do siebie przywiązani. Jedno za drugim skończyłoby w ogniu. Dostaję od niego prezenty, pamięta o mnie w każde święta. Ja jego też bardzo kocham i dbam o niego. Jesteśmy bardzo udaną i szczęśliwą parą”.

Opowiada też o swojej miłości Patrycja Gularska, uczestniczka WTZ w Wiardunkach (marzec 2022, str. 37):

„W Warsztacie spotkałam moją wielką miłość, która ma na imię Karol. (...) Mieszka w Tlukawkach, a ja w Wargowie (...), więc spotykamy się tylko w Warsztacie. Często w soboty i niedziele dzwoniemy do siebie i długo rozmawiamy. (...) Warsztatowa wigilia odbyła się w restauracji. Byłam smutna, bo nie było na niej mojego Karola, ponieważ był na kwarantannie. Mój chłopak pamiętał jednak o mnie. Dał mi prezent, który był większy ode mnie. Był to bardzo duży, piękny miś”.

W tekstach osób z niepełnosprawnościami często powraca temat przyjaźni. Widocznie wartość ta jest bardzo istotna w życiu naszych autorów. Oto wiersz Agaty Kurtiak, uczestniczki Dziennego Ośrodka Adaptacyjnego w Poznaniu (sierpień 2022, str. 16):

*Cieszę się, gdy ją widzę.
Jestem cała w skowronkach.
Ona jest jak kwiat niezwykły*

ludziom i narodom

*Albo piękna ląka.
Na ludzką krzywdę wrażliwa,
Zawsze pięknie ubrana.
Jest jak cudowna księżniczka,
Humor poprawia od rana.
Jak siostry się kochamy,
Wspólne pasje dzielimy,
Haft, fotografia, filmy.
Na zawody jeździmy.
Jest ciepłą, wspaniałą osobą.
Raz się zamyka, a raz otwiera.
Troskliwa i opiekuńcza,
Rozmawiać z nią uwielbiam.*

O przyjaźni napisały też Anna Włodarek i Wirginia Kaźmierska, uczestniczki WTZ „Promyk” w Otuszu. Oto fragmenty ich tekstu „Przyjaźń niech trwa” (marzec 2022, str. 20):

„Znamy się prawie 10 lat. (...) Podczas drogi na Warsztat i powrotu do domu nie mogłyśmy się nagać. (...) Rozmowa tak nas pochłonęła, że nawet nie zauważyłyśmy zmroku. Od tego czasu lubimy się wymieniać ciuchami, tworzyć różne stylizacje z dodatkami biżuterii. (...) Chodzimy razem na zakupy. Spotykamy się w kawiarni na babskich ploteczkach. Łączy nas pasja czytania książek. Wymieniamy się nimi, chodzimy do biblioteki. (...) Zdarzały się między nami drobne nieporozumienia, ale przecież to normalne. Nic nie jest w stanie rozbić naszej przyjaźni. Miło jest mieć bratnią duszę, możemy na sobie polegać. Jesteśmy wdzięczne Panu Bogu, że postawił nas na tej samej drodze”.

Przyjaźń może być tym bardziej cenna, jeśli się ją połączy z pomocą słabszym. Asia Kienic i Paulina Kowalska, uczestniczki WTZ w Chodzieży, w artykule „Przyjaciółki i koledzy” tak mówią o swojej współpracy z Krzysiem Grundkowskim i Piotrem Sobkowskim (marzec 2022, str. 33):

„Krzysiu, z pomocą instruktora, wylepiał formy gliną. Na muzykoterapii lubił grać na instrumentach, zwłaszcza na dzwoneczkach ręcznych. (...) Krzysiu jest ciekawy świata i ciągle zadaje różne pytania, na przykład co moja mama robi w domu? Dlaczego pada śnieg? Kiedy będą Andrzejkę? Co czuję? Zajmował się wynoszeniem kubków do kuchni oraz podlewaniem kwiatów. Dla mnie Krzysiu jest super kolegą.

Piotr porozumiewa się z nami językiem migowym, jak również makatonem. (...) W pracowni ceramicznej widziałam, jak bardzo dobrze lepi z gliny miski, doniczki, anioły, koszyczki, jak wycina kształty z foremek. Również bardzo ładnie rysuje w swoim stylu obrazki. Bardzo dokładnie sprząta pracownię. Jest fajnym kolegą”.

MATKA ZIEMIA ZAGROŻONA

Pełne troski są teksty osób z niepełnosprawnościami o zagrożeniach dla Ziemi. I z obroną wszystkiego, co na niej żyje. Jest to problem dla naszych autorów równie ważny i niepokojący, jak wojna i brutalna przemoc. Wzruszają wypowiedzi na przykład o zwierzętach, które wymagają opieki i pomocy.

Piękny wiersz „Matka Ziemia” napisała Natalia Kalinowska, uczestniczka WTZ „Promyk” w Otuszu. Jej Ziemia to po prostu żywy człowiek, żywa Matka, do której zwraca się autorka. Jest to interesująca metafora, trafiająca do uczuć i wyobraźni czytelników (czerwiec 2022, str. 24 i 25):

*Moja Ty kochana, na Twoim łonie
Przyszłam na świat, dzięki Tobie oddycham,
Korzystam z całego bogactwa,
Które tak bezinteresownie mi dajesz.
Moja Ty miłości, Twoja niezwykła uroda
Onieśmiela mnie o każdej porze dnia i nocy,
Wiosną, jesienią, zimą czy latem.
Lecz nadszedł taki dzień, gdy zobaczyłam,*

*Że Ty jesteś chora. Gaśniesz, bo ja cię truję.
Matko, błagam nie umieraj,
Wybacz mi tę moją bezmyślność.
Obiecuję, już nie będę.
Zrobię wszystko, byś wyzdrowiała.
Wybacz mi, bo przecież kocham Cię.*

Damian Romański, uczestnik WTZ w Śremie, działa z piętnastką swoich przyjaciół w Warsztacie na rzecz realizacji projektu „EKO-Edukator”. Tak o tym pisze (maj 2022, str. 40 i 41):

„Będziemy nawracać tych, którzy nie są jeszcze EKO... Podczas warsztatów ekologiczno-edukacyjnych będziemy przekazywać wiedzę i praktyczne umiejętności ekologicznej uprawy warzyw i ziół (...), w tym niezwykle ważną rolę pszczół w żywym ekosystemie. (...) Będziemy przeprowadzać spotkania edukacyjne w Szkole Podstawowej im. Jana Pawła II w Dąbrowie w klasach 1-3 oraz w przedszkolach powiatu śremskiego. (...) Osoby z niepełnosprawnościami mogą swoje poczucie wartości, przełamać bariery i stereotypy, ponadto zaszczyć w młodych ludziach ogromną wartość – życie w zgodzie z naszą planetą”.

Jeśli kochamy naszą planetę razem ze wszystkim, co na niej żyje, to niech tym razem będzie ocalony nawet ten jeden, niewielki piesek. „Cieszę się, że uratowałam pieska” – pisze Izabela Alberti, uczestniczka ŚDS „Iskra” (czerwiec 2022, str. 16 i 17):

„To była suczka Nera, która bardzo lubi uciekać. Około godziny ósmej, gdy szłam na autobus, zaczepiła mnie. Na szczęście nic jej się nie stało. Uratowałam ją od wypadku. Innym razem Nera czekała na mnie samotnie w deszczu, więc zadzwoniłam do kolegi ojca, żeby powiadomił mnie, że jego piesek biegnie po ulicy. Zjawiła się córka tego pana, zabrała suczkę i mnie też, bo zaproponowała mi podwiezienie do ośrodka na ulicę Pamiętkową. Taka sytuacja zdarzyła się mnie nie po raz pierwszy, ale już po raz trzeci. Mam nadzieję, że już nigdy ten piesek nie ucieknie z domu. Cieszę się, że go uratowałam”.

Barbara Hoffa, uczestniczka WTZ „Promyk” w Konarzewie, tak pisze w swoim artykule „U zwierzątek, naszych przyjaciół” (maj 2022, str. 26):

„W marcu w słoneczny i ciepły dzień zainaugurowaliśmy nasze regularne wizyty u naszych ukochanych zwierzątek (alpak i kózek przyp. red.), do których zawsze tęsknimy – a one tak samo tęsknią i czekają na nas. Bono, nas największy całusnik i przytulas, bez skrupowania nas wycalał, jak to zwykle on. Czupur również się bardzo się ucieszył, a Mania i Lala z całą swoją sympatią przywitały nas już od samego wejścia. To piękne powitanie bardzo nas wzruszyło.

Do naszej zagrody w Otuszu dołączyły dwie kózki miniaturowe”.

*

Można by jeszcze wiele mówić o zwierzątkach, naszych „braciach mniejszych” – żyjących w zgodzie z naszą matką Ziemią i obecnych w piśmiennictwie osób z niepełnosprawnościami. Warto by też było o opowiedzieć o twórcach publikujących w „Filantropie” bardzo interesujące obrazy, grafiki, rzeźby. Wielu z nich ma liczące się osiągnięcia w teatrze i piosence. Ale te wartości artystyczne zostawmy na kolejny artykuł.

Wprawdzie dość dużo pisze się o osobach z niepełnosprawnościami. Niestety, mówi się o nich, ale ich własny głos słyszy się raczej rzadko. To istotna różnica: podmiot mówiący to zupełnie co innego, aniżeli przedmiot omawiany. W „Filantropie” od początku dbaliśmy, aby osoby z niepełnosprawnościami publikowały własne artykuły, wiersze, opowiadania, autobiografie. Była to – i jest – ważna rehabilitacja społeczna i powód do dumy.

MARCIN BAJEROWICZ



Zachwyt Tommiego pięknem darów natury.



Tommi i Lisi z Charlie na wyprawie alpejskiej.



Zadowolony kucharz.



Zadowolony Tommi w swoim pokoju przy kawie z ciastkami.



Tommi z ulubionym pieskiem Charlie.



Odpoczynek w czasie górskiej wędrówki przy kawie.

Tommi – dar słuchania

W jednym z wywiadów radiowych w Austrii przedstawiona została znana i bardzo ceniona w tym kraju postać telefonu zaufania. Osoba odpowiedzialna za funkcjonowanie tej działalności podkreśliła, że ludzie, którzy w trudnych sytuacjach korzystają z takiej usługi, wcale nie oczekują mądrych wskazówek lub rad, ale posiadają ogromną potrzebę bycia wysłuchanym.

Dowodem na to są wypowiedzi niemal wszystkich rozmówców, którzy swoją rozmowę kończą najczęściej, jak zaznaczył udzielający wywiadu, słowami: „dziękuję za wysłuchanie mnie” oraz „dziękuję za poświęcony mi czas i uwagę”. Z wypowiedzi tych wynika, jak ogromnie ważna i powszechnie pożądana jest umiejętność nie tyle mówienia, zagadywania innych, ile umiejętność słuchania, a dokładnie mówiąc wsłuchania się w drugiego człowieka. W kontekście tych wypowiedzi wyraźnie potwierdzenie znajduje znane powiedzenie, że „mowa jest srebrem, a milczenie złotem”.

Takim obdarowaniem cechującym się umiejętnością wsłuchania się i wpatrzenia się w drugiego człowieka wyróżniają się często osoby z niepełnosprawnością. Przykładem takiej postawy jest Tommi Scheifler z Wiednia, którego rysunki prezentowane były w przed rokiem w listopadowym numerze czasopisma „Filantrop” na str. 6 i 7. (Tym razem na str. 24 i 25 publikujemy nowe, wzruszające prace Tommiiego oraz piękne słowa o jego rodzinie zastępczej, która w ubiegłym roku z bólem pożegnała Go na zawsze – przyp. red.).

Tommi urodził się z głębszą niepełnosprawnością intelektualną i od początku swojego życia przebywał w domu dziecka. Następnie został przeniesiony do internatu i z tamtąd uczęszczał do blisko usytuowanej szkoły specjalnej. Miał on duże szczęście, gdyż w tej szkole wychowawczynią i jednocześnie katechetką jego klasy była pani Lisi Liszka, osoba bardzo serdeczna, dynamiczna i zaangażowana. Nauczycielka ta otoczyła

swojego nowego wychowanka nie tylko wielkim sercem, ale otworzyła dla niego również swój dom. Często przywoziła chłopca do swojej rodziny w wolne dni szkolne, w święta. Zabierała go również na różne wycieczki oraz wakacje.

Po zakończeniu szkoły Tommi na stałe zamieszkał w domu Lisi i przebywał w nim do końca swojego życia. Znalazł tam poczucie bezpieczeństwa, doświadczył miłości i bycia akceptowanym takim, jakim jest. Ze swej strony ubogacał on swoją zastępczą rodzinę wielką serdecznością, radością i wyjątkowym emanowaniem pokoju i wyciszenia.



Przejażdżka trójkołowym rowerem.

W tym czasie dojeżdżał on na warsztaty, a w wolnym czasie poświęcał się pasji rysowania, która sprawiała mu wiele radości. Twórczość ta dawała mu nie tylko wiele zadowolenia. Odnajdywał w niej również formę szczególnej misji, przez którą sprawiał innym radość, a wielokrotnie również wsparcie. Prace swoje wykonywał często z intencją ofiarowania ich wybranym osobom na konkretne okazje. Chętnie rysował postacie biblijne, którym najczęściej nadawał radosny wyraz twarzy. Swoje rysunki, na przykład szopki betlemskie, ofiarował jako karty bożonarodzeniowe. Podobnie

prace z motywami wielkanocnymi na Święta Wielkanocne. Rysunkami pięknych kolorowych serc lub kwiatów obdarzał z okazji urodzin czy innych uroczystości. Jedną z nauczycielek wspomina, jak po tragicznej śmierci swojego męża otrzymała od Tommiiego rysunek anioła pocieszenia, którego osobiście na tę smutną okoliczność dla niej narysował i wręczył jej. W czasie przeżywania śmierci i żałoby dar ten dawał jej i całej rodzinie duże pocieszenie i wsparcie. Od tego wydarzenia minęło już wiele lat, a obraz ten nadal wisi w jej domu, wciąż kojąc jej serce i dając nadzieję.

W skład zastępczej rodziny Tommiiego wchodziło dwoje dorastających dzieci Lisi oraz jej brat – ksiądz Tomas. Kapłan ten należy do charyzmatycznych duszpasterzy, prowadzących duszpasterstwo specjalistyczne. Swoim oddziaływaniem obejmuje on osoby z niepełnosprawnościami, osoby bezdomne, odwiedza chorych oraz domy samotnych matek. W tę szczególną posługę duszpasterską włącza się aktywnie jego siostra Lisi, a wraz z nią włączony był również Tommi, co na pewno miało ogromny wpływ na ukształtowanie jego bogatej duchowości.

Podczas celebracji mszy świętych przez księdza Tomasza Tommi uczestniczył z wielką radością jako gorliwy i sumienny ministrant. Regularny udział w tych nabożeństwach, świętach oraz innych wydarzeniach pozwalał mu poznać wszystkich uczestników oraz wchodzić w ich problemy życiowe, troski i radości. Dzięki swojej ogromnej otwartości i wewnętrznego pokoju, stwarzał on swoją obecnością wyjątkowy nastrój wyciszenia i radości. Potrafił serdecznie wszystkich przywitać, popatrzyć życzliwym spojrzeniem na twarze wyrażające różne emocje i odpowiednio na nie zareagować. Umiał on doskonale, z ujmującą cierpliwością, bez cienia pośpiechu czy stresu, wysłuchać ich wypowiedzi i wyrazić swoje zrozumienie i dodać otuchy.

Podczas mszy świętej żałobnej za zmarłego Tommiiego uczestnicy bardzo mocno pod-

kreślali jego wyjątkowe cechy i obdarowanie. Jego rówieśnicy z internatu, ze szkoły, z warsztatów, z grupy ministrantów z wielkim wzruszeniem przytulali do piersi jego fotografię, całowali ją i ze łzami wspominali jego osobę. Oto wypowiedź jednej z koleżanek z jego klasy i tej samej grupy w internacie: „Tak mi smutno, że Tommi już nie żyje, że go tu nie ma. On był moim przyjacielem i był dla mnie jak brat i opiekun. On jest już w niebie i pomaga mi nadal i jest przy mnie. Ja go bardzo kocham i bardzo mi go brakuje”.

Ks. Tomas Kaupeny, brat Lisi, który doskonale znał i bardzo cenił Tommiiego podkreśla jego duże zdolności muzyczne oraz wyjątkowy talent rysowania. W następujący sposób opisuje on artystyczną twórczość Tommiiego. Z dużym skupieniem przygotowywał wszystko skrupulatnie do pracy: papier, flamastry, kredki, które precyzyjnie temperował. Następnie patrzył z koncentracją uwagi na pustą, białą kartkę papieru na pewno z wizją gotowego dzieła. Po czym z dużym, właściwym sobie przekonaniem sięgał po jeden pisak i precyzyjnie wykonywał pierwsze linie – jak jakiś wielki karykaturzysta. Dalsza praca przebiegała w taki sposób, że pisak wkładał z powrotem na swoje miejsce do piórnika i brał następny, którym znowu robił kolejną linię, dokładnie umieszczając ją na papierze. Często siedział dłużej niż godzinę nad jednym obrazem, którego prostota piękności w swoich barwach i wyrazie jest niepojęta, ujmująca, która przemawia i porusza. Każdy jego obraz jest oryginalny, pod żadnym z nich nie umieszczał nigdy swojego autografu.

Krzysztof Lausch często podkreślał, że osoby z niepełnosprawnością są niedocenionym darem w Kościele. Właśnie od tych osób możemy się uczyć cierpliwości, serdeczności, spontaniczności, uważnego wpatrzenia się i wsłuchania się w drugiego człowieka, często bez słów. Oni obdarzają nas darem wyciszenia i wewnętrznego pokoju, tak jak to czynił Świętej Pamięci Tommi Scheifler.

HALINA KOSELSKA-KUBIAK



Łąka wiosenna z promiennym słońcem, ptakami i biedronkami.



Dom rodzinny.



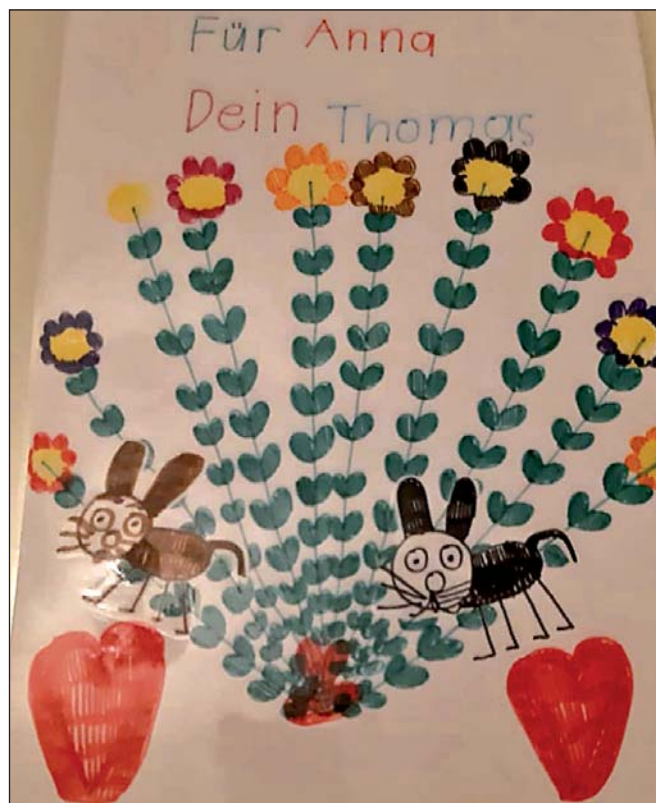
W domu ze zwierzętami domowymi.



Dla Anny, ukochanej młodszej siostry (córki Lisi).



Anioł ze świecą i krzyżem.



Bukiet kwiatów z dwoma sercami i domowymi zwierzątkami dla ukochanej siostry Anny.

Tommi – dar tworzenia

Thomas Scheifler, ulubiona wersja imienia Tommi, większość swojego życia spędził w rodzinie zastępczej. Prawnie nie mógł być on przez Lisi Liszka adoptowany, gdyż była między nimi zbyt mała różnica wieku.

W rodzinie tej Tommi był bardzo zadowolony, znalazł tam szczęśliwe gniazdo rodzinne, w którym go wszyscy akceptowali i bardzo kochali. Rodzina ta składa się z następujących osób Lisi – zastępcza mama, jej dzieci Anna i Jakob, przybrane rodzeństwo oraz ks. Tomas, brat Lisi, przybrany wujek. W domu tym są również domowe koty i piesek Charlie, do których Tommi był bardzo przywiązany.

To w tej ukochanej rodzinie rozwijał z zapałem swój niezwykły talent, tworząc barwne, godne podziwu rysunkowe prace.

W ubiegłym roku w lutym Thomas Scheifler, zarażony

wirusem covid, zmarł mając zaledwie 50 lat. Jego śmierć napęliła wielkim bólem i smutkiem przede wszystkim całą rodzinę, jak również przyjaciół i znajomych. Pozostała po nim wielka pustka, ale pozostał również ogrom dobrych i pięknych wspomnień oraz wdzięczność wobec Tommiego za wszystko, czym ubogacił swoją ukochaną rodzinę i przyjaciół.

Lisi w czasie ciężkiej żałoby po śmierci Tommiego powiedziała, że oni wszyscy w rodzinie otrzymali od niego o wiele więcej, niż sami byli w stanie mu dać. Był on dla nich wielkim skarbem i darem, który potrafił ich nieustannie obdarowywać i ubogacać swoim wdzięcznym i kochającym sercem, wrażliwością, pokojem wewnętrznym oraz wsłuchaniem się i wpatrzeniem się w ich codzienne radości i smutki.

HALINA KOSELSKA-KUBIAK



Ks. Tomas (Lisi brat) z Charlie na spacerze.



Serce ułożone po mszy świętej żałobnej za śp. Tommiego ze skarbów przez niego zebranych (zbieractwo było jego ulubionym zajęciem).



Portret ukochanej siostry Anny (córkę Lisi).

Bez dostępu do Internetu

23 lipca tego roku moja miejscowość nawiedziła trąba powietrzna, która powyrzywała drzewa oraz pozrywała dachówki z dachów. Na szczęście obyło się bez ofiar śmiertelnych i takich, którzy doznali poważnego uszczerbku na zdrowiu. Dzięki pomocy mojego dobrego znajomego udało się założyć dachówki i dom znów wyglądał jak wcześniej. Niestety, wichura uszkodziła również kabel telefoniczny, co spowodowało brak dostępu do telefonu stacjonarnego i Internetu. Przez kilka dni byliśmy odłączeni od sieci.

Jeszcze dwie dekady temu Internet był towarem dość luksusowym i niewiele osób mogło poszczycić się posiadaniem szybkiego łącza. Dostęp do sieci generował również dość wysokie koszty. Obecnie niemal nie wyobrażamy sobie życia bez dostępu do Internetu – za jego pomocą odbieramy bowiem nie tylko maile i prowadzimy rozmowy wirtualne, ale też pracujemy i uczymy się.

Brak łącza odczułem dotkliwie nie dlatego, że jestem uzależniony od portali społecznościowych, ale właśnie z powodu niemożności wykonywania pracy redakcyjnej – wyszukiwania informacji niezbędnych do przygotowania artykułów czy sprawdzenia skrzynki e-mail. Na szczęście pliki z tekstami miałem zapisane na dysku w komputerze, a nie na dysku wirtualnym, bo wówczas nie mógłbym odczytać ich zawartości przy braku połączenia z Internetem. Mimo, iż zgłosiłem od razu usterkę do operatora sieci telefonicznej, została ona usunięta dopiero w trzeci dzień roboczy. W czasach wszechobecnych technologii cyfrowych warto być przygotowanym na tego rodzaju sytuacje. Na przykład na wypadek odłączenia energii elektrycznej dobrze wyposażać się w tzw. powerbank, czyli przenośne urządzenie magazynujące energię, dzięki któremu smartfon, tablet lub laptop można w każdym momencie podładować.

KRYSTIAN CHOLEWA

Chodzież:

Każdy przejaw agresji i przemocy budzi w nas sprzeciw i obawę, aby nie dotknęła nas czy naszych bliskich. Nie zgadzamy się na żadne formy przemocy – na ulicy, w domu czy w szkole. Jako osoby z niepełnosprawnościami również jesteśmy narażeni na przemoc czy agresję.

To jest nasz lęk, kiedy wchodzimy w przestrzeń publiczną i swoją „inność” wzbudzamy zainteresowanie osób postronnych. Jesteśmy akceptowani, tolerowani, ale też często wyszydzani do tego stopnia, że wiele osób z niepełnosprawnościami zamyka się w domach unikając kontaktu z ludźmi. Tym razem akt brutalnej agresji dotknął fizjoterapeutę, który współtworzył Stowarzyszenie „Bioderko”, pracował dla nas ponad 12 lat i jest częścią „bioderkowej rodziny”. Wracając z pracy został pobity przez 3 agresywnych mężczyzn i z poważnymi urazami twarzy i dłoni trafił do szpitala.

W odpowiedzi na ten akt przemocy członkowie Stowarzyszenia „Bioderko”, w partnerstwie z Komendą Powiatową Policji, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej, MORPA i młodzieżą, zorganizowali happening pod hasłem: CHODZIEŻ MÓWI STOP PRZEMOCY. Akcja miała charakter prewencyjny, instytucje, które realizują programy wsparcia pokazały, gdzie można zwrócić się o pomoc, kiedy tej pomocy potrzebujemy. Pomoc rodzinie, Niebieska

Karta, wsparcie psychologiczne, rozwiązywanie problemów alkoholowych – to tematy, które dominowały tego dnia na udostępnionych stoiskach.

Pokazaliśmy również, jak się zachować w przypadku zaczepki na ulicy, a także jak mamy się zachować w stosunku do osoby potrzebującej pomocy medycznej. Akcja miała pozytywny i szeroki oddźwięk. Akt przemocy wobec niewinnego człowieka zbulwersował mieszkańców Chodzieży. Fizjoterapeuta na co dzień pracujący w szpitalu, który przez wiele lat pomaga pacjentom w dochodzeniu do sprawności musi czuć, że go wspieramy i potępiamy agresję oraz przemoc.

HONORATA PILARCZYK



Jak udzielić pomocy medycznej.



Użytki są wrogiem.

stop przemocy!



Stop przemocy.



Jak się zachować wobec zaczepki na ulicy.



Organizatorzy i partnerzy.

Historia produkcji papieru

Na początku lipca tego roku odwiedziłem Muzeum Papiernictwa w Dusznikach-Zdroju. Mieści się ono w XVI-wiecznym młynie papierniczym. Wizyta w tym miejscu stwarza możliwość bliższego poznania historii papiernictwa.

Obejrzeć można urządzenia produkcyjne wykorzystywane w dawnych czasach, są bogate zbiory dotyczące historii techniki papierniczej, odbywają się też szkolenia i warsztaty, podczas których można stworzyć swój własny papier posługując się metodami pochodzącymi ze średniowiecznych Włoch.

Muzeum ma ciekawą historię. Do 1945 roku w tym budynku mieściła się prężnie działająca fabryka papieru. Do produkcji papieru wykorzystywano słomę bądź ścier drzewny. Obecnie stosuje się celulozę pozyskiwaną z roślin bawełny, lnu, konopi, bambusa, trawy i pokrzywy. Po zakończeniu drugiej wojny światowej tereny Dolnego Śląska wróciły do RP wraz z papiernią.

Źródła internetowe donoszą: „niegdyś młyn odgrywał istotną rolę kulturową: na arkuszach z Dusznik drukowano książki, spisywano dokumenty. Obecnie arkusze z dusznickiego młyna wykorzystywane są do sporządzania okolicznościowych pism, dyplomów, zaproszeń, papeterii oraz pamiątek świadczących o papierniczych tradycjach Dolnego Śląska”.

Moje zwiedzanie trwało około półtorej godziny. Była to żywa lekcja historii z przewodnikiem. Miałem okazję zobaczyć maszyny wykorzystywane do produkcji papieru, a także poznać jego zastosowanie, również w budownictwie.

Kilka lat temu miałem możliwość odwiedzenia nowoczesnego zakładu papierniczego wraz z laboratorium w Krapkowicach. Różnica jest ogromna, gdyż całą pracę obecnie wykonują maszyny zdalnie sterowane.

KRYSTIAN CHOLEWA

Wokół przyrody z kijkami

Osoby starsze z gminy Kleszczewo w powiecie poznańskim 8 sierpnia po raz kolejny wzięły udział w dwugodzinnych zajęciach nauki chodzenia z kijkami Nordic Walking. W krajobrazowym, kleszczewskim parku czują się dobrze, ćwicząc wprowadzenie do pokonywania następnych odległości pod kierunkiem instruktorki Kasi i jej asystentki Iwony. Dotleniają się podziwiając roślinność.

Było dużo rozciągania ciała, aby sprawnie chodzić. Z uwagi na fakt, że zajęcia były prowadzone w małej grupie, instruktorka mogła każdej seniorce i seniorowi poświęcić chwilę czasu – wytłumaczyć, które kroki wykonuje prawidłowo, a nad czym musi jeszcze popracować. Senioralna grupa „kijkarzy” składa się z zaprzyjaźnionych ze sobą

osób. Poznały się podczas realizacji różnych projektów i miło spędzają ze sobą każdą wolną chwilę.

Organizatorem przedsięwzięcia, zrealizowanego w ramach projektu „Rekreacyjnie i sportowo wśród seniorów” było Stowarzyszenie „Pomagam”. Projekt jest współfinansowany ze środków Gminy Kleszczewo. Systematyczne spotkania wyposażają uczestników także w wiedzę, na przykład na temat pieczenia chleba. Zaletą marszu z kijkami jest wiele, a można wymienić wśród nich: poprawę krążenia krwi, wzmocnienie systemu mięśniowo-szkieletowego – kręgosłup się prostuje, ciało napina się, staje się bardziej smukłe. Minione spotkania są redukcją stresu, relaksacją.

MIROSLAWA RADZIMSKA
KOORDYNATOR PROJEKTU



FOT. (2X) ARCHIWUM STOWARZYSZENIA „POMAGAM”



TY TEŻ MOŻESZ ZMIENIĆ ŻYCIE DZIECKA!

Głowa do góry! – tak brzmi hasło przewodnie Akademii Przyszłości, organizacji, która od niemal 20 lat przywraca dzieciom wiarę we własne możliwości. Akademia Przyszłości to ogólnopolski program Stowarzyszenia WIOSNA. Jest młodszą siostrą Szlachetnej Paczki i powstała właśnie dzięki jej działaniom.

Wolontariusze Paczki, wspierając ludzi w trudnych sytuacjach życiowych, odkryli zjawisko „biedy dziedzicznej”. Dzieci, które wychowywały się w ubóstwie lub w dysfunkcyjnych rodzinach, miały tendencję do powielania szkodliwych schematów myślowych. Nie wierzyły w siebie, nie widziały swoich mocnych stron, czuły bezsilność i brak wpływu na własne życie. Większość z nich nie miała ani jednego marzenia, celu, czy planu na przyszłość. Po co marzyć, skoro marzenia się nie spełniają? Akademia Przyszłości powstała w odpowiedzi na ten problem. Od czasu założenia pomogła tysiącom dzieci w całej Polsce podnieść wysoko głowę i z optymizmem spojrzeć w przyszłość.

KIM SĄ STUDENCI AKADEMII PRZYSZŁOŚCI?

Zosia chciałaby zostać lekarką, żeby pomagać innym dzieciom, ale w szkole dostaje słabe oceny i myśli, że nie jest wystarczająco mądra. Rodzice Helenki ciągle się kłócą,

przez co dziewczynka żyje w ciągłym strachu i nie potrafi skupić się na lekcjach. Antek rozwiązuje konflikty tylko za pomocą siły, ponieważ nikt nigdy nie nauczył go, jak inaczej radzić sobie z trudnymi emocjami. Witek wstydi się swojej wiedzy i nie odzywa się na lekcjach, bo koledzy przezywają go od kujonów. Rodzice Ali mają problem z alkoholem, dziewczynka nigdy nie usłyszała od nich „kocham Cię”. Martynka chodzi w ubraniach po starszych siostrach, nie ma pieniędzy na wyjście do kina, zajęcia dodatkowe i kolonie nad morzem, a każdą przerwę spędza sama w szkolnej łazience. Marzy o najlepszej przyjaciółce.

Studenci Akademii Przyszłości to dzieci w wieku od 6 do 12 lat. Każde z nich ma inną historię, inne problemy i zmartwienia. Mimo bardzo młodego wieku, podopieczni Akademii przeszli już w swoim życiu wyboistą, krętą drogę. Konsekwencjami takich doświadczeń są poważne trudności emocjonalne, społeczne i szkolne. Małych studentów łączy jedno – nieadekwatne poczucie własnej wartości. Zadaniem wolontariuszy jest pomóc dzieciom uwierzyć w siebie, spojrzeć na świat i swoje życie z nowej perspektywy.

JAK WYGLĄDA PRACA WOLONTARIUSZA Z DZIECKIEM?

Praca wolontariusza z dzieckiem opiera się na metaforze wędkarza. Wolontariusz

Akademia Przyszłości

daje dziecku rybę (wyprawkę ufundowaną przez darczyńcę, propozycje konkretnych ćwiczeń i zabaw), wędkę (uczy cennych umiejętności, pomaga odkrywać talenty, zalety i kompetencje), ale przede wszystkim buduje w małym studentie mentalność wędkarza. Dorosły nie zmienia świata, w którym dziecko funkcjonuje i nie usuwa mu przeszkód z drogi, ale uczy, jak sobie w tym świecie radzić. To długoterminowa, kompleksowa pomoc, a nie tylko doraźne zaspokojenie potrzeb.

Od strony organizacyjnej, spotkania w Akademii Przyszłości odbywają się zgodnie z zasadą jeden na jeden. Jeden wolontariusz przez cały rok szkolny pracuje z jednym dzieckiem. Zajęcia odbywają się raz w tygodniu, w szkole do której uczęszcza podopieczny i trwają mniej więcej godzinę.

Kiedy wolontariusz pozna już dziecko, jego trudności i historię, opracowuje indywidualny plan działania. Razem ze swoim studentem tworzy planetę sukcesów oraz jej mapę. Wspólnie decydują nad czym będą pracować, co jest dla nich najważniejsze, w jaki sposób osiągną cele. Nie tylko efekt końcowy, ale sama droga powinna być wypełniona sukcesami i szczerą, dziecięcą radością.

Wolontariusz ma pełną dowolność co do metod, ćwiczeń i zabaw, które wykorzystuje podczas cotygodniowych spotkań. Jeśli zabraknie mu pomysłów, lub nie jest pewny co do ich efektywności, w każdej chwili może skonsultować się telefonicznie z psychologiem lub pedagogiem zatrudnionym w Akademii. Do dyspozycji ma również gotowe scenariusze zajęć na niemal każdą sytuację, a także wsparcie szkolnego zespołu, zwanego Kolegium. Nigdy nie zostaje sam ze swoimi wątpliwościami i trudnościami.

Ilu wolontariuszy, tyle sposobów pracy. Warto pamiętać, że wolontariusz to nie korepetytor. Pracuje nad osobowością dziecka i tak kształtuje podopiecznego, aby sam radził sobie z trudnościami, także tymi w nauce.

Nie pomaga jednak odrabiać zadań domowych z historii, czy powtarzać materiału na sprawdzian z przyrody. Jego rola jest znacznie ważniejsza i szersza. Gry planszowe, bajki terapeutyczne, odgrywanie scenek teatralnych, zabawy terenowe, wycieczki, tworzenie sztuki, uprawianie sportu... To tylko kilka z setek sposobów na zbudowanie w dzieciach pewności siebie, śmiałości, kreatywności, czy odwagi. Najważniejsze jednak są... rozmowa, uwaga i wspólne spędzanie czasu. Kiedy dzieci poczują, że są dla kogoś ważne, ktoś poświęca im swój cenny czas, metody pracy spadają na drugi plan, a cuda dzieją się same.

KAŻDY MOŻE ZOSTAĆ WOLONTARIUSZEM!

Nazywam się Zuzanna Koczorowska. Jestem studentką pedagogiki przedszkolnej i wczesnoszkolnej na Uniwersytecie imienia Adama Mickiewicza w Poznaniu. Moją przygodą w Akademii Przyszłości zaczęła się dwa lata temu, krótko po 18 urodzinach. Przez rok pracowałam jako wolontariuszka, a na studiach zaczęłam działać także jako liderka szkolna. Na początku byłam tylko uczennicą liceum, która kochała dzieci i chciała podarować im część siebie.

Żeby pomagać, nie trzeba być bowiem psychologiem, pedagogiem ani terapeutą. Wystarczy mieć dobre serce, trochę wolnego czasu i chęć bezinteresownej pomocy. Tak było w moim przypadku. Bez problemu przesłam rozmowę rekrutacyjną, wdrożenie dla wolontariuszy i zaczęłam pracę z podopieczną.

Kiedy we wrześniu po raz pierwszy spotkałam Ulę, zobaczyłam nieśmiałą, wycofaną i niepewną siebie dziewczynkę, która uważała, że we wszystkim jest bezradna. Dziesięcioletka pochodziła z wielodzietnej rodziny z problemami. Nie radziła sobie z nauką, przez co już drugi raz musiała powtarzać trzecią klasę. Nie miała przyjaciół, a dzieci zaczęły coraz bardziej się od niej odsuwać.

Kiedy w czerwcu, pod koniec roku szkolnego, żegnałam się z Ulą, miałam przed sobą zupełnie inne dziecko. Radosne, energiczne, kreatywne i świadome swoich zalet. Nowa Ula zgłaszała się do odpowiedzi, startowała w konkursach przedmiotowych, miała wspaniałe koleżanki i odkryła swoje pasje do sportu i rysowania.

Razem z Ulą odbyłyśmy długą, dziesięciomiesięczną podróż, która wcale nie była łatwa. Podczas spotkań pojawiały się wszystkie emocje, nie tylko radość i wdzięczność, ale także smutek, strach, złość, frustracja czy bezsilność. Nie żałuję jednak ani jednej minuty, którą poświęciłam na pracę z Ulą. Ta przemiana była warta każdego wysiłku.

Według statystyk, dzięki Akademii Przyszłości 85% dzieci poprawia swoje wyniki w nauce, 84% chce się uczyć, a 82% podopiecznych potrafi nazwać swoje mocne strony. Oprócz tego dzieci odkrywają swoje pasje, marzenia i talenty. Uczą się, jak w mądry sposób radzić sobie z trudnymi emocjami oraz jak nawiązywać wartościowe znajomości i przyjaźnie. To niezastąpione kompetencje, które zapewnią podopiecznym całkiem nowy start w życiu.

CO ZYSKUJĄ WOLONTARIUSZE AKADEMII PRZYSZŁOŚCI DZIĘKI SWOJEJ PRACY?

Akademia Przyszłości daje wiele nie tylko dzieciom, ale także wolontariuszom. Dzięki niej sama bardziej uwierzyłam w siebie. Przecież jeśli mogę zmienić życie dziecka, mogę wszystko!

Po każdym spotkaniu wolontariusze wypełniają Indeks Sukcesów. Za każdym razem do Indeksu musi zostać wpisany co najmniej jeden sukces dziecka z minionego tygodnia lub spotkania. Jest to lekcja dostrzegania i doceniania nawet najmniejszych osiągnięć. W XXI wieku przyjęło się, że sukces to coś wielkiego,

przełomowego, widocznego z daleka. Wszyscy chwalą się na Instagramie podróżami dookoła świata, założeniem firmy, marki odzieżowej, czy wydaniem książki. Akademia nauczyła mnie się dostrzegać sukcesy w całkiem małych, z pozoru nieistotnych rzeczach. Celebrowanie niewielkich kroków czyni nas szczęśliwszymi. Dzięki temu powoli, bez presji przesuwamy się w kierunku kamieni milowych.

Co jeszcze Akademia daje wolontariuszom? Masę wspólnych znajomości, ponieważ ta organizacja składa się z samych ciekawych, wartościowych ludzi. Kreatywność, cierpliwość, spokój, optymizm, nowe pasje, wyrozumiałość, spokój, mądrość. Akademia Przyszłości na zawsze zmienia ludzi.

JAK ZOSTAĆ WOLONTARIUSZEM AKADEMII PRZYSZŁOŚCI?

To bardzo proste! Wystarczy wejść na stronę akademia-przyszlosci.org.pl i wypełnić krótki formularz. Kandydat musi odpowiedzieć na dwa pytania: „Dlaczego chcesz być wolontariuszem Akademii Przyszłości?” oraz „Które z Twoich umiejętności i cech, Twoim zdaniem, mogą Ci się przydać do realizacji roli wolontariusza Akademii Przyszłości?”. Potem wystarczy czekać na telefon od lidera, który przeprowadzi bezstresową rozmowę rekrutacyjną.

Jeśli rozmowa przebiegnie pomyślnie, następnym krokiem jest kilkudniowe wdrożenie online. To szkolenie dla przyszłych wolontariuszy, które ma wprowadzić do roli tutora, zapoznać z zadaniami, zasadami Akademii Przyszłości i rozwiązać wszelkie wątpliwości. Wdrożenie to jednak przede wszystkim dobra zabawa i możliwość poznania podobnych do siebie ludzi.

Po wdrożeniu pozostaje już tylko czekać na przydzielenie podopiecznego i rozpoczęcie pracy! Pamiętajcie, każdy z nas może być zmianą dla dzieci, które w siebie nie wierzą!

ZUZANNA KOCZOROWSKA

Kosze i dekoracje z wikliny

Pokaz wyplatania i wystawa prac konkursowych, kiermasz oraz inne atrakcje wpięły się w odbywające się w dniach od 5 do 7 sierpnia II Mistrzostwa Polski w Wyplataniu pod honorowym patronatem marszałka województwa wielkopolskiego Marka Woźniaka. W Muzeum Wikliniarstwa i Chmielarstwa w Nowym Tomyszu zjawiała się także ekipa naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej w Grońsku. Wydarzeniu towarzyszył Ogólnopolski Konkurs Plecionkarski im. Jana Bartosiewicza.

Organizatorem II Mistrzostw Polski w Wyplataniu było Ogólnopolskie Stowarzyszenie Plecionkarzy i Wikliniarzy w Nowym Tomyszu, a współorganizatorem – Muzeum Narodowe Rolnictwa i Przemysłu Rolno-Spożywczego w Szreniawie. Partnerem wydarzenia był mię-

dzy innymi Powiat Poznański oraz Powiat Nowotomyski.

Jak równy z równym uczestnicy WTTZ w Grońsku wyplatali swoje prace w następujących kategoriach: kosz, galanteria, abstrakcyjna forma dekoracyjna, tradycyjna forma dekoracyjna, plecionki z innych materiałów i surowców. Konkurs był okazją do spotkania plecionkarzy z całej Polski i zobaczenia na żywo ich pracy. Dzięki temu wzbogacono swoją wiedzę plecionkarską oraz warsztat pracy, a także przekonano się o integracyjnym i terapeutycznym wpływie wikliny na nasze życie. Dziękujemy organizatorom za dyplomy, nagrody i opiekę podczas całego wydarzenia. Dni te pozostaną na długo w naszych sercach.

MARIOLA WITCHEN
INSTRUKTOR TERAPII ZAJĘCIOWEJ
WTTZ W GROŃSKU

Aktor



FOT. (2X) ARCHIWUM WTTZ W GROŃSKU

w całej okazałości

Arkadiusz Nowicki jest bardzo kolorową osobistością. Arkadiusza jest wszędzie pełno. Jest bardzo rozmowny i towarzyski, zaczepia wszystkich, kogo spotka i gdzie tylko ich spotka. Arek jest też bardzo otwarty w swoich rozmowach; potrafi zapytać swego rozmówcę o bardzo prywatne rzeczy oraz sam opowiada prywatne historie ze swego życia.

Charakterystyczną cechą Arkadiusza jest jego słomiany zapal do pracy. Potrafi zasypać terapeutę czy mamę propozycjami różnych prac i zajęć, które chciałby wykonać. Kiedy jednak jego propozycja zostanie uwzględniona i Arek zabiera się do pracy, jego zapal gaśnie tak szybko jak się pojawił. Bywa, że czasami jeszcze szybciej.

Arkadiusz uwielbia pozowanie do zdjęć i uczestniczenie jako aktor w nagrywaniu różnych filmów w placówce. Bardzo przeżywa każdy swój występ, denerwuje się, dużo o nim mówi, zadaje wiele pytań, jak ma wystąpić i zagrać, analizuje, co ma powiedzieć. W krótkich etiudach produkowanych w trakcie zajęć terapeutycznych, początkowo jest bardzo spięty i nieśmiały, po chwili rozwija się w całej swojej okazałości i płynie w wywiadach jak wytrawny aktor.

TOMASZ POPADOWSKI



Codziennie pod górę⁽³⁷⁾

Lubię metafory. Ostatnio pisałam, że idę nie tyle pod górę, co po płaskim terenie. Czuję, że osiągnęłam pewnego rodzaju szczyt swoich możliwości bycia „normalną” mimo choroby psychicznej. Na tym płaskim terenie są rozległe równiny, a czasem nadal ostre wertepy z kamieniami raniącymi bose stopy. Daleko leżą rozrzucone buty, nie sposób po nie sięgnąć.

Były wertepy ostatnio, niekończący się dla mnie, choć krótki okres dziwnej pustki, obojętności, braku uczuć do Marka. On widząc mój dystans też lekko się odsuwał, a ja czułam się jeszcze gorzej. Nie umiałam tym razem, jak zawsze, po prostu podejść do niego, przytulić się, powiedzieć, że mi źle. Chciałam być silna, sama, nie czułam dawnego zaufania do Marka – to było bardzo trudne: jakby moja równina stała się palącą pustynią z tymi kaleczącymi odłamkami skał. Dziwne to było też, bo nie odsunęłam się jak zazwyczaj od wszystkich, nie tylko od Marka, ale pisałam z Nikołą, Dorotą. Wymyślałam jakieś konwencjonalne teksty, że my kobiety musimy się trzymać razem, że z mężczyznami nie sposób się dogadać, bo to „inny świat”. Można powiedzieć, że

wszystkie kobiety, nie tylko te ze schizofektywnymi zaburzeniami miewają kryzysy w związkach. Pewnie tak, tylko że ja przeżywałam to bardzo silnie. Terapeuta zawsze mówił mi, że żyję w wykreowanym przez siebie świecie, że przeżywałam emocje wynikające z tych wyobrażeń, nie z realnego świata. I miał rację. Od prawdziwych zdarzeń i doświadczeń uciekam, boję się ich. Pragnę wrażeń, urozmaichenia, a wyprawa do galerii oddalonej o 500 metrów od domu, no właśnie – to wyprawa i powód do stresu.

Jednak poczyniłam pewien krok w stronę realnych doświadczeń, a właściwie to one zrobiły krok w moją stronę. Jedziemy z Markiem, jego siostrą i siostrzenicą na kilka dni na Roztocze. Marek chciał mnie „wypchnąć” samą z nimi, ale uparłam się i stanowczo powiedziałam, że pojedzę tylko wtedy, gdy i on pojedzie. No i mamy za dwa tygodnie jechać. Lokum zarezerwowane. Dziś nie odczuwam w związku z tym niepokoju, ale szczerze, trochę boję się, jak będzie przed samym wyjazdem. Nie raz rozmawiałam z jego siostrą, choć nie jesteśmy przyjaciółkami, że mam swoje gorsze okresy. Ona wie o mojej chorobie. Naprawdę złości mnie, że nie umiem jak większość ludzi po prostu cieszyć się z wyjazdu, lecz od razu analizuję: jak się czuję, jak się będę czuła. Chore to, faktycznie.

Dziś i tak mam lepszy dzień w jednym z tych dobrych okresów. Rozkręciłam się faktycznie z nowymi kobietami znajomościami i mam już trzecią bliską znajomą. Już w tej chwili włącza mi się analiza: czy ja uważam, że im więcej znajomych, tym lepiej? Czy jak zwykle boję się odrzucenia i bezpieczniej jest mieć trzy znajome niż jedną? Bezsensowne pytania, które towarzyszą mi nawet w tych lepszych momentach. No właśnie, trzecia znajoma – Basia. Właściwie to nie znajoma tylko kuzynka, z którą odnowiłam kontakty. Tak jak Nikola jest sporo młodsza ode mnie, ale nie aż tyle. Nikola mogłaby być moją córką, Basia jest

trochę starsza. Podobnie jak ja lubi metafory. Przysyła mi swoje zapisane wiersze, myśli i krótkie teksty, a ja nierzadko czytając je płaczę. Dalej mam łzy w oczach, gdy przypominam sobie niby prosty fragment jednego z tekstów: „straciłam nadzieję, że kiedyś, pobiegniemy razem, ręką w rękę, poziomo i wzdłuż...”. Ciekawe te jej treści, budzące refleksje. Kiedyś czytałam dużo poezji, dziś trochę jej unikam. Może właśnie ze względu na uczucia, których i tak u mnie zawsze za dużo. Asia też jest w trudnym związku, tak jak Nikola. Ale czy są łatwe związki? Byłyśmy wczoraj z Asią na obiedzie. Wspaniale się czułam siedząc z nią na dworze przy pięknej pogodzie. Polubiłam ją bardzo. Ona chyba też mnie lubi.

Wreszcie mam kontakty ze swoją rodziną i to ostatnio nawet dość częste. Wybieram się w przyszłym tygodniu „obejrzeć” nowego członka rodziny. Dziś odebrałam zamówioną kolorową karuzelę nad jego łóżeczko. A Basia? Basia jest cudowna. Wcześniej z okazji imienin jej bliscy otrzymali ode mnie prezenty, a ona za każdym razem pisała, że im się podobały, że naprawdę się cieszyli. Wiedziała, jak długo je wybierałam. Bardzo zależy mi na kontaktach z rodziną. Zerwały się one całkowicie w okresie, gdy piłam. Teraz, chyba od dwóch lat, pomalutko je odbudowuję. I jeszcze jedna rzecz bardzo mnie wzruszyła: Basia na nasze spotkanie wybrała miejsce, gdzie nie serwują alkoholu, z szacunku na mój problem. Mamy się znowu spotkać w przyszłym tygodniu, bardzo się cieszę.

Wczoraj zaczęły się w moim mieście letnie imprezy. Może i dziś z jeszcze inną znajomą oraz Dorotą wybierzemy się wspólnie. Ta czwarta znajoma (więc może jednak chodzi o liczbę), to też bliska koleżanka, choć nie tak, jak te trzy. Rozstała się ostatnio z mężczyzną po ośmiu latach znajomości i trochę ją wspierałam. Ona mnie kilka razy wcześniej też, gdy miałam trudniejsze okresy z Markiem. Często denerwuje mnie, że życie wielu moich koleżanek

i moje własne ciągle obraca się wokół facetów. Co powie-dział? Co zrobił? Czego nie zrobił? Widzę, że im bardziej nie skupiam się na Marku, tym lepiej między nami. Gdy mam udany dzień, bo dobrze poszło pisanie, miło z kimś pogadałam, nie denerwuje mnie, gdy zmęczony Marek zasiada w fotelu i gra. Zamienimy kilka miłych zdań, podam mu obiad i jest naprawdę fajnie. Gdy nie miałam tego swojego świata, w takich momentach pełna złości, a nawet czasem nienawiści, wpatrywałam się w jego plecy i nawet nie miałam ochoty odpowiadać, gdy zagadywał. Czasem też złościł mnie, że mam wrażenie, iż często nadal zachowuję się na emocjonalnym poziomie jak nastolatka: a mój chłopak to, a mój chłopak tamto. Teraz już jest lepiej, ale chyba nie akceptuję tej infantylnej dziewczyny we mnie, która czasem się pojawia. Brakuje mi też takiej zwykłej, bez trosk i radości. Nie wiem, jak to wytłumaczyć, bo przecież cieszę się z różnych rzeczy, jak na przykład z kontaktów z Basią czy innymi znajomymi. Ale nadal tęsknię za tym początkiem romantycznej miłości z Markiem, gdy wierzyłam, że jest moim całym światem i zawsze będzie. Pewnie dojrzałam i teraz kocham go tak naprawdę równie mocno, tylko tak jak dorosła, prawdziwiej. Nie kocham wyobrażenia o idealnym Marku, ale jego samego, także z jego wadami. Bez nich nie byłby sobą. Może potrzebny był ten okres pustki uczuć do niego, by dojrzeć. Może w tę pustkę weszło coś bardziej prawdziwego?

Przyznam, że analiza związków: swojego i innych to moja pasja. Psychologia, którą wybrałam jako kierunek studiów jest jej odzwierciedleniem. Niestety, nie chroni mnie przed błędami ani nie zawsze pozwala obiektywnie spojrzeć na relacje innych, wszakże pomaga mi bardzo. Ciekawa jestem, jakie Wy macie bliskie relacje, jakie w nich dostrzegacie problemy, co Was cieszy. Na ile przeszkażda Wasza niepełnosprawność? Czy też rozsypuje czasem przed Wami ostre, raniące kamyczki na drodze? S.A.



FOT. KAROLINA KASPRZAK



Zbigniew M.
Nowak
KOŁOBRZEG

Szczygieł⁽⁵⁰⁾

– Nerki. Napieprzają mi nerki! W nocy miałem krew w moczu. Teraz ten ból... Pomóż mi, kurna...

– Co ja ci mogę pomóc? Do-stajesz już antybiotyk – przy-pomniała.

– Daj mi coś przeciwbóło-wego.

– Zgłupiałeś? Chcesz się otruć?

– A nawet gdyby... to co?

– Jesz? – spytała katego-rycznym tonem.

– Już ci powiedziałem.

– Głód doskwiera? – zapy-tała.

– Trochę – przyznał Marek.

– Trzeba było wygrać z mo-netą.

– Pech.

– Jak się tak leży, to jeść się nie chce – powiedziała, nabierając gulaszu. – Musisz szybko szamać, bo ci wysty-gnie – uprzedziła.

– Zimniejsze już nie będzie. – Marek ledwie zdążył powie-dzieć.

– Mój też lubi, jak obiad jest chłodniejszy – rzekła. Na jej smagłej twarzy ujętej w gład-ko przyлизane kruczoczar-ne włosy i w orzechowych oczach pojawił się wyraz uwielbienia. – Dziś Geniś startuje w zawodach.

– Jest sportowcem? – ode-zwał się Hubert. Kasza coś jednak przestała mu smako-wać.

– Biegaczem – odrzekła.

– Na jakich biega dystan-sach?

– Biega w terenie.

– Maratończyk?

– Wiesz, co to jest zielony sport?

– Zawody w zbieraniu grzy-bów?

Pielęgniarka parsknęła śmiechem. Pełna łyżka gula-szu wypadła jej na poduszkę i brode Marka.

– Hölåder! – zaklęła i zgar-neła makaron. – Będziesz miał płamę... – Spróbowała wytrzeć serwetką, ale bez skutku. Więc wróciła do roz-mowy. – A orienteering? – za-pytała.

– Orienteering? – Hubert

nie do końca był rozeznanym. – Pierwsze słyszę. Jakaś pogoń za lisem?

– A słyszałeś o biegach na orientację?

– Co nieco.

– No to już coś. Właśnie dzisiaj odbędą się mistrzostwa Europy w biegach na orientację – wyjaśniła, nie przerywając podawania obia-du.

– Gdzie? W tych lasach?

– A co ty chcesz od tych lasów? Można wejść i przez pół roku drogi do domu nie znaleźć. W tamtym roku Gieś był pierwszy – pochwaliła się głosem pozornie obojętnym. – Było o nim w gazecie. Długi wywiad zrobili. Należało się mistrzowi. Jesz czy nie?

– Jak mam jeść, skoro cały czas jesteś zajęta? – odrzekł Marek.

– Mówię, nie? Dzisiaj też ma szansę. Tylko żeby nie przyjechał ten Kurt z Danii albo z Kopenhagi... chõlipa go wie...

– Gosiu, proszę cię – jęknął Kamil – daj mi chociaż jakiś ibuprom.

– Ibuprom ci nie pomoże, nie wygłupiaj się!

– By cię!

– Tak, chłopaki... niektórzy to potrafią biegać... A wy? Musicie tak pleśnieć w tych betach?

– Nam brawurowe akcje już tylko na szachownicy pozos-tały – rzekł Marek, zerkając na talerz głodnym wzrokiem.

•

– Boli mnie, a tej kręcidupy nawet nie słysząc – skrzywił się Kamil, niecierpliwie zer-kając na drzwi.

– Gośki? – domyślił się Hu-bert.

– A kogo? Już dawno po-winna być z tramalem.

– To co ona sobie myśli?

– A czy ta pinda w ogóle myśli?

– Na wszystko trzeba cze-kać, pieprzony los...

– Kiedy ostatnio miałem atak kolki, myślałem, że zej-

dę, nim ktoś do mnie przy-szedł – rzekł Marek. Seplenił z fiką w ustach. – Natychmiast potrzebna była mi pomoc. Zadzwoiłem do mojego le-karza. Jeszcze nie przyjmo-wał. Zadzwoiłem później. Nie mógł odebrać telefonu, bo akurat kogoś badał i pie-lęgniarka mnie spławiła. Za-dzwoniłem za dziesięć minut. I tym razem nie w czas, bo lekarz musiał akurat pilnie wyjść. Odczekałem. Zadzwoiłem kolejny raz. Odebrała pielęgniarka i poprosiła, że-bym zadzwonił za pięć minut, bo linia telefoniczna do gabi-netu zajęta.

Poczekalem pięć minut i dzwonię. Odebrała pielę-gniarka i poprosiła, żeby-m chwilę poczekał, lekarz po-dejdzie do telefonu, bo tamta linia jednak jest uszkodzona. Poczekalem przy słuchaw-ce... Mama przy mnie obok i się denerwuje... Po pięciu minutach lekarz podszedł do aparatu. Wysłuchał mnie cierpliwie, ze zrozumieniem, i zaproponował leczenie spe-cjalistyczne. Obiecał wystawić mi skierowanie do gastrologa i poradził, żeby-m skontakto-wał się z nim telefonicznie i przedstawił mu swoją sytu-ację. Ojciec zaraz po tej roz-mowie poszedł do przychodni po skierowanie. Niestety, skie-rowania nie było, bo lekarz dostał pilny telefon i musiał le-cić... Nie zdążył wypisać albo wypisał je i położył nie wiado-mo gdzie. Miał być następ-nego dnia, od dziewiątej. Ojciec wrócił do domu z niczym. Po-stanowiłem nie czekać do na-stępnego dnia i działać, jak-bym już to skierowanie miał. Jeden telefon wystarczył, żeby ustalić numer do gabinetu gas-trologa. Dzwonię. Niestety, nie może podejść, bo akurat robi gastroskopię i, wiado-mo, nie zostawi pacjenta, ale ustami pielęgniarki podaje numer prywatny i proponuje, żeby zadzwonić wieczorem do domu.

– Trzeba było dzwonić po pogotowie, tobyś usłyszał, że lepiej będzie, jak przyjdiesz sam – cierpko rzucił Kamil.

Marek wyczerpał się mó-wieniem. Chwilę odpoczywał

i kiedy wyrównał oddech, za-czął mówić dalej:

– Wieczorem dzwonię do gastrologa. Odbiera żona. Nie ma go, bo wyszedł na spacer z psem. Za pół godziny będzie na pewno. Mama z ojcem pa-trzą na mnie coraz bardziej zaniepokojeni. Dzwonię za godzinę. Jest. Przedstawiam się, swoją sytuację i proszę o wizytę. Gastrolog, sympatyczny człowiek, tłumaczy mi, że specjaliści nie chodzą po domach. Proponuje wizytę w swoim gabinecie i mówi, że przyjmie mnie leżącego na noszach, tylko lepiej, żeby-m wcześniej się zarejestrował. Na koniec wymienia mi, jakie badania wpierw muszę zro-bić... Jest już późno i załatwia-nie z lekarzem zlecenia na badanie krwi, o które między innymi chodziło, zostawiam na następny dzień.

– A następnego dnia od nowa? I jeszcze wszyst-ko grzecznie, spokojnie i z uśmiechem, żeby nie powie-dzieć: przymilnie?

– Jak kto uprzejmy z natury, to nie ma problemu – rzucił Kamil. – Ja to się zaraz spie-niam jak jasna cholera. A naj-gorzej jest w piątek. Trzeba mieć tupet, żeby chorować w weekend!

cdn.



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

„Darz Bór” – tam był nasz piknik

Warsztat Terapii Zajęciowej w Czeszewie 14 lipca zorganizował piknik rodzinny dla wszystkich uczestników wraz z rodzicami, opiekunami, terapeutami i pracownikami Warsztatu. Taki piknik nasz warsztat organizuje już od kilku lat. W tym roku spotkanie odbyło się w Miłosławiu, blisko w lesie, przy zamku myśliwskim,

z restauracją i hotelem „Darz Bór”.

Wybrałem się na ten piknik i ja, bo akurat dobrze się czułem i pomyślałem, że może wyjazd dobrze zrobi. Ale bez rodziców, bo są już w bardzo podeszłym wieku i schorowani. Po uczestników jeździł nasz warsztatowy samochód, a rodzice przyjechali własnymi pojazdami. Na pikniku było ciasto, kawa

lub herbata. Był też deser i pizza, którą tak lubią nasi uczestnicy. W międzyczasie nasi terapeuci wzięli nas uczestników na mały spacer po ośrodku, a rodzice mieli okazję, aby sobie porozmawiać z panią kierowniczką naszego Warsztatu. Był czas, aby sobie posiedzieć, odpocząć trochę i pogadać.

ZBIGNIEW STRUGAŁA
UCZESTNIK W TZ W CZESZEWIE



FOT. ARCHIWUM W TZ W CZESZEWIE



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Halina Koselska-Kubiak, pedagog specjalny, prowadząca w szkole integracyjnej w Wiedniu zajęcia katechetyczno-duszpasterskie z udziałem dzieci z niepełnosprawnością intelektualną – w jednym ze swoich uczniów odkryła niezwykle talent rysownika i malarza.

Jest nim piętnastoletni Aram Martirosjan (na zdjęciu), urodzony w Armenii, dotknięty wielostawowym, reumatoidalnym zapaleniem stawów. Porusza się za pomocą wózka inwalidzkiego, pozostaje pod opieką jego mamy i wiedeńskich lekarzy.

Dzięki Pani Halinie mogliśmy już trzykrotnie opublikować w „Filantropie” oryginalne dzieła Arama: w wydaniu grudniowym w 2021 roku, str. 18 i 19 oraz w dwóch wydaniach w roku 2022 – w styczniu, str. 14 i w maju, str. 10.

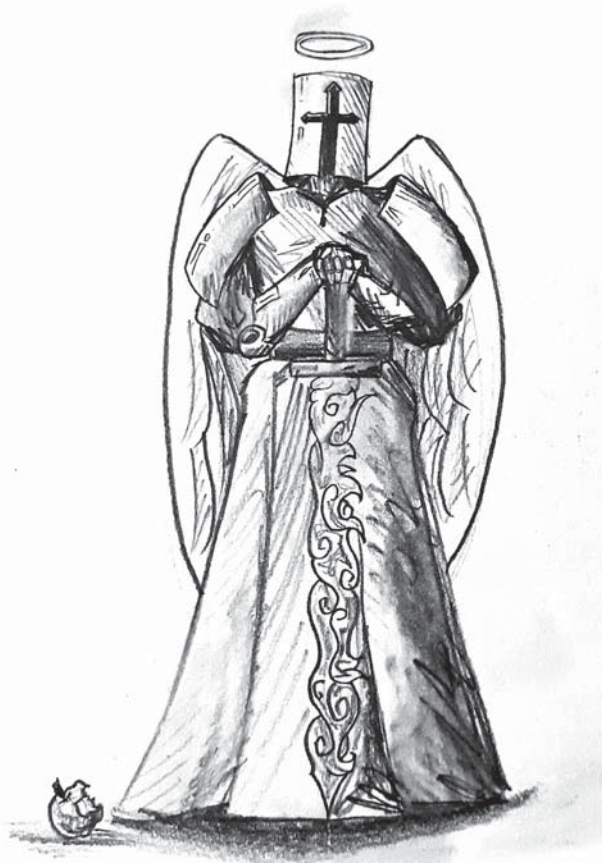
Wychowawczynie i opiekunka Arama udostępniła kolejne jego prace. **MB**



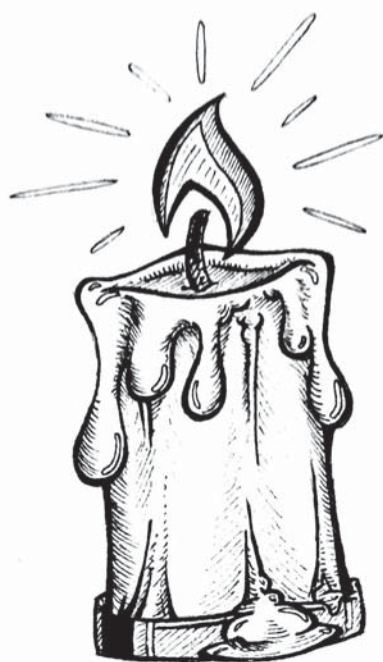
Tytan, w mitach greckich inaczej Atlas, skazany przez Zeusa na dźwiganie sklepienia niebieskiego na barkach.



Piętnastoletni artysta



Anioł strzegący bram raju, po opuszczeniu go przez Adama i Ewę. Anioł trzyma w dłoniach miecz ognisty.

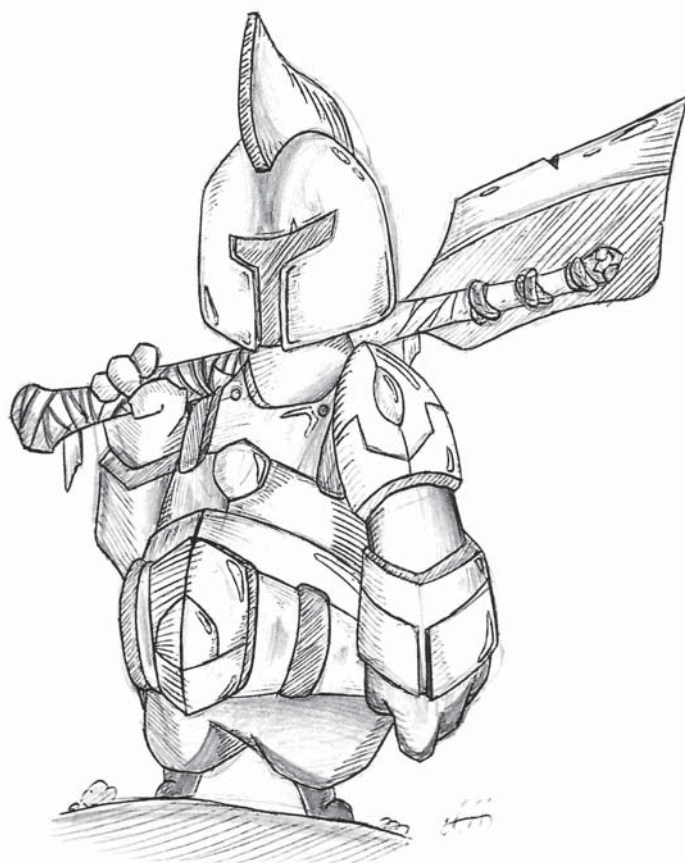


A M

Płonąca świeca. Rysunek wykonany do tematu „Nadzieja”.



Piętnastoletni artysta Aram Martirosjan.



Uzbrojony wojownik, w hełmie i pancerzu – zarazem straszny i groteskowy.

W ogrodzie botanicznym

„Babcu – to wiewiórka” – „Bradośnie zawołała mała dziewczynka. A po chwili: „Ja też chcę mieć rude włosy” – odpowiedziała babcia. „W cebuli to ja nie chcę, bo będę płakała” – powiedziało dziecko. Na co babcia. Na co babcia: „No to musimy iść do fryzjerki, żeby nałożyć farbę”. A widząc, że ja słyszę, powiedziała w moją stronę: „Ona to, co widzi, zaraz chce, ale zanim dojdziemy do domu, to zapomni”.

Na innej ścieżce idą dwie dziewczynki, jedna z nich ma dziwnie wzdętą na brzuchu sukienkę. Z pewnością podpadające było moje wpatrywanie się, skoro druga dziewczynka, ubrana w spodnie i koszulkę, wyjaśniła: „Ona ma takie majtki, że może wkładać kasztany”. A z kasztanów powstaną ludziki i zwierzątka. Po chwili ta z brzuskiem zapytała, śmiejąc się: „A pani myślała, że mam dzidziusia?”.

W innym miejscu stoi kamieńna rzeźba: przytulona do siebie para pod parasolem. „Parasolem przeciw słońcu” – powiedział mały chłopiec. „Ja myślę, że to parasol przeciwdeszczowy” – powiedziała jego mama. Chłopczyk aż podskoczył z radości: w parasolu są duże dziury, to by byli z mokrzy. A słońce to fajnie, jak przyświeca”.

I tak co ścieżka to inny obrazek, dziecko z babcią albo z mamą na spacerze. A wokół przepiękne tło, utworzone przez jesienne ubarwione drzewa i różnobarwne drzewa i różnobarwne kwietne rabaty.

Co można sądzić o dziew-

czynce zafascynowanej wiewiórką? To miłe, gdy dziecko w taki sposób pragnie utożsamić się ze zwierzątkiem. Nie odczuwa obcości, ale bliskość z nim. A że szybko odmienia swoje pragnienia? U trzyletnich dzieci (tyle mogła mieć dziewczynka) to zwykła sprawa, jakkolwiek nie dotyczy każdego dziecka. Niektóre trzylatki są wytrwałe i uparte w swoich dziecięcych pragnieniach i dorośli nie mogą na to liczyć, że na przykład dziecko zapomni o danej mu obietnicy.

A dziewczynka z kasztanami? No cóż, okazała się pomysłowa i w dodatku dowcipna. Z pewnością dobrze się bawiła, gdy dorośli wpatrywali się w jej nieforemny brzuszeczek. Być może koleżanka jej zazdrościła?

Z kolei chłopczyk patrzący na rzeźbę był niewątpliwie spostrzegawczy, bo przy pierwszym wejrzeniu owe otwory w kamiennym parasolu są mało widoczne. I jaka to radość, kiedy będąc maluchem, można poczuć się mądrzejszym od zazwyczaj wszystkowiedzących dorosłych!

Tak to obserwowanie dzieci w plenerze może być bardziej interesujące, szczególnie w tak barwnej scenerii, jakiej dostarcza jesień w ogrodzie botanicznym.

„Pójdziemy do tego ogrodu na „bo”? – zapytał mały Piotrek, który jeszcze dobrze nie umiał mówić, ale już dobrze zapamiętywał piękno zwiedzanych miejsc.

IRENA OBUCHOWSKA
Z KSIĄŻKI „NASZE DZIECI”.
JAK JE KOCHAĆ I ROZUMIEĆ



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Spacer po Poznaniu

Wczoraj byliśmy na wycieczce po Poznaniu. Było nas bardzo dużo i było miło. Najpierw jechaliśmy autobusem, a potem szliśmy koło Centrum Kultury Zamek. Tam remontują ulicę i jest ciasno.

Zrobiliśmy sobie zdjęcia w ogrodzie i było śmiesznie, bo nie potrafiliśmy się ustawić do zdjęcia. Potem wybraliśmy się na spacer po parku,

gdzie była piękna fontanna. Tam też mamy zrobione zdjęcia. Gdy już pochodziliśmy, poszliśmy coś zjeść. Jedliśmy pyszne hamburgery. Wszystkim się podobało i wróciliśmy najedeni. Lubimy takie wycieczki. Poznań jest moim ulubionym miastem, bo jest piękny.

PIOTR WOJCIECHOWSKI
UCZESTNIK ŚDS „ISKRA”
W POZNANIU





A.M. Krystosik
Gromadzińska
SZCZECIN

14.08.2022 R.

Dziś mija rok od drugiego przeszczepu nerki Pawła. Spała nam ona z nieba, zupełnie nieoczekiwanie wtedy, gdy już straciliśmy nadzieję. W letnią noc, gdy cieszyliśmy się ciepłem i spokojem, koło godziny 21 zadzwonił wyczekiwany przez lata dializ telefon. Radość, nadzieja, strach, niepewność, złość, zniechęcenie, zmęczenie, niepokój, uśmiech i łzy, towarzyszyły nam przez ostatnie 12 miesięcy po przeszczepie.

Nie był to łatwy czas. Przez pierwsze pół roku jakoś nie mógł się Paweł „dogadać” z nową nerką. Szpital był naszym domem. Z czasem jednak wyniki ustabilizowały się i do naszego życia wróciła swego rodzaju stabilizacja. Nowe ograniczenia, nowe zagrożenia zostały oswojone. Oczywiście problemy się nie skończyły, bo z racji obniżonej odporności, Paweł zaczął chorować, ale z pomocą warszawskich i szczecińskich lekarzy, pokonywaliśmy kolejne wyzwania. I wciąż staczymy kolejne mniejsze i mniejsze

bitwy, ale jest dobrze i mamy solidne wsparcie.

Wdzięczni jesteśmy losowi, że postawił na naszej drodze tak dobrych i oddanych ludzi. Ratowali Pawła z niejednej opresji. Walczyli o nerkę. Lekarze, pielęgniarki, rehabilitanci, znajomi i najbliżsi, rodzina, wspierali nas na każdym kroku.

Dziś w szczególny sposób dziękujemy naszej Pani Doktor prowadzącej. Dziękujemy też naszej Pani Doktor szczecińskiej, która czuwa cały czas. Od pierwszych dni życia Pawła, zawsze służy nam pomocą i dobrą radą.

Półowa lipca to czas świętowania nie tylko rocznicy przeszczepu, ale także urodzin Pawła. Nie chce się wierzyć, że to już 16 rocznica. Kiedy ten czas zleciał? Nie wiadomo. Z uśmiechem spoglądam w przeszłość, przypominając sobie małego „Gugusia”, który nieustraszonego poznawał świat. Pomimo choroby, wszystkich trudnych chwil, często braku sił, nasz Paweł radośnie kroczył przez życie. Teraz spoważniał, może trochę posmutniał, ale odbudowuje formę, a wakacje pozwalają nam odpoczywać, nie tylko od po przeszczepowych przeżyć, ale też od codzienności pełnej pośpiechu, pracy, zarzanych nocy.

Zbieramy siły na jesień. Mamy w planie powroty: powrót do szkoły i do pracy. Co



Pierwsza rocznica drugiego przeszczepu

prawda na dobre się z nimi nie pożegnaliśmy, ale z powodu pandemii i potem hospitalizacji były one na bardzo dalekim, drugim planie. Spoglądamy więc w przyszłość z nadzieją, wierzymy, że się uda. Bo nawet za nauką i za pracą od świtu do wieczora można się tęsknić.

Zanim jednak znajdziemy się w klasach, salach wykładowych, każde z nas po innej stronie katedry, to cieszymy się jeszcze latem. Można powiedzieć, że rozpieszcza nas w tym roku. Tak długo utrzymujących się temperatur powyżej 30 stopni nie pamiętam.

Korzystając z ostatnich dni wakacji ruszamy w góry. Może będzie trochę chłodniej. Na pewno będzie bliżej nieba. Tym razem Gorce. Daleko od domu, ale podjęliśmy to wyzwanie. Trzeba na nowo nauczyć się korzystać ze świata. Jak zwykle z bagażnikiem załadowanym po sam dach, jedziemy na wakacje.

WAKACJE 2022

Wakacyjny czas płynie inaczej. Pomimo stałych pór brania leków i konieczności przestrzegania innych zaleceń, rozkład dnia bardzo różni się od codzienności. I o to chyba właśnie chodzi. Na ile się da, trzeba się starać zmienić nie tylko otoczenie, ale i wszystko inne.

Od czego więc zaczyna się wakacyjny dzień? Od spaceru o 6 rano. Świat jest wtedy inny. Na szlakach i pobliskich łąkach nie ma ludzi, są za to zwierzęta. Leniwie skubią trawę sarny, w pierwszych promieniach słońca wygrzewają się koty, śpiewają ptaki, a przestraszone obecnością człowieka bażanty zrywają się z krzykiem. Nad górami snują się jeszcze poranne mgły, słońce hojnie sypie złotem. Trawa jest mokra od porannej rosy i skrzy się milionami kropli. Powietrze przyjemnie chłodne po nocy, aż chce się wdychać. Ciśsze poranka przerywa co jakiś czas przeciągły gwizd pociągu, który schowany między drzewami, mknie po torach w dolinie. Poranek jest poza tym tak

cichy i spokojny, aż się nie chce wierzyć, że jest prawdziwy.

Gdy uda się człowiekowi stanąć w zachwycie, zatrzymać się naprawdę, to dzieje się magia poranka. Szepczą kamienie. Te, które leżą na ścieżkach, po których przeszło już

robi się ciemno, tak ciemno, że nie widać czubka nosa, można zacząć oglądać niebo, a na nim gwiazdy. Przy odrobinie szczęścia można zobaczyć te, które spadają z nieba. Lecą jak szalony, by nagle zgasnąć. Można stać pod tym niebem i patrzeć.



FOT. (X) ARCHIWUM RODZINNE

tyle stóp. Szepczą szemrząc kamienie w górskich rzekach i te, które góry tworzą. Szepczą kamienie wmurowane w stare domy. O poranku szepczą najgłośniejsze. Były świadkiem tylu historii, widziały i słyszały nie jedno.

O poranku kamienie witają się ze słońcem, pozdrawiają się wzajemnie, witają się ze światem, który je otacza. Kamienie szepczą o ludziach, czasami zwracając się do nich. Szepczą o dobru, o miłości, o czasie, który jest, a go nie ma. Kamienie szepczą o tęsknotach, o smutkach i radościach. Całkiem jakby były ludźmi, a może to ludzkich przeżyciach szepczą.

Podobnie cicho i magicznie spokojnie jest po zmroku. Gdy

Zapatrzeć się i zamyślić. Kamienie znów szepczą, żegnają się z dniem i witają z nocą. A gdy weźmie się je do ręki, są ciepłe. Mają w sobie promienie słońca. Letnie noce pełne są zapachów okolicznych sadów. Zamykając oczy ma się na wyciągnięcie ręki śliwki i morele, a aromat kwiatów jest tak silny, że aż się kręci w głowie. Od czasu do czasu zalsnią kocie oczy, a może nie tylko kocie. Lepiej się trzymać blisko w domu. W okolicy wilki zagryzły owce.

Wakacyjne sierpniowe dni są gorące, tak gorące, że iść można tylko powoli szukając chłodu cienia i rzeźkości wody w górskich potokach. Przestają śpiewać ptaki, milkną rozmowy, roztapiają się myśli, nawet

kamienie cichną, gdy żar się leje z nieba. Powietrze zdaje się drgać. Można tylko iść noga za nogą, prawie mechanicznie posuwając się przed siebie. A „niemyślenie” pozwala odpocząć. Od wszystkiego. Wdech, kilka kroków, wydech, wdech. Ciało uspokaja się. Wpada w pewien rytm. Dopasowuje się do świata. Po to są wakacje, nasze wakacje. Nie polegają już one na zdobywaniu i odkrywaniu za wszelką cenę. Polegają na znajdowaniu siebie i świata, i wracaniu, przypominaniu sobie, że wokół jest tyle piękna. Zawsze można się przecież zatrzymać. Spójrzeć w niebo, w prawą i lewą stronę. W górach jest tyle niespodzianek, tyle widoków, które zapierają dech w piersiach. Szczególnie w tych niższych, mniej popularnych, w których można iść wiele godzin nie spotykając nikogo. A jeżeli się kogoś spotka, to zazwyczaj wywiązuje się rozmowa, nawet krótka i jakoś tak ciepłej się od niej robi na sercu. Bywają spotkania zupełnie niezwykle, jak na przykład wczorajsze, wieczorne przy kapliczce Matki Boskiej.

Na jednaj z łąk, na przełęczy, z której rozpościera się widok na polskie i słowackie Tatry, w 1928 roku powstała kapliczka z dzwonkiem w środku. Co dzień jeden z mieszkańców wsi przychodzi, by bić w ten dzwon o 19.30. Był i wczoraj, nieco wcześniej. Przywitał się z nami, porozmawialiśmy chwilę i poszedł dzwonić.

Nie sposób słowami odtworzyć tej chwili. Majestatyczne góry, cisza wieczoru i dzwon, którego głos niósł się bardzo daleko, trudno jest zapomnieć. Takie obrazy z dźwiękiem pozostają w człowieku. Chowają się gdzieś głęboko i pozwalają odkrywać na nowo, gdy nie wszystko układa się tak jak powinno. Wakacje są też po to, by zbierać takie chwile, jak najcenniejsze skarby.

Wakacje są po to, by patrzeć i słuchać, też kamieni. A tak na wszelki wypadek mam nimi wypchane kieszenie, bo miło jest mieć przy sobie kilka ciepłych kamieni.

Trochę inny teatr



A rek, jak mówi swoją kwe-
stię na scenie, to mówi
całym ciałem. Edyta uwiel-
bia grać wróżkę. Paweł świet-
nie naśladuje drzewo, a Karo-
lina przepięknie tańczy. Grała
motyla, wróżkę i Calineczkę.
Najbardziej zachwyca Marty-
na. Porusza tylko jedną ręką,
ale kiedy wolniutko kładzie
ją na sercu wyrażając w ten
sposób: „kocham” przestaje-
my wątpić w miłość. Przed-
stawiamy Państwu teatr tro-
chę inny niż wszystkie, trochę
wspanialszy niż wszystkie,
trochę bardziej wyjątkowy.

INTEGRACYJNY TEATR „PODAJ DALEJ”

Ten teatr tworzy kilkunastu
niepełnosprawnych i wolonta-
riuszów z Konina, Goliny i oko-
lic, dla których scena teatralna
stała się drugim domem. To
właśnie teatr wzbudza w nich
takie emocje, że już samo spo-
tkanie z nimi wywołuje przy-
jemny dreszczyk, a co dopiero
zobaczenie ich na scenie. Na
co dzień uczą się żyć z różnymi
niepełnosprawnościami. Zaak-
ceptowali zespół Downa, wsze-
lakie intelektualne czy fizyczne
słabości, naprawdę świetnie
radzą sobie z odmiennością,
ograniczeniami, dziwnością.
Scena pozwala im zapanować
nad trochę koślawym ciałem,
słabą głową, powolnym reago-
waniem, niewyraźną mową,
nieśmiałością, wstydem czy
zwiotczalnymi mięśniami. Z nie-
których tych słabości zrobili za-
dziwiające atuty.

Daniel dość sztywno się poru-
sza, co jest związane z jego po-
rażeniem rąk i nóg. Ale właśnie
dzięki teatrowi jest rozpozna-
walny, bo nikt nie porusza się
na scenie tak dostojnie, z taką
godnością i tak wytwornie jak
on. No król.

Karolina ma zespół Downa.
Jest śliczna. Ma bardzo elastycz-
ne ciało, świetnie tańczy, jest
lekka, miła, uśmiechnięta. Grała
wiele ról, a w Calineczce zagrała
główną. Oklaskiwano ją na sto-
jąco, bo tak właśnie najczęściej
publiczność przyjmuje „Teatral-
nych” Fundacji im. Doktora Pio-
tra Janaszka PODAJ DALEJ.

ŻYĆ Z ZESPOŁEM

– Teatr jest dla mnie wszyst-
kim. Dzięki niemu umiem żyć,



z wykrzyknikiem

ale nie zawsze tak było. Wicie, ja mam zespół Downa i ten zespół trzeba polubić, bo to jest coś, co już jest i będzie we mnie, więc albo będę żyć razem z zespołem albo nie i wtedy zostaje patrzenie w sufit, a tak to ja nie chcę – stanowczo wyjaśnia Karolina.

Bardzo uważnie przygląda się jej Arek. Główna rola w Janosiku. Arek słucha Karoliny z zaciekawieniem, robi różne miny, marszczy brwi, mruży oczy, śmieje się kiedy dzieje się coś zabawnego i smuci, kiedy Karolina opowiada, że nie zawsze było jej łatwo. Arek ją rozumie. Też żyje „z zespołem”.

– W teatrze czuję się jak ryba w wodzie. Albo jak ptak na gałęzi albo jak podróżnik w wygodnych butach czy jak dziecko na kolanach mamy – mówi rzeczowo. – Najbardziej to lubię patrzeć ze sceny na ludzi. Mam takie dreszcze na plecach i na głowie jak widzę, że im się podoba. Ludzie mnie wtedy kochają, a ja ich. A i Kocham teatr! Proszę to napisać z wykrzyknikiem – dodaje.

Arek nagle wstaje z krzesła. Zaczyna tańczyć, wirować, robi to zgrabnie, lekko, jakby płynął, a pływać nie umie. Wciąga w tę spontaniczną scenę Joannę, instruktorkę teatralną.

– Uwielbiam ich na scenie. Patrzę, jak się zmieniają, jak dostają skrzydeł, jak wydobywają z siebie to, czego na co dzień nie widać, jak przełamują bariery, nieśmiałość, jak ich pozorna inność staje się wspaniałym narzędziem w ich pracy scenicznej, jak z inności robią atuty tak niezbędne w teatrze. Uwielbiam ich – mówi Joanna Janikowska, instruktorka teatralna, jedna z założycielek „Teatralnych” z Fundacji PODAJ DALEJ.

SZCZĘŚCIE NIEZMIERZONE

A wszystko zaczęło się siedem lat temu. Na zwykłych warsztatach teatralnych dla wolontariuszy.

– Chcieliśmy zintegrować naszych wolontariuszy i zorganizowaliśmy warsztaty teatralne. I po tych warsztatach ołśniło nas: dlaczego następnych nie zrobić również dla niepełnosprawnych? I tak się stało. A to, co się działo podczas tych wspólnych warsztatów,

przeszło nasze najśmielsze oczekiwania. I choć praca z niepełnosprawnymi jest dużym wyzwaniem, bo odpowiedzialność jest większa, to owoce tego są nie do opisania. Musimy bardzo uważać, aby niepełnosprawni aktorzy na scenie wypadli jak najlepiej, bo są mało odporni na stres. Ale kiedy już wszystko się udaje, to ich szczęścia nie da się niczym zmierzyć – mówi Iwona Grześkowiak, założycielka „Teatralnych”, reżyserka, scenarzystka, kostiumolog, animatorka, przyjaciółka, powierniczka, pielęgniarzka, psycholożka, terapeutka i co tam jeszcze ktoś sobie wymyśli. Ot kobieta od wszystkiego, dla wszystkich, która teatr po prostu kocha! Od zawsze.

– I proszę to napisać z wykrzyknikiem – uśmiecha się. – Teatr to moje trzecie życie zaraz po tym rodzinnym na co dzień i tym w Fundacji PODAJ DALEJ, w której pracuję, choć nie wiem

prawidłowy oddech i wymowę. Ćwiczmy, aby nasze ciała były plastyczne i z łatwością pokazywały treści, które przedstawimy. Nie używamy słów, więc każdy ruch ciała musi być jednoznacznie czytelny dla widzów. Komponujemy kolory i elementy scenografii. Bawimy się w dobieranie muzyki do spektaklu, aby każda scena miała swoją odmienną dramaturgię. Rozwijamy się artystycznie, uczymy się być uważni na drugiego człowieka, rozwijamy swoje talenty, dobrze się przy tym bawiąc. Kochamy to, co robimy – zapewnia Iwona.

AŻ CHCE SIĘ ŻYĆ

Joanna Janikowska podkreśla, że odkąd organizują spektakle, zdecydowanie więcej otrzymuje od życia, niż daje.

– Egoistką jestem, bo czerpię z nich pełnymi garściami: energię, dobro, miłość, odwagę, śmiałość, autentyczność,

nografią. Przed nią równiutkie rzędy krzesel i pełna widownia ludzi. Koninianie lubią teatr w plenerze. „Teatralni” wychodzą na scenę. Grają Janosika we współczesnej wersji. Wszyscy przejeżdżają. Jednocześnie profesjonalni do takiego stopnia, że przypadkowy upadek na scenie aktorki Ani wygląda tak, jakby był zaplanowany w scenariuszu. I nagle bum! Wiatr i ulewa. Widzowie uciekają w popłochu, przewracając krzesła, gubiąc powyginane wiatrem parasole. A aktorzy grają do końca. Grają na scenie tak, jakby nic się nie stało. Jakby deszcz nie zmoczył ich do suchej nitki, jakby wiatr nie zwał całej scenografii. Grają do końca. Po ostatniej scenie wszyscy razem wychodzą na deski, biorą się za ręce, kłaniają i tylko oklasków jakoś nie słychać...

KOCHAM LUDZI

Martyna patrzy wielkimi oczami i pięknie się uśmiecha. Nie jest w stanie za wiele powiedzieć, ale jak ona patrzy! Porusza się na wózkach, jest tak sparaliżowana, że w zasadzie sprawna, i to trochę, ma tylko jedną rękę, ale to wcale nie przeszkadzało jej zagrać rolę księżniczki. Kiedy zadaje jej pytanie, co najbardziej lubi w teatrze, odpowiada z wielkim trudem, a ja niestety nic nie rozumiem. Wstyd mi. Na pomoc przychodzi przesympatyczna Magda: aktorka która uwielbia grać wilka.

– Martyna mówi, że w teatrze najbardziej lubi być z ludźmi i między ludźmi. Ludzi po prostu lubi w tym teatrze – tłumaczy Magda.

A Martyna powolutku unosi się, wydaje się, za ciężką jak na jej wątłe ciało, rękę, jedyną sprawną, jaką ma i kładzie ją na lewej piersi...

– Martyna mówi, że kocha ludzi! – mówi Magda. – Z wykrzyknikiem!

AGATA KAMIŃSKA BRICE

Działania grupy teatralnej Integracyjny Teatr PODAJ DALEJ są współfinansowane ze środków PFRON i realizowanych przez Miasto Konin oraz środków Samorządu Województwa Wielkopolskiego i 1% podatku.



jaka jest właściwa kolejność – śmieje się Iwona.

Teatralni wystawiają jeden, dwa spektakle w roku. Wszyscy pracują przy tworzeniu spektakli po równo. Tak przy tekstach, choreografii, scenografii czy organizacji. Tutaj wszystko musi być dopięte na ostatni guzik.

– W naszych spektaklach opowiadamy o odmienności, która istnieje, ale nie zawsze jest akceptowana. Temat bardzo trudny, ale ważny, szczególnie dla osób niepełnosprawnych. Wystawiamy zatem spektakl tak jakby o sobie. Podczas naszych prób ćwiczymy ruch sceniczny, mimikę i ekspresję ciała,

otwartość to wszystko mam od nich. Gdyby nie „Teatralni”, to jako emerytka siedziałbym pewnie przed telewizorem i gapiał się na jakieś tureckie seriale. A tak każde wyjście z domu do nich nakręca mnie do życia. A gdy widzimy, jak są szczęśliwi, jak ich bliscy są wzruszeni patrząc na sukces własnych dzieci, to aż chce się żyć – mówi Joanna.

Wyobraźmy sobie taką oto scenę. Bulwary Nadwarciańskie w Koninie. Letnie popołudnie, ale dość ciężkie, zapowiadające burzę. Nad rzeką ustawiona scena z profesjonalnym nagłośnieniem, oświetleniem, sce-



Przyroda w Ogrodzie Wrażeń.



Otwarcie Ogrodu Wrażeń im. Joanny Krause.

Hortiterapia łączy ludzi

Po dwóch latach przerwy spowodowanej stanem epidemii do letnich wydarzeń o charakterze naukowo-warsztatowym powróciła konferencja pod tytułem: „Hortiterapia jako element wspomagający leczenie tradycyjne”. Piąta edycja tego wydarzenia odbyła się 24 sierpnia w Kolegium Zembala Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu przy ul. Dąbrowskiego 159. Towarzyszyło jej otwarcie Ogrodu Wrażeń im. Joanny Krause.

Organizatorem konferencji była Katedra Roślin Ozdobnych, Dendrologii i Sadownictwa Uniwersytetu Przyrodniczego. Patronat honorowy objął Prezydent Miasta Poznania oraz Rektor Uniwersytetu Przyrodniczego. Sponsorem byli: Polskie Towarzystwo Nauk Ogrodniczych i Państwowy Instytut Badawczy – Instytut Włókien Naturalnych i Roślin Zielarskich. Patronami medialnymi: portal internetowy podoslonami.pl i magazyn „Działkowiec”.

Uczestników spotkania powitała prof. UPP dr hab. Agnieszka Krzymińska-Bródka. Przyjechali goście nie tylko z Poznania i okolic, ale także z: Krotoszyna, Kościana, Lublina, Sandomierza, Szczecina, Sremu, Wrześni, Zielonej Góry oraz wielu innych miejscowości – łącznie 130 osób. Byli to naukowcy, pracownicy ogrodów botanicznych, absolwenci sześciu edycji studiów podyplomowych z zakresu hortiterapii, realizowanych w Uniwersytecie Przyrodniczym, przedstawiciele instytucji publicznych oraz pracownicy organizacji pozarządowych działających w obszarze wsparcia osób z niepełnosprawnościami, terapeuci i specjaliści. Hortiterapia – jak trafnie zauważyła prof. Krzymińska-Bródka – łączy ludzi, sprzyja poprawie relacji społecznych, zdrowia fizycznego i psychicznego.

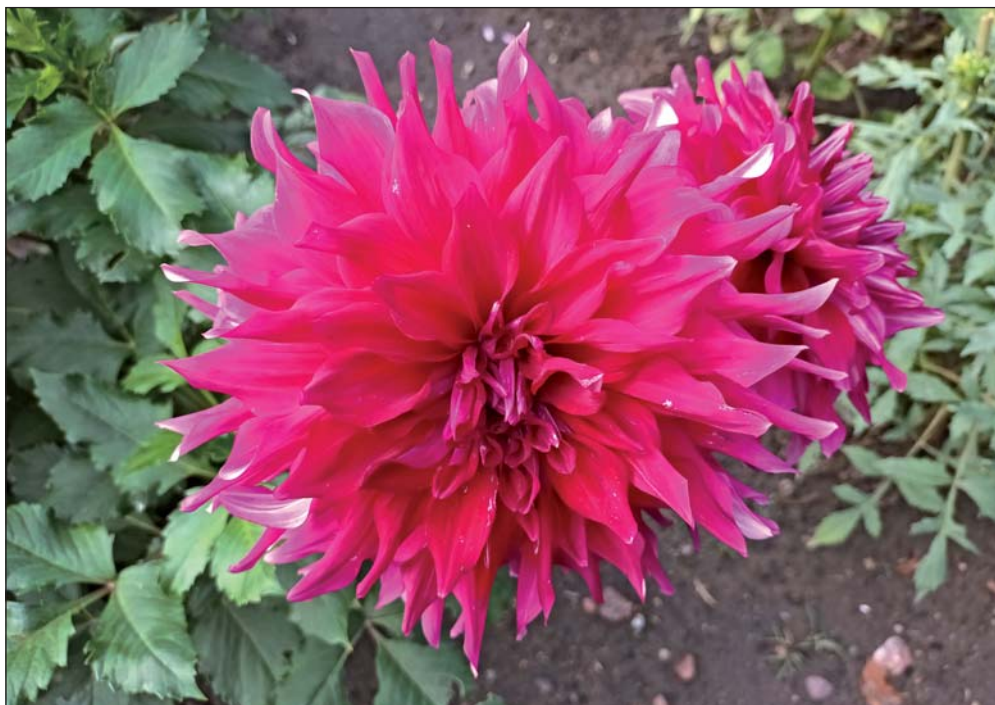
Jako pierwsza głos zabrała mgr inż. Ewelina Murzydło z Wydziału Działalności Gospodarczej i Rolnictwa Urzędu Miasta Poznania, która scharakteryzowała założenia konkursu „Zielony Poznań”. Celem tegoż konkursu jest

edukacja społeczna poprzez kształtowanie postaw proekologicznych mieszkańców w zakresie estetyki terenów zieleni w miejscu zamieszkania. Prelegentka ukazała na slajdach dokumentację fotograficzną konkursu, dzięki czemu można było zobaczyć, w jaki sposób mieszkańcy Poznania zdobią roślinami swoje balkony, uprawiają warzywa i kwiaty.

nemu na realizację konkursu na zagospodarowanie terenu oraz budowę ścieżek, systemu nawadniania, a także altany. W utworzeniu Ogrodu Wrażeń pomogli również liczni darczyńcy. Znajdują się w nim rabaty stymulujące cztery zmysły – w celu pobudzenia zmysłu wzroku i zaspokojenia potrzeb emocjonalnych osób korzystających przygotowano rabaty w kolorach: czarnym,

dorostych z autyzmem. Dzięki stymulacji zmysłów w naturalnych okolicznościach osoby z tym zaburzeniem mogą doświadczać własnych reakcji na określone bodźce czy sensoryczne aspekty otoczenia. Hortiterapia w ich przypadku nie tylko uczy samodzielności i zaradności życiowej, ale też pomaga w komunikacji i integracji z ludźmi.

Drugą część konferencji



Dalie – jedno z najpiękniejszych kwiatów.

Uczestnicy wszystkimi niemal zmysłami chłonili piękno Ogrodu Wrażeń im. Joanny Krause, usytuowanego na terenie budynku, w którym odbywała się konferencja. Dr inż. Joanna Krause w latach 1961 – 2000 była pracownikiem naukowo-dydaktycznym Katedry Roślin Ozdobnych, wówczas Akademii Rolniczej w Poznaniu, cenionym specjalistą w zakresie ozdobnych roślin cebulowych, a także jednorocznych, trwałych niezimujących i bylin. Na podstawie prowadzonych badań napisała wiele cennych prac naukowych i książek dostępnych zarówno dla specjalistów, jak i amatorów. Ogród Wrażeń jest efektem ogromnego wysiłku wielu osób. Powstał dzięki wsparciu finansowemu Fundacji im. Joanny Krause, przeznacz-

biało-żółtym, pomarańczowo-czerwonym oraz różowo-fioletowo-niebieskim. Stymulacja dotyku poprzez dłonie jest możliwa dzięki roślinom posadzoną w wysokim zagonie. Rośliny dają różne wrażenia – miękkości, twardości, chropowatości, zimna, gładkości, ostrości. Stopy z kolei mogą doświadczyć różnych podłoży na ścieżce sensorycznej. Pachnący zakątek pobudza węch. Rabata traw i ogród wodny dostarczają dźwięków, co jest szczególnie istotne dla osób z niepełnosprawnościami narządu wzroku.

Ciekawa była również prezentacja dr Edyty M. Nieduziak z Instytutu Pedagogiki Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach na temat hortiterapii jako elementu aktywizacji zawodowej

stanowiły warsztaty. Każdy uczestnik mógł na etapie zgłoszenia na konferencję wybrać warsztat, w którym chciał wziąć udział. Do wyboru było kilka warsztatów, wśród nich między innymi: warsztat pt. „Herbarium – ziołowe podarunki” (w trakcie warsztatu uczestnicy poznali walory sensoryczne niektórych gatunków ziół, przygotowywali różnorodne produkty ziołowe i stworzyli unikatowe ziołowe podarunki), warsztat pt. „Eko torba – zrób to sam” (uczestnicy wykonywali torby z motywem roślin), warsztat pt. „Pleciemy sobie... z roślin i emocji” (spłcione zostały obrazy uczuć i emocji z liści i kłosów traw, pędów, włóczki oraz sznurków na wzór dawnych kilimów).

KAROLINA KASPRZAK

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 Komisarzek
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

GOŚCINNOŚĆ

Wtedy ugoszczony
Jest gościnnie gość,
Kiedy go z nóg ścina
To, czego ma dość.

PROPAGANDA

Naświetlanie
Do szpiku kości
Perspektywą
Świetlanej przyszłości.

OPTYMISTA

Człowiek święcie
Przekonany,
Że na dobre
Idą zmiany.

ODPORNOŚĆ

By złym namowom
Chama ulec,
Trzeba mieć w sobie
Dobry hamulec.

Fraszki

BEZSTRESOWO

Na wszystko dzieciątku
Pozwalała mama
I teraz się dziwi,
Że ma kawał drania.

TWARDOGŁOWY

To, co mu nakładli
Łopatą do głowy
Zastygło i teraz
Ma tęg betonowy.

KLAJSTER

Czasami wystarczy
Kropelka nadziei,
By się połączyło
To, co się nie klei.

NASIADÓWKA

Siedzieli dzień cały,
Przejęli się rolą,
Aż doszli do wniosku,
Że tyłki ich bołą.

KRAKÓW

Budowali Kraków
Przez wieki Polacy,
Bo wtedy nie było
Przodowników pracy.

TEATROMAN

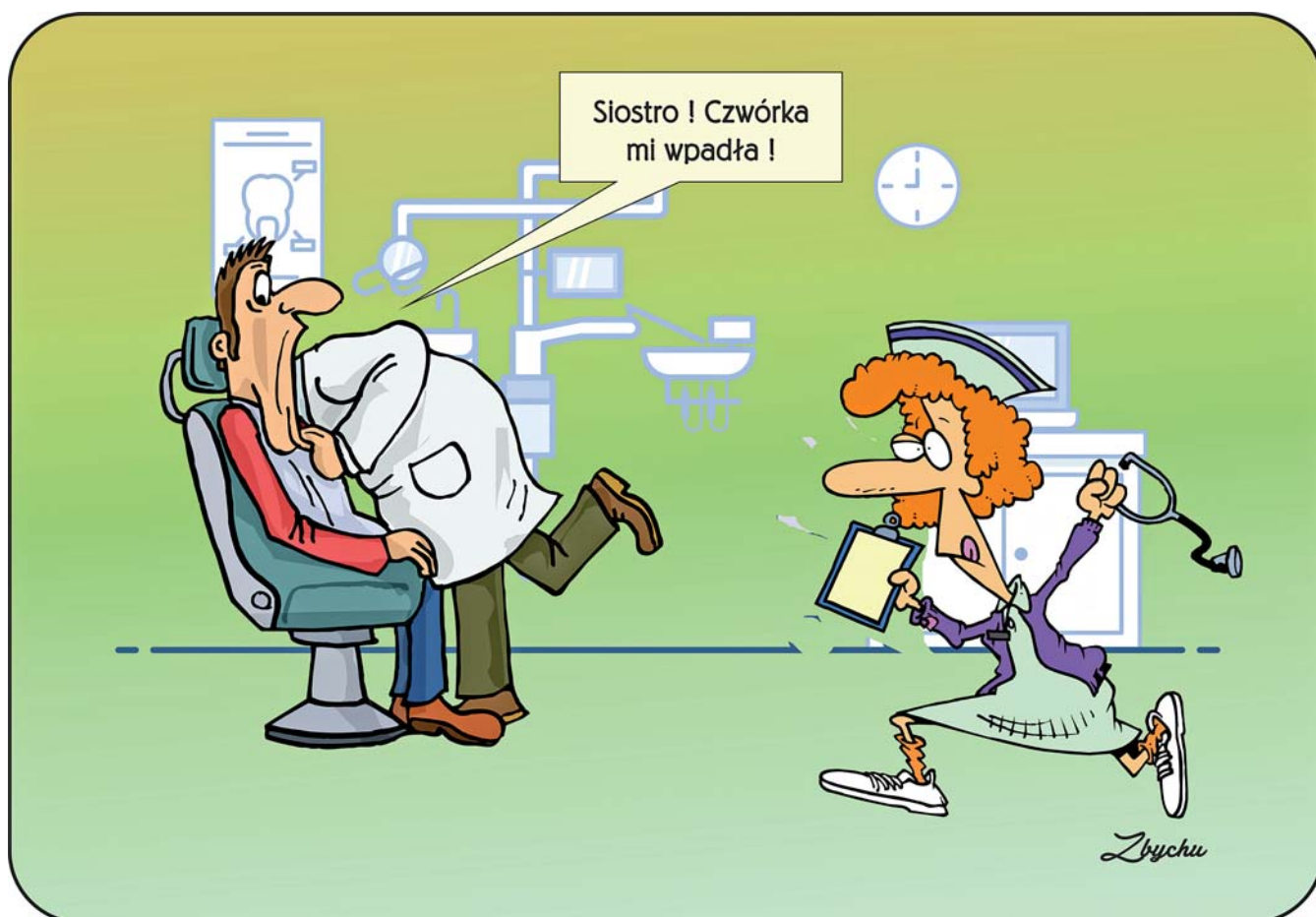
Sztuka mu bardzo
Się podobała
Ta, która obok
Niego siedziała.

NIECNOTA

Ma swoją wartość
I to ładaco,
Skoro ma chętnych,
Co za to płacą.

RENTOWNOŚĆ

Znów na konto firmy
Czysty zysk wpisano,
Bo brudne pieniądze
Porządnie wyprano.



Bodzinek wrócił zez Brukseli

Bodzinka pozyskał Złoty Pazurkiem bez to, że jest dobrym rzemieślnikiem-budowlanym. Mo opanowane elektroniki, hydrauliki i mechaniki. Styndy tyż wew Brukseli miał do załatwienia dobrom fuche. Wew stolicy Belgii robił kapitalke u niejakiego Kowalskiygo i jego sunsioda, którym to remontował chaty.

Kowalski został się tero Olenderem, ale po polskiemu go doł dość dobrze, tak jak i jego sunsiad, który jestta urzyndasem w Ojropejskim Parlamencie. Istny wyklarował Bodzinkowi, że Unia uznała ślimoka za rybe śródlądowom, bo tak pasowało lobbystom. Tero atramynciorze unijne kominujom nad energetykom.

Jeszcze jedno nowo sprawa. Urzyndasy mająm się zajmować kakrami, rynciolami i emenrytami. Zaliczom jeich do kakaludków (ludzików). Bez to rynciole bydom chodzić do likorzy dziecińczych, bo brakuje geriatrów. I tak jak gzubkom lekarze bydom zapisywać jeim pampersy różniste kaszki, odżywy i mliko. No nie wiada, czy coś nie padnie na móżg urzyndasom wew parlamencie.

Bodzinek mało wiela nagadoł Plunderkowi różniste nowiny. Plunderek zaś na drugi dzień napisał wierszyk i zawiesił go wew gablocie dla lokatorów w siyni kamienicy. I tu wom poniżej go przepisałom do przeczytania.

JACHU PLUNDEREK

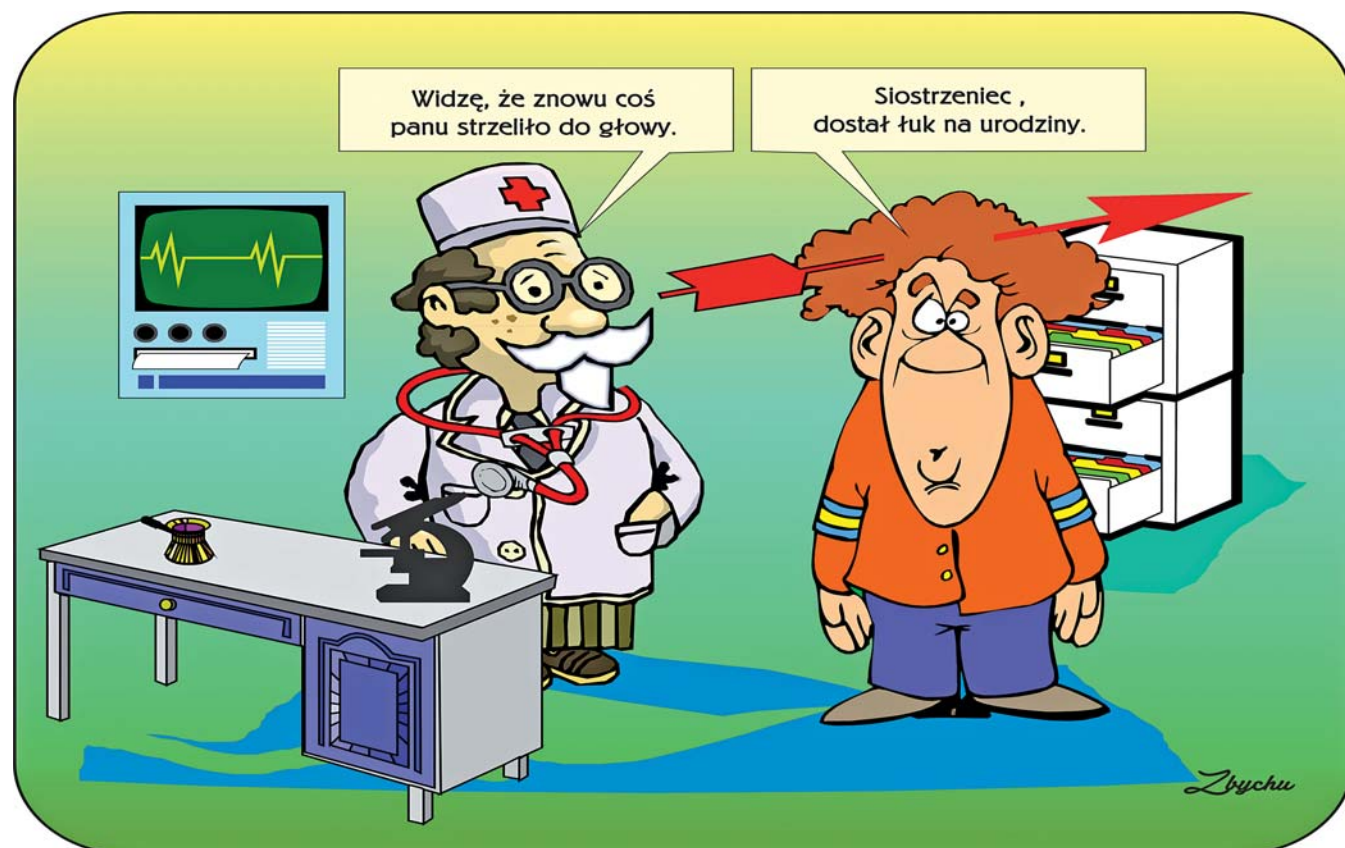
CZY BYDYM ZBIYRAĆ KRUST?*

Wiaruchna mo różny gust,
jedyń zbiyro znaczk, inny zbiyro krust.
Aby zbiór był dobry duży i uczciwy
potrzebne som ojropejskie, cenne dyrektywy.
Zez Brukselom muszom być mocne wynzi
w temacie zbioru, pomiaru gałynzie.
Tu dodom, co dawno pewno wszyscy wyicie,
musi być własny wpis na Internecie.
Zaś nadleśniczy to solidny gość,
Wos zawiadomi, że krustu jest dość.
Najlepiej kiedy krustu bydzie wiela wincyj
za jakie 7 lub 8 miesiyncy.
Nadleśnik prześle Wom esemes,
pod śniygim krustu za dość jeszcze jest.
I tako wtedy trafi się frajda
krustu jest dużo winc se go zbiyrejta.

Nastympnom razem
o kruście bydzie wyincyj.

BOLECH ZES CIERPIENGÓW
LATO, CIERPIENI 2022

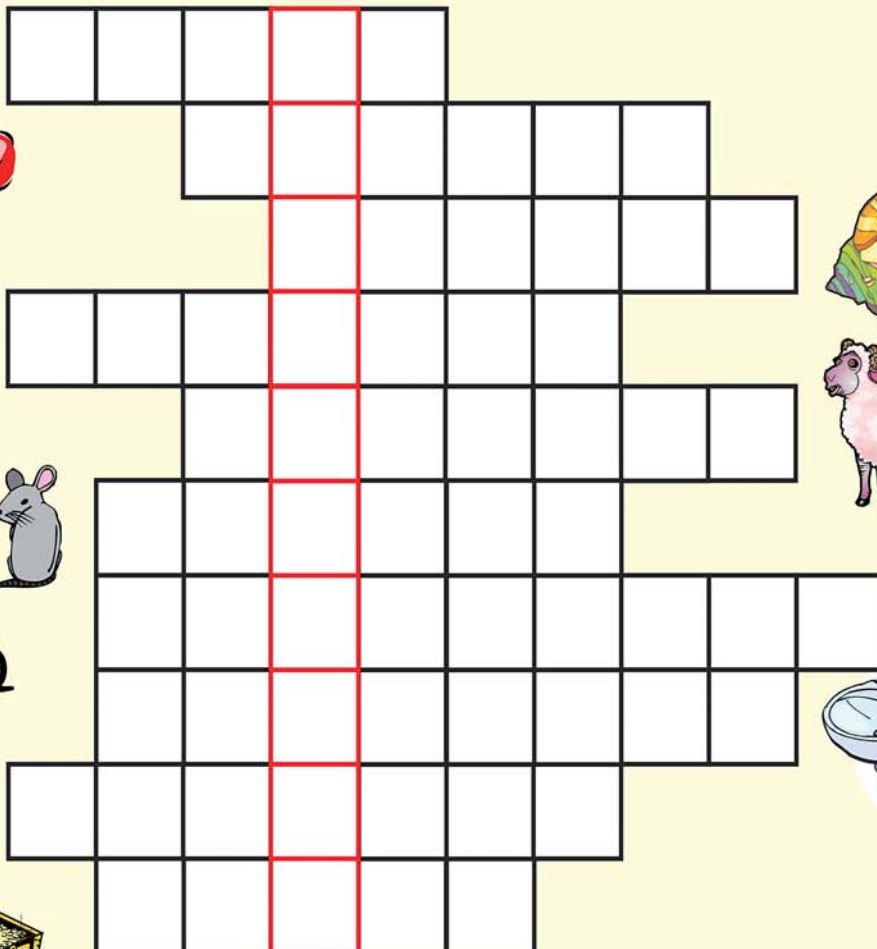
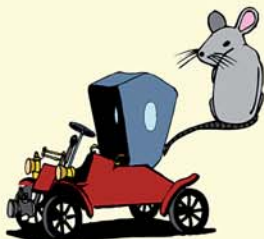
* krust – chrust





KRZYŻÓWKA POD JAMNIK

DLA
MISTRZA



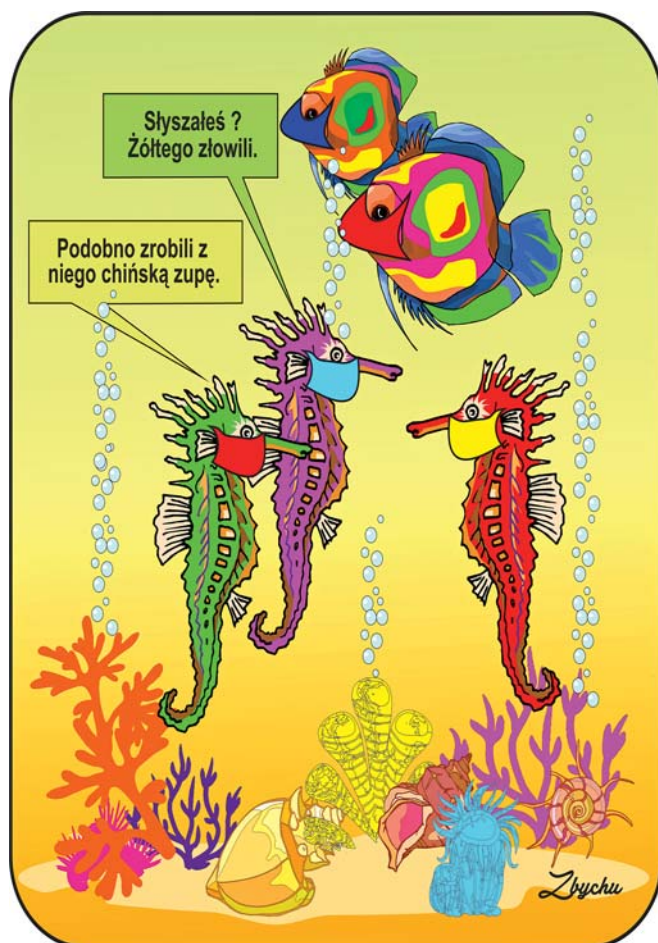
GAŚNICA * MYSZKA * AUTOMOBIL
WIŚNIE * SKARB * WILGA * UMYWALKA
PODKOWA * MUSZLA * BARANEK

Przepisz z ramki nazwy obrazków i odczytaj hasło, którym jest nazwa czegoś, co dodaje zdrowia.

jannik



RYS. ZBIGNIEW NOWAK



RYS. ZBIGNIEW NOWAK

DRUKARNIA

KOM - DRUK

DRUK DO FORMATU B2

ULOTKI i PLAKATY

WIZYTÓWKI

KSIĄŻKI

FOLDERY

KALENDARZE

SZTANCOWANIE

PROJEKTOWANIE GRAFICZNE

DRUK OFFSETOWY I CYFROWY

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

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

im. dr n. med. Hanki Hertmanowskiej



Jeśli zauważyłeś u siebie
drżenie rąk (lub rąk i głowy),

**jesteśmy w stanie
Tobie pomóc.**

Zapraszamy do naszego Ośrodka
na bezpłatne badanie.

**Nie czekaj,
zgłoś się do nas!**



Zapraszamy:

62-064 Plewiska, ul. Fabianowska 40

Rejestracja telefoniczna od poniedziałku do piątku
w godzinach 10.00-16.00

61 863 00 68 lub 506 444 900

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