PISMO RUCHU TWÓRCZEGO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

FILANTROP
naszych czasów

Nr (335) 10 • Poznań • październik 2022 • Nr indeksu 327948 • ISSN 1231-8876

Na zdjęciu panie w towarzystwie alpak – przyjaznych ludziom zwierzątek, ulubienic licznych uczestników XVIII Festynu Integracyjnego „Barierom Stop" w Lisówkach. Więcej w artykule „Dla zdrowia własnego i natury":

Str. 24 i 25

FOT. KAROLINA KASPRZAK

FINANSUJĄ

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

POWIAT POZNAŃSKI

PATRONUJE

FUNDACJA IM. KRÓLOWEJ POLSKI ŚW. JADWIGI

W NUMERZE:

Covid dopadł nas str. 4

Niech anioły czuwają nad nimi wiecznie str. 5

Lew przyjaciel str. 10

Atrakcje dla dzieci polskich i ukraińskich str. 18 i 19

Kosmos, latająca wyspa str. 20

Polska Boccia w natarciu str. 28 i 29

Gad nie jest śliski str. 32

Jej miłość – rodzice i muzyka str. 34 i 35

Mistrz świata fryzjerów str. 36

Wolontariat – dar wrażliwego serca

Idea dobroczynności w powiecie poznańskim rozwija się prężnie. Coraz więcej osób podejmuje aktywność społeczną poświęcając swój wolny czas na niesienie pomocy innym. Mieszkańcy powiatu angażują się w cyklicznie organizowane akcje charytatywne, ale również działają w wolontariacie w sposób ciągły, niosąc pomoc i wsparcie dzieciom, osobom z niepełnosprawnościami, zwierzętom, sierotom czy osamotnionym seniorom. W tym roku, podczas dwunastej edycji Gali Wolontariatu Powiatu Poznańskiego, starosta poznański Jan Grabkowski po raz kolejny nagrodził wolontariuszy.

Uroczysta gala została zorganizowana 15 września w Starostwie Powiatowym w Poznaniu. Pamiątkowymi statuetkami uhonorowano łącznie 27 osób, które zostały wytypowane przez lokalne stowarzyszenia, fundacje oraz inne podmioty angażujące wolontariuszy, jak na przykład kluby sportowe.

– Dzisiaj nagradzamy najlepszych z najlepszych, ale osób niosących pomoc innym, poświęcających swój czas i swoje serce potrzebującym jest u nas znacznie więcej. Jak ważni to ludzie najlepiej świadczy fakt, że na dzisiejszej gali obecny jest cały Zarząd Powiatu w Poznaniu – mówił starosta poznański.

Wśród wyróżnionych znaleźli się wolontariusze z takich m.in. organizacji jak: Stowarzyszenie Pomocy Mieszkaniowej dla Sierot w Poznaniu, Klub „Promyk" Osób Niewidomych i Słabosłyszących w Luboniu, Kostrzyński Klub Sportowy, Stowarzyszenie „Szacunek dla Seniora" w Żernikach, Stowarzyszenie Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Wspólna Droga" w Luboniu, Stowarzyszenie na rzecz Osób Niepełnosprawnych „Promyk" w Komornikach, Stowarzyszenie Przyjaciół Dzieci Specjalnej Troski im. Leszka Grajka w Swarzędzu, Stowarzyszenie Pomocy Potrzebującym im. św. Antoniego w Mosinie, Kórnickie Towarzystwo Pomocy Społecznej.

Zofia Derwich, jedna z wyróżnionych, wolontariuszka Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych i Ich Rodzin „ROKTAR", od wielu lat pomaga osobom z niepełnosprawnościami i ich bliskim. Uczestniczy w zajęciach terapeutycznych prowadzonych w Warsztacie Terapii Zajęciowej „ROKTAR" w Tarnowie Podgórnym, wykazuje się empatią, otwartością oraz umiejętnością współpracy. Wśród nagrodzonych wolontariuszy nie brakowało też młodych osób, które angażują się w wolontariat szkolny.

Wydarzenie uświetnił występ aktorów Teatru Muzycznego w Poznaniu: Joanny Rybki-Sołtysiak, Agnieszki Wawrzyniak i Włodzimierza Kalemby, którym akompaniował Radosław Mateja. *Oprac. KK.*

Życiowy kryzys

Czym jest kryzys i jakie skutki ma dla naszego zdrowia, miał okazję się przekonać każdy z nas. Nie ma bowiem osoby, która choć raz nie doświadczyła w swoim życiu kryzysowej sytuacji. W Ukrainie z powodu wojny panuje kryzys humanitarny – zbombardowane domy, brak dostępu do żywności, leków, gazu i elektryczności zagroziły życiu milionów ludzi. Kryzysów doświadczamy także tutaj, w Polsce.

Drastyczny wzrost cen towarów i usług spowodował, że wielu naszych rodaków zmaga się z problemami finansowymi. W szczególnie trudnym położeniu są rodziny, w których żyją osoby z niepełnosprawnościami, ponieważ prócz zakupu jedzenia, lekarstw i środków higienicznych trzeba jeszcze znaleźć pieniądze na systematyczną rehabilitację.

Kryzys przychodzi również wówczas, gdy umiera nam najbliższa osoba. Potrzeba mnóstwo czasu, by uporać się ze smutkiem, żalem, a nawet złością. Jeśli emocje nas przytłaczają i nie potrafimy sobie sami z nimi poradzić, niezbędne jest skorzystanie z pomocy profesjonalisty, np. psychologa.

KRYSTIAN CHOLEWA

Nagroda Starosty

Do końca października można składać wnioski w kolejnej edycji konkursu o Nagrodę Starosty Poznańskiego. Nagroda ma charakter rzeczowy i jest przekazywana w formie statuetki oraz dyplomu raz w roku, w trzech kategoriach: przedsiębiorczości, inicjatyw obywatelskich i organizacji pozarządowych. Z wnioskiem o przyznanie nagrody może wystąpić Zarząd Powiatu w Poznaniu, grupa co najmniej 100 mieszkańców powiatu poznańskiego, grupa co najmniej trzech organizacji społecznych lub stowarzyszeń, organy bądź jednostki pomocnicze gmin.

Celem inicjatywy jest uhonorowanie najbardziej zaangażowanych przedsiębiorców, osób indywidualnych i organizacji, które swoją postawą przyczyniają się do poprawy warunków życia innych, mobilizują do zmian oraz wdrażają ciekawe pomysły i projekty, dzięki którym lokalne społeczności mogą się rozwijać.

Nagroda w kategorii przedsiębiorczość przyznawana jest osobie fizycznej, prawnej lub jednostce organizacyjnej nieposiadającej osobowości prawnej, która przez działalność gospodarczą przyczynia się do rozwoju ekonomicznego powiatu poznańskiego oraz sprzyja realizacji zadań samorządu powiatowego – na przykład realizując politykę kadrową nastawioną na wsparcie osób czasowo bądź długotrwale bezrobotnych czy wspierając osoby z niepełnosprawnościami w dążeniu do uzyskania zatrudnienia.

Nagroda w kategorii inicjatyw obywatelskich może być przyznana osobie lub osobom fizycznym, które poprzez podejmowane inicjatywy obywatelskie wspierają szeroko rozumianą ideę społeczeństwa obywatelskiego i przyczyniają się do rozwoju społeczności lokalnej powiatu poznańskiego – na przykład promując pożyteczne inicjatywy wspierające osoby potrzebujące, inicjując nowatorskie formy aktywności kulturalnej i społecznej lub promując zdrowy styl życia albo realizując inicjatywy na rzecz rozwoju obszarów wiejskich.

Ostatnia z kategorii – organizacje pozarządowe – to nagroda dla stowarzyszenia lub fundacji, która poprzez działalność statutową przyczynia się do rozwoju społeczności lokalnej powiatu poznańskiego i realizuje inicjatywy związane np. z upowszechnianiem idei wolontariatu, wspieraniem idei integracji społecznej osób i grup zagrożonych wykluczeniem, organizowaniem akcji edukacyjnych i popularyzujących wiedzę o regionie, społeczeństwie obywatelskim czy w zakresie przedsiębiorczości.

Formularz wniosku do wypełnienia został umieszczony na stronie https://powiat.poznan.pl Wnioski można składać do 31 października na adres mailowy joanna.felinska@powiat.poznan.pl, pocztą na adres: Gabinet Starosty, Starostwo Powiatowe, ul. Jackowskiego 18, 60-509 Poznań lub osobiście w kancelarii Starostwa. W przypadku braków formalnych we wniosku możliwe jest ich uzupełnienie w terminie 7 dni od daty otrzymania wezwania. *Oprac. KK.*

Czy widzicie nas?

„My widzimy Was, a Wy – czy widzicie nas?" – pod takim tytułem zorganizowano 17 września na Placu Zamkowym w Warszawie doroczną manifestację środowiska osób z niepełnosprawnościami narządu wzroku. Manifestacja środowiska osób niewidomych i słabowidzących to jedno z wydarzeń towarzyszących dwudziestej edycji konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND, która odbyła się z inicjatywy Fundacji „Szansa dla Niewidomych" w dniach od 15 do 18 września w Warszawie w Centrum Nauki Kopernik oraz w Pałacu Kultury i Nauki, pod honorowym patronatem Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Andrzeja Dudy i Małżonki Prezydenta Agaty Kornhauser-Dudy.

Celem wydarzenia, współfinansowanego ze środków PFRON, była zmiana postaw społecznych w odniesieniu do osób z niepełnosprawnościami, zwłaszcza tych, które z powodu dysfunkcji wzroku doświadczają trwałego wykluczenia w różnych sferach życia. Konferencja REHA to spotkanie ukierunkowane na promocję osiągnięć i aktywności osób niewidomych oraz słabowidzących.

Konferencję REHA – jak informuje PFRON na swojej stronie internetowej – zainicjowano w roku 1999, z okazji dziesiątej rocznicy rozpoczęcia wdrażania w życie planu nowoczesnej rehabilitacji osób niewidomych i słabowidzących. Obecnie REHA jest wydarzeniem na skalę ogólnoświatową. Dzięki niej wybitni niewidomi stali się ambasadorami polskiego modelu rehabilitacji i aktywizacji społecznej.

Hasło przewodnie tegorocznej edycji konferencji brzmiało: „Świat otwarty dla niewidomych – autentyczne niwelowanie skutków niepełnosprawności w dążeniu do wyrównywania życiowych szans". Jak zwykle przygotowano szereg ciekawych prezentacji i wystąpień. Były również atrakcje – rajd rowerowy im. Bł. Matki Elżbiety Róży Czackiej, turniej szachowy dla mistrzów „Szansa Chess Open Warsaw 2022" oraz turniej speedcubingowy „Szansa Cubing Open Warsaw 2022". *Oprac. KK.*

Wsparcie i testy sprzętu

Bezpłatne konsultacje specjalistyczne dla osób z niepełnosprawnościami są świadczone w ramach nowopowstałego Ośrodka Wsparcia i Testów. Placówka funkcjonuje przy Specjalistycznym Centrum Wspierającym Edukację Włączającą w Szkole Podstawowej Specjalnej nr 19 w Kaliszu. Utworzenie i prowadzenie Ośrodka Wsparcia i Testów zostało w całości sfinansowane ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Ośrodek został utworzony i oficjalnie otwarty we wrześniu tego roku na podstawie umowy dotyczącej powierzenia Miastu Kalisz zadania pod nazwą „Utworzenie i prowadzenie Ośrodka Wsparcia i Testów" w ramach programu Państwowego Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych pod nazwą „Centra informacyjno-doradcze dla osób z niepełnosprawnością". W uroczystości otwarcia uczestniczyła dr Anna Skupień, dyrektor Oddziału Wielkopolskiego PFRON.

Dzięki wdrożeniu działalności OWiT osoby z niepełnosprawnościami oraz ich opiekunowie mogą korzystać ze wsparcia oligofrenopedagoga, logopedy, neurologopedy, psychologa, surdopedagoga, tyflopedagoga, neurorehabilitanta oraz terapeuty integracji sensorycznej. Prowadzone są ponadto także konsultacje merytoryczne w zakresie pomocy przy doborze nowoczesnego sprzętu wspierającego i asystującego dla osób z niepełnosprawnościami, a osoby z niepełnosprawnością wieloraką uzyskują kompleksowe porady.

Ośrodek – jak informuje Fundusz – posiada najnowocześniejszy specjalistyczny sprzęt z zakresu technologii wspomagających, między innymi: Cyber Oko, odtwarzacze książki mówionej, linijki brajlowskie, Mówik, drukarki brajlowskie, pętle indukcyjne, powiększalniki, czy też lupy elektroniczne.

Ze wsparcia Ośrodka Wsparcia i Testów korzystać mogą osoby z niepełnosprawnościami zamieszkujące na terenie całej Wielkopolski, posiadające aktualne orzeczenie o niepełnosprawności. Wszystkie formy wsparcia są bezpłatne. Dodatkowe informacje uzyskać można pod numerami telefonów: 725 316 633 lub 725 316 635 albo mailowo: owit@sps19.kalisz.pl *Oprac. KK.*

Dodatkowe środki

Organizacje pozarządowe realizujące zadania zlecane dofinansowywane ze środków PFRON mogą do dnia 19 października 2022 r. składać wnioski o zwiększenie dofinansowania. Uprawnione do wnioskowania są organizacje, które zawarły umowy wieloletnie w ramach konkursu pn. „Kierunek AKTYWNOŚĆ" (konkurs nr 1/2019) i konkursu pn. „Pokonamy bariery" (konkurs nr 1/2020). Kwota, o jaką nastąpi zwiększenie dofinansowania nie może przekroczyć iloczynu wskaźnika inflacji ogłoszonego przez GUS za sierpień 2022 r. (tj. 16,1%) i kwoty dofinansowania wynikającej z aneksu zawartego na bieżący okres finansowania.

Zaproponowane przez Fundusz dodatkowe wsparcie dla organizacji pozarządowych działających w obszarze wsparcia osób z niepełnosprawnościami ma na celu przeciwdziałanie skutkom inflacji i może dotyczyć wyłącznie projektów: w trzecim okresie finansowania – w przypadku konkursu „Kierunek AKTYWNOŚĆ" i w drugim okresie finansowania – w przypadku konkursu „Pokonamy bariery", trwającym maksymalnie od 1 kwietnia 2022 r. do 31 marca 2023 r.

Decyzja w sprawie zwiększenia wysokości dofinansowania podejmowana jest na uzasadniony wniosek zleceniobiorcy. Do wniosku należy załączyć propozycję aktualizacji budżetu projektu (w wersji MS Excel) oraz propozycję aktualizacji wartości wskaźników ewaluacji. Wartość wskaźnika produktu oraz wskaźnika rezultatu nie może ulec zmniejszeniu.

Wniosek wraz z uzasadnieniem potrzeby dodatkowego wsparcia należy złożyć w jednostce organizacyjnej PFRON wskazanej do realizacji umowy, tj. w Oddziale lub Departamencie ds. Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi. Można go również przesłać pocztą na adres jednostki organizacyjnej PFRON wskazany w umowie o zlecenie realizacji zadań. Data stempla pocztowego nie może być późniejsza niż 19 października 2022 r. Ponadto istnieje możliwość złożenia wniosku z wykorzystaniem podpisu elektronicznego poprzez platformę ePUAP. Fundusz akceptuje: kwalifikowany podpis elektroniczny (złożony w okresie ważności certyfikatu) lub podpis zaufany (Profil Zaufany na platformie ePUAP). Szczegółowe informacje uzyskać można w oddziałach PFRON. *Oprac. KK.*

A.M. Krystosik Gromadzińska
SZCZECIN

Covid dopadł nas

22.09.2022

Dopadło nas! Tyle czasu się chroniliśmy i broniliśmy, ale nie udało się. Dwie czerwone kreski na płytce zmieniły wszystko. Paweł zaraził się, najprawdopodobniej w szkole, koronawirusem. Z racji problemów zdrowotnych musi być w szpitalu. Stres jest ogromny. Mam tak ściśnięty żołądek, że nie mogę jeść. Nie mogę spać. Martwię się, jak to wszystko Paweł zniesie.

Przez ponad dwa lata żyliśmy izolując się od świata, ograniczając do minimum aktywność. Paweł nie chodził do szkoły, pracowałam zdalnie. Korzystaliśmy z dostaw do domu. Nie chodziliśmy do kina, do teatru. W zasadzie nigdzie nie chodziliśmy. Ale już dłużej się nie dało. Zdecydowaliśmy, że Paweł pójdzie do szkoły. To już druga klasa liceum. Poszedł. Cieszył się. Odżył. Podjęliśmy ryzyko i teraz ponosimy konsekwencje.

Mamy jednak nadzieję, że Paweł szybko dojdzie do siebie i nie będzie zmagał się z żadnymi powikłaniami. Stawiamy sobie jednak pytanie: co dalej? Czy mamy znów przekreślić świat?

Paweł nie chce wracać do szkoły. Boi się, że znów się czymś zarazi, a każdy wirus u niego to długi czas leczenia. Czy naprawdę musimy wracać do nauczania domowego? Tak bardzo tego nie chcemy. Po pierwszym przeszczepie wybraliśmy taką formę nauki i z trudem dobrnęliśmy do końca roku szkolnego. Stres, odpowiedzialność, ogrom pracy i Paweł samotny w świecie. Ta samotność była najgorsza. Odcięcie od rówieśników.

Może dzięki pandemii jest więcej możliwości nauki zdalnej, ale to wciąż pozostawanie w domu. Nauczanie indywidualne? Nie wiem, czy to coś zmieni. Nauczyciel może przynieść do domu wszystkie szkolne wirusy i bakterie. Stoimy znów na rozstaju zastanawiając się która z dróg będzie mniej zła, bo dobrej drogi nie ma.

Pawła efektywność nauki w domu jest niska. Potrzebuje rówieśników, by wspólnie zdobywać wiedzę, by realizować projekty. Potrzebuje rówieśników, by z nimi pobyć, porozmawiać, by chociaż w szkole zapomnieć o chorobie. I znów mu to wszystko zabrać? A co dać w zamian?

Leczenie koronawirusa Pawła przynosi efekty. Czuje się coraz lepiej, gorączka minęła. Teraz czekamy na badania parametrów nerki przeszczepionej. Każda infekcja może powodować ich pogorszenie. W międzyczasie, co było prawie pewne, koronawirus zaatakował także mnie. Jedyny plus tej sytuacji jest taki, że pozwolono mi spać nie w „owsiakowym fotelu", a w łóżku dla pacjenta. Czuję się jednak fatalnie. Ale muszę dać radę. Paweł tak bardzo nie chciał zostać sam w szpitalu.

Koronawirusowe dni zlewają się w jedno. Raz sił przybywa, a raz ubywa. Można tylko czekać z nadzieją, że w końcu będzie zdecydowanie lepiej i że żadne postcovidowe problemy się nie pojawią.

I nie można tracić poczucia humoru. I pisać rzecz jasna też można. Może jeszcze tak zwana covidowa mgła nie zasnuła do końca umysłu.

I można snuć plany na przyszłość, bliższą i dalszą. Ta bliższa to 5 kg cebulek tulipanów do posadzenia. Nie mogę się już doczekać, gdy zobaczę, jak zakwitną na wiosnę. Czasami taki cel, zdawać by się mogło, że zupełnie nieważny, dodaje sił. 5 kg cebulek tulipanów to jakieś 50, może 60 cebulek... Tyle będzie kwiatów!

Sadzić je będę pewnie przez co najmniej tydzień. A może dwa. Obecnie przejście trzech kroków powoduje skrajne zmęczenie. Pot mnie zalewa przy najmniejszym wysiłku. Ale pomalutku wszystko się zrobi. Pomalutku. Byle do przodu.

Paweł idzie do szkoły.

Paweł na szpitalnym łóżku.

FOT. (2X) Z RODZINNEGO ARCHIWUM

XVII DIECEZJALNY PRZEGLĄD PIOSENKI RELIGIJNEJ

Niech anioły czuwają nad nimi wiecznie

Pełni wiary, nadziei i miłości do muzyki przybyli w mury Parafii Rzymskokatolickiej Matki Bożej Miłosierdzia w Swarzędzu, aby zaprezentować swoje umiejętności wokalne oraz improwizatorskie. W sobotę, 24 września osoby z niepełnosprawnościami uczęszczające do placówek terapeutycznych na terenie powiatu poznańskiego i miasta Poznań spotkały się na dorocznym „Anielskim Śpiewograniu", zorganizowanym przez Stowarzyszenie Przyjaciół Dzieci Specjalnej Troski im. Leszka Grajka w Swarzędzu.

Wydarzenie, w hołdzie świętemu Janowi Pawłowi II, odbyło się pod patronatem księdza arcybiskupa Stanisława Gądeckiego. Współfinansowane było ze środków Powiatu Poznańskiego oraz Gminy Swarzędz. Stowarzyszeniu pomogli też lokalni przedsiębiorcy – darczyńcy, bez których żadna z edycji „Anielskiego Śpiewograniа" nie mogłaby się odbyć. Stałymi gośćmi tego wydarzenia są artyści – uwielbiana przez osoby z niepełną sprawnością piosenkarka Halina Benedyk, Urszula Jankowiak, Wanda Marzec i Michał Marzec.

Powiat Poznański reprezentował Piotr Zalewski, członek Zarządu Powiatu. Przybyła również m.in. Agata Kubacka, sekretarz Gminy Swarzędz, Wanda Konys, wiceprzewodnicząca Rady Miejskiej w Swarzędzu i ksiądz dziekan Aleksander Brzeziński, Honorowy Obywatel Swarzędza. Wykonawców na scenę zapraszała Barbara Kucharska, przewodnicząca Stowarzyszenia, a pomagała jej wolontariuszka, uczennica Szkoły Podstawowej nr 1 w Swarzędzu.

Wystąpili przedstawiciele Goślińskiego Stowarzyszenia Przyjaciół Osób Niepełnosprawnych, Środowiskowego Domu Samopomocy „Sokoły" w Poznaniu, Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk" w Konarzewie i Otuszu, Warsztatu Terapii Zajęciowej w Swarzędzu, Warsztatu Terapii Zajęciowej „Ognik" w Poznaniu, Warsztatu Terapii Zajęciowej w Drzązgowie, Warsztatu Terapii Zajęciowej „ROKTAR" w Tarnowie Podgórnym, Warsztatu Terapii Zajęciowej w Boduszewie, Warsztatu Terapii Zajęciowej „Wspólna Droga" w Luboniu oraz uczniowie Szkoły Podstawowej nr 4 im. Jana Brzechwy w Swarzędzu. Przepięknym głosem urzekła wszystkich pochodząca z Rosji i mieszkająca od dwóch lat w Polsce Anastazja Troistka, która jest osobą niewidomą. Dziewczynka uczy się śpiewu pod kierunkiem nauczyciela muzyki, również niewidomego, Henryka Weredy.

Tradycyjnie nie zabrakło odśpiewanej przez wszystkich „Barki", ulubionej pieśni świętego Jana Pawła II. Możliwość prezentacji była dla osób z niepełnosprawnościami wielkim duchowym przeżyciem. Muzykę traktują jak lekarstwo, gdyż wzmacnia wiarę we własne siły i pomaga mierzyć się z trudami dnia codziennego. Śpiewając wychwalali Najwyższego, dziękując mu za dar życia, mimo że nie jest ono łatwe i doświadcza boleśnie. Niech anioły czuwają nad nimi wiecznie, niech po wszystkie czasy oświetlają im tę krętą i wyboistą drogę.

KAROLINA KASPRZAK

FOT. (4X) KAROLINA KASPRZAK

Anastazja Troistka z utworem pt. „A uczniów było dwunastu".

Uczestnicy WTZ w Swarzędzu śpiewają z Haliną Benedyk (w środku).

Liczna grupa miłośników muzyki przybyła do Swarzędza z WTZ w Murowanej Goślinie.

Uczestnicy wydarzenia.

Nocą wianki do morza

Wspominamy piękny, ciepły czerwiec. Pogoda zachęcała nas do wypoczynku nad morzem, w górach czy nad jeziorem. Niektórzy z nas wyjechali do Darłówka, aby korzystać z zabiegów rehabilitacyjnych. Podziwialiśmy piękne widoki miasta. Na plaży słuchaliśmy szumu morza i śpiewu mew.

Wszędzie słychać było muzykę i zapachy wędzonych ryb. Skosztowaliśmy ich, a także lodów i gofrów. Kupowaliśmy pamiątki z Darłówka. Jego ozdobą jest zwodzony most, przez który przepływają statki. My również płynęliśmy statkiem, który się nazywa "Król Eryk I". W czasie naszego rejsu dzięki lekkiej bryzie statek się kołysał. Upajaliśmy się morskim powietrzem i promieniami słońca. Kto nie lubił spacerów, to wygrzewał się na plaży i moczył stopy w morzu. Wiał przyjemny chłód od wody. Każdego dnia można było zobaczyć wspaniałe wyczyny odważnych ludzi na skuterach wodnych.

Cieszymy, że w tym roku powitaliśmy lato w innym miejscu i zobaczyliśmy, jak tam obchodzi się najkrótszą noc w roku. Zobaczyliśmy korowód przebierańców, były wrzucane wianki do morza. Mogliśmy wspólnie spędzić czas. Będziemy tęsknić cały rok za tym urokliwym miejscem. Dziękujemy za dofinansowanie wyjazdu władzom Powiatu i Gminy. Mamy nadzieję, że za rok też będziemy mogli gościć w Darłówku i cieszyć się pięknem nadmorskiego miasta. Serdecznie dziękujemy.

MIROSŁAWA PENCZYŃSKA
UCZESTNICZKA WTZ W SWARZĘDZU

FOT. (4X) ARCHIWUM SPDST

Podziwiam twoje pasje

POZNAJMY SIĘ LEPIEJ

Z cyklu artykułów „Poznajmy się lepiej" mam przyjemność opisać naszego kolegę Piotra Śliwińskiego. Piotr jest bardzo dobrym kolegą. Odznacza się dużym poczuciem humoru, bo uwielbia żartować na temat swojej osoby i nie tylko. Interesuje się muzyką i od siedmiu lat uczestniczy w Ogólnopolskich Konfrontacjach Muzycznych Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej w Dobrzycy.

Interesuje się zbieraniem różnego rodzaju breloczków, których posiada prawie pół tysiąca. Lubi oglądać w telewizji teleturnieje i programy rozrywkowe o tematyce muzycznej takie jak: „Jaka to melodia", „Twoja twarz brzmi znajomo", „Mam talent" oraz „Koło fortuny". Często słucha i ogląda kabarety, które inspirują go do tworzenia etiud i tekstów na konkursy filmowe. Pomaga mu terapeuta Mariusz Wieliczko. Ostatnio wspólnie z instruktorem nakręcił niezwykły film „Monolog stereo", który częściowo był oparty na faktach o jego życiu. Film zajął III miejsce na „Festiwalu Filmów Niecodziennych" oraz został wyróżniony na Europejskim Festiwalu Filmowym – „Ty i Ja" w Koszalinie.

Piotr pasjonuje się także samochodami. Chętnie bierze udział we wszystkich uroczystościach organizowanych przez nasze Stowarzyszenie takich jak Dzień Matki, „Zaczarowana melodia", „Anielskie Śpiewogranie", „Igrzyska Sprawnych Inaczej". Często wspomina „Dni Swarzędza", bo wówczas ma okazję zrobić zdjęcie z ulubioną gwiazdą i zdobyć autograf.

Piotrku, to bardzo piękne, że masz tak wiele pasji, które pomagają Tobie pokonywać życiowe trudności i nastawiają Cię pozytywnie do życia. Bądź dzielny jak do tej pory i nie zmieniaj się.

AGNIESZKA SZYDŁOWSKA
UCZESTNICZKA WTZ W SWARZĘDZU

FOT. (4X) ARCHIWUM SPDST

WYŁONIONO TALENTY MIESZKAŃCÓW POWIATU POZNAŃSKIEGO

Niezwykłe osobowości

Jarosław Trepto, zwycięzca tegorocznej edycji „Zlotu Talentów".

Niech „Zlot Talentów" trwa „do końca świata, a nawet jeden dzień dłużej". Do historii przeszła jubileuszowa, dziesiąta edycja Powiatowego Przeglądu Twórczości Artystycznej Osób Niepełnosprawnych. Przypomnijmy, że celem „Zlotu Talentów" jest promocja dorobku twórczego osób z niepełnosprawnościami – mieszkańców powiatu poznańskiego. Uczestnicy placówek rehabilitacyjno-terapeutycznych oraz osoby indywidualne prezentują swoje uzdolnienia literackie, muzyczne, plastyczne i fotograficzne zgłaszając prace w poszczególnych kategoriach. Zwycięzca bądź zwyciężczyni przeglądu otrzymuje tytuł „Talent Roku".

Pierwsza edycja wydarzenia odbyła się we wrześniu 2013 roku. Główną laureatką przeglądu została wówczas Sandra Paetz, uczestniczka Warsztatu Terapii Zajęciowej w Swarzędzu, nagrodzona za interpretację utworu Edyty Geppert „Zamiast". Organizatorem „Zlotu Talentów" jest Fundacja Polskich Kawalerów Maltańskich „Pomoc Maltańska" w Poznaniu, a bezpośrednim realizatorem – Dom Pomocy Maltańskiej w Puszczykowie. Przedsięwzięcie jest współfinansowane przez Powiat Poznański. Tegoroczny „Zlot Talentów" zrealizowano 15 września w Hali Widowiskowo-Sportowej Ośrodka Sportu i Rekreacji w Mosinie.

Udział wzięli przedstawiciele następujących placówek: WTZ „Roktar" w Tarnowie Podgórnym, WTZ „Promyk" w Konarzewie i Otuszu, ŚDS „Gościnni" w Kórniku, DPS w Lisówkach, SOS-W im. Janusza Korczaka w Mosinie, WTZ w Boduszewie, WTZ w Swarzędzu, WTZ Fundacji „Pomoc Maltańska" w Poznaniu, Klubu Samopomocy w Kleszczewie, WTZ w Murowanej Goślinie, WTZ w Pobiedziskach, WTZ w Drzązgowie, WTZ „Wspólna Droga" w Luboniu, ŚDS w Swarzędzu, DPM w Puszczykowie oraz Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego i Rehabilitacji Medycznej w Owińskach.

– Jak na dziesiątą, jubileuszową edycję przeglądu przystało, poziom był bardzo wysoki. On zresztą z roku na rok rośnie, co nas bardzo cieszy. Tak jak i to, że na finał przyjechali przedstawiciele wszystkich placówek z powiatu poznańskiego zajmujących się rehabilitacją osób z niepełnosprawnościami. Nie można bowiem zapomnieć, że to wydarzenie to nie tylko konkurs. Ono ma także na celu, jakże potrzebną, integrację środowiska i wymianę doświadczeń – powiedział Antoni Kalisz, członek Zarządu Powiatu w Poznaniu (przytoczona wypowiedź pochodzi ze strony https://powiat.poznan.pl, przyp.red).

Tytuł „Talent Roku 2022" tym razem przypadł w udziale Jarosławowi Trepto, uczestnikowi WTZ w Boduszewie, który równocześnie został uznany Osobowością Roku 2022. Jarek wykonał – jak zwykle profesjonalnie i przepięknie – utwór z repertuaru Ryszarda Rynkowskiego pt. „Natalie". Prezentowane podczas jubileuszowej gali prace oceniało jury w składzie: Sylwia Dolna, przedstawicielka Wydziału Spraw Społecznych i Zdrowia Starostwa Powiatowego w Poznaniu, Maciej Szulc, wokalista i gitarzysta, założyciel grupy „PoTrzecie", pracownik Mosińskiego Ośrodka Kultury, Magdalena Gosk-Buczkowska, pełnomocnik Zarządu Fundacji Polskich Kawalerów Maltańskich i Maciej Kubacki, absolwent Akademii Muzycznej w Poznaniu, wicedyrektor i nauczyciel muzyki w Szkole Podstawowej nr 2 w Puszczykowie.

W kategorii teledysk jury przyznało ex aequo pierwsze miejsce teledyskom przygotowanym przez: WTZ w Swarzędzu, SOS-W im. Janusza Korczaka w Mosinie, WTZ w Drzązgowie i ŚDS w Swarzędzu.

W kategorii teatr jury przyznało ex aequo pierwsze miejsce placówkom: WTZ w Murowanej Goślinie, WTZ „Roktar" w Tarnowie Podgórnym, Zakładowi Opiekuńczo-Leczniczemu i Rehabilitacji Medycznej w Owińskach i ŚDS w Swarzędzu.

W konkursie plastycznym pt. „Magiczne drzewo" pierwsze miejsce zajęła Karolina Joksz, drugie – Renata Kaczmarek. W konkursie pt. „Emocje" na pierwszym miejscu uplasowała się Roma Tomczak, na drugim – Maurycy Kosmaczewski. W konkursie pt. „Struktura" pierwsze miejsce zdobył Tomasz Pluciński, drugie – Karina Jaśkiewicz. W konkursie pt. „Fantazyjne motyle" pierwszą nagrodę otrzymali Michał Ogoniak i Piotr Śliwiński, drugą – Maria Brych. W konkursie pt. „Afrykańska maska" na czołowym miejscu uplasowała się Hanna Siąkowska, a na drugim Magdalena Zgoła. W konkursie pt. „Baśniowe inspiracje" pierwsze miejsce zajął Piotr Banaszak, drugie – Katarzyna Witaszak i Maciej Goździak. W konkursie fotograficznym pt. „Mój dom w obiektywie" na pierwszym miejscu uplasowała się Gabriela Mueller, a na drugim Katarzyna Błoniewska. W konkursie fotograficznym pt. „Leśne fotografie" pierwsze miejsce zajął Piotr Maćkowiak, drugie – Wanda Czapracka.

KAROLINA KASPRZAK

Artystyczne uzdolnienia prezentują uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy „Gościnni" w Kórniku.

Reprezentanci Warsztatu Terapii Zajęciowej „Roktar" w Tarnowie Podgórnym w inscenizacji teatralnej o tematyce kulinarnej.

FOT. (3X) KAROLINA KASPRZAK

Niepowtarzalne rzeźby z ziemniaka

10 września w Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk" w Otuszu przybyli na Święto Pieczonego Ziemniaka członkowie Stowarzyszenia na rzecz Osób Niepełnosprawnych w Komornikach oraz uczestnicy WTZ ze swoimi rodzinami.

Słoneczna, jesienna aura pozwoliła nam przyjemnie spędzić ten czas. Prezes Bogdan Maćkowiak powitał zgromadzonych gości. Gościliśmy Tomasza Woźnicę, zastępcę dyrektora PCPR w Poznaniu, Piotra Gorońskiego, przewodniczącego Rady i Miasta Gminy Buk i Romualda Kubiaka, sołtysa Otusza. Skosztowaliśmy smacznych potraw z ziemniaka,a były to: szare kluchy z kapustą, gzik z ziemniakami, frytki oraz słodkości, w tym wata cukrowa o różnorodnych smakach i kolorach.

Były konkurencje i quizy sprawdzające naszą wiedzę o ziemniaku. Był sympatyczny Olaf z Krainy Lodu, który wykonał pamiątkowe zdjęcia.

Były różne zabawy prowadzone przez animatorów. Jeździliśmy bryczkami po okolicy, próbowaliśmy nie spadać z jazdy na byku. Podobały się zabawy z chustą Klanzy, ogromne bańki i sztuczny śnieg o tej porze roku.

Uczestniczyliśmy w licznych konkursach, między innymi na rzeźbę z ziemniaka. Wszystkie wykonane rzeźby były kreatywne i niepowtarzalne. Ja wykonałam konia. Muszę przyznać, że wyszedł piękny, bo bardzo się starałam, żeby tak było.

Na koniec pan Prezes wręczył wszystkim upominki w postaci ziemniaczanych chipsów, dziękując za obecność i wspaniałą zabawę.

MARITA NAPIERAŁA
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK" W KONARZEWIE

FOT. (4X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK"

Lew przyjaciel

23 sierpnia uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk" w Konarzewie i Otuszu w kinie „Wielkopolanin" w Buku obejrzeli przygodowy film „Lena i Śnieżek". Podziwialiśmy niezwykłą przyjaźń białego lwa z nastolatką, która uratowała go przed handlarzami zwierząt.

Lwiątko i dziewczynkę spotykało jednak wiele kłopotów, które dzielnie pokonali. Film bardzo nas zaciekawił, wywołał uśmiech i radość. Cieszymy się, że mogliśmy spotkać się w kinie, spędzić z sobą czas i porozmawiać wspólnie o filmie. Sama chciałabym spotkać takiego przyjaciela jak lew, choć wiem, że takie zwierzęta muszą żyć w naturalnym środowisku, gdyż są drapieżnikami. W domu mam psa, który jest moim najlepszym przyjacielem. Wyjazd do kina był bardzo udany. Lubimy uczestniczyć w takich wyjazdach.

BARBARA HOFFA
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK" W KONARZEWIE

FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK"

Wrócił dawny czas...

Z początkiem września w naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk" w Konarzewie mieliśmy przebieraną zabawę w stylu lat osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych. Królowały neonowe stroje, wysokie skarpety, leginsy i plastikowa biżuteria. Bawiliśmy się przy przebojach z tamtych czasów.

Sobie przygotowałem koszulę w kratę, w kolorze bordowym, kamizelkę, czarne spodnie i kaszkiet. Przebierańcom nie zabrakło kolorowych peruk, odważnych strojów o intensywnych kolorach, łączących różnego rodzaju tkaniny. Czas umiliły nam zdjęcia, placek przygotowany przez uczestników pracowni gospodarstwa domowego oraz wata cukrowa o owocowych smakach. Zabawa pełna była radości, mogliśmy wspólnie potańczyć i pobawić się przy muzyce i piosenkach gwiazd z tamtych lat.

PIOTR BARANOWSKI
UCZESTNIK WTZ „PROMYK" W KONARZEWIE

FOT. (4X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK"

Życie z MPD

6 października każdego roku obchodzimy Światowy Dzień Mózgowego Porażenia Dziecięcego. Październik został uznany na całym świecie miesiącem solidarności z osobami z mózgowym porażeniem dziecięcym. Działanie to ma na celu upowszechnianie wśród różnych grup społecznych wiedzy, czym jest mózgowe porażenie dziecięce (w skrócie MPD) oraz z jakimi trudnościami zmierzają się osoby z tą niepełnosprawnością.

MPD nie jest chorobą, którą można wyleczyć farmakologicznie, zażywając przepisane przez lekarza tabletki. To zespół wielu zaburzeń powstałych na skutek uszkodzenia mózgu – niedokrwienia, niedotlenienia bądź krwawienia w obrębie czaszki. Warto wiedzieć, że powstałe uszkodzenia mają charakter trwały i nie można ich cofnąć. MPD nie postępuje. Stopień zaburzeń związanych z uszkodzeniem układu nerwowego, narządu ruchu i mowy utrzymuje się na stałym poziomie przez cały okres życia.

Jak już kiedyś wspominałem czytelnikom naszego miesięcznika, jestem osobą z MPD. Od czasu złamania lewej ręki przed pięcioma laty zacząłem odczuwać problemy z równowagą. Mam uszkodzenie lewostronne okołoporodowe, do tego doszły jeszcze kontuzje w ostatnim czasie. Poruszam się za pomocą kijków nordic walking, co daje mi większe poczucie bezpieczeństwa. Rzadko korzystam z kul ortopedycznych, a jeśli już, to tylko w czasie kontuzji bądź na basenie, ponieważ kule negatywnie wpływają na pracę mojego kręgosłupa.

Każdego ranka wyruszam na krótki, około 3 kilometrowy, spacer. Prace domowe, gdy jest taka możliwość, wykonuję w pozycji siedzącej. Muszę znać swoje możliwości i nie mogę ich przekraczać. Zbyt swobodne angażowanie mojego ciała w różne czynności spowoduje poważne konsekwencje, które dotkną nie tylko mnie, lecz także moich najbliższych. W przypadku nagłego pogorszenia stanu zdrowia stanę się zależny od innych.

KRYSTIAN CHOLEWA

Zimą smakować dary lata

W pracowni gospodarstwa domowego w naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk" w Konarzewie każdego dnia unosi się piękny zapach. Przygotowujemy smaczne i zdrowe posiłki. Latem wykorzystujemy warzywa i owoce z naszej szklarni, ogródka i skrzyń warzywnych, które mamy na tarasie.

W szklarni w tym roku posadziliśmy sałatę, paprykę, fasolkę, koper, rzodkiewkę, pomidory, z których na co dzień korzystamy w kuchni. Warzywa i owoce hodujemy w tunelu foliowym. W skrzyniach warzywnych rośnie pietruszka, pomidory, zioła, szczypiorek, cebula i szpinak. Wszystkie uprawy regularnie podlewamy. Z warzyw i owoców przygotowujemy kompoty, zaprawy, sałatki, konfitury. Pieczemy też ciasta i przygotowujemy smaczne desery z owoców.

W pracowni uczymy się też podziału obowiązków, wzajemnej współpracy i szacunku. Odmierzania odpowiednich porcji ciast i różnego rodzaju potraw. Estetycznego podawania potraw i nakrywania do stołu. Bardzo ważna jest współpraca i zrozumienie. Naszej grupie świetnie się udaje zachować te zasady.

Lato kończy się, więc prace w ogrodzie i szklarni również. Aby jesienią i zimą posmakować trochę lata, korzystamy z letnich darów zamkniętych w słoikach w spiżarni.

TERESA HOFFA
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK" W KONARZEWIE

FOT. (4X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK"

Pani Zofia

14 października przypada Święto Edukacji Narodowej. To okazja, aby podziękować wszystkim nauczycielom za trud włożony w przekazywanie wiedzy. Nauczyciel przygotowuje młode pokolenie na wyzwania przyszłości kształtując ich umiejętności i postawy, które pozwolą im sprawnie funkcjonować w dorosłym życiu. Jego podstawowym narzędziem pracy jest głos, którym przez kilka godzin dziennie musi operować.

W tym artykule chcę przybliżyć historię młodej nauczycielki, która pracuje w szkole ponadpodstawowej. Podczas wakacji uległa poważnemu wypadkowi, w wyniku którego ma poważne problemy z wymową. Początkowo bardzo obawiała się, czy dysfunkcja mowy pozwoli jej na powrót do aktywności zawodowej. Po zakończeniu leczenia i rehabilitacji udała się do swojego zakładu pracy. Towarzyszyły jej wówczas negatywne myśli, że będzie musiała się rozstać ze swoimi uczniami.

Została bardzo miło przyjęta przez dyrekcję szkoły, kolegów i koleżanki z pracy oraz uczniów, którzy powiedzieli, że nie wyobrażają sobie dalszej edukacji bez swojej pani profesor (w szkole ponadpodstawowej jest zwyczaj, że do każdego nauczyciela zwracamy się tym tytułem). Przed wypadkiem pani Zofia uczyła religii, historii oraz wiedzy o społeczeństwie.

Po powrocie do pracy dyrekcja udostępniła jej klasę na parterze, dzięki czemu nie musiała pokonywać dodatkowych barier architektonicznych, ponieważ wówczas poruszała się za pomocą kul ortopedycznych. Zajęcia lekcyjne prowadzi obecnie w formie prezentacji multimedialnych uzupełniając je o różnego rodzaju krzyżówki przygotowywane specjalnie dla uczniów, proponuje im interesujące filmy, rozszerzające omawiane zagadnienia. Warto dodać, że szkoła ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych zakupiła syntezator mowy wraz z mikrofonem, który bardzo ułatwia pani Zofii porozumiewanie się z uczniami.

KRYSTIAN CHOLEWA

Remont WTZ w Kaliszu

Od początku stycznia do czerwca w Warsztacie Terapii Zajęciowej przy ul. Złotej 21 w Kaliszu, działającym przy Fundacji Inwalidów i Osób Niepełnosprawnych „Miłosierdzie", został przeprowadzony kapitalny remont i modernizacja pomieszczeń. Remont był możliwy dzięki udziałowi Samorządu w „Programie wyrównywania różnic między regionami III" ogłoszonym przez PFRON.

Realizacja projektu polegała na kompleksowym remoncie, przebudowie i modernizacji pomieszczeń mieszczących placówkę rehabilitacyjną. Pomieszczenia, w których placówka mieści się od 1995, nie były dotąd remontowane, za wyjątkiem drobnych napraw bieżących, a ich standard, zarówno pod względem metrażu, oświetlenia czy sanitariatów znacznie odbiegał od norm obowiązujących w XXI wieku.

Przebudowa Warsztatu Terapii Zajęciowej między innymi polegała na połączeniu pomieszczeń poprzez częściową likwidację ścian działowych, i pozyskanie ich przez postawienie nowych, wymianie instalacji elektrycznej i hydraulicznej, całkowitej wymianie podłóg i oświetlenia oraz przekonstruowaniu i modernizacji toalet, których liczba była do tej pory niewystarczająca. Wskutek przeprowadzonych prac można było powiększyć powierzchnię pracowni, których standard odpowiada normom obowiązującym na dzień dzisiejszy.

Całkowity koszt realizacji projektu wyniósł 347.814,92 zł., na który złożyły się: 160 000,00 zł pozyskanych z PFRON w ramach Programu, oraz 187 814,92 zł przeznaczone na ten cel przez Miasto Kalisz.

Dzięki znacznemu dotowaniu projektu przez Miasto Kalisz możliwe było wykonanie prac remontowych w zaplanowanym wcześniej zakresie, mimo gwałtownego, znacznego wzrostu cen materiałów i usług w ostatnim czasie. Ogromna życzliwość i zrozumienie problemów osób z niepełnosprawnościami nie są obce kaliskim władzom samorządowym, które swoich niepełnosprawnych mieszkańców starają się traktować na równi ze wszystkimi mieszkańcami naszego miasta.

Teraz, po wyremontowaniu i doposażeniu pomieszczeń, 20 osób z niepełnosprawnościami przez kolejne lata będzie mogło odbywać tu rehabilitację społeczną i zawodową w warunkach znacznie lepszych niż dotychczas.

MARIUSZ PATYSIAK

FOT. (3X) MARIUSZ PATYSIAK

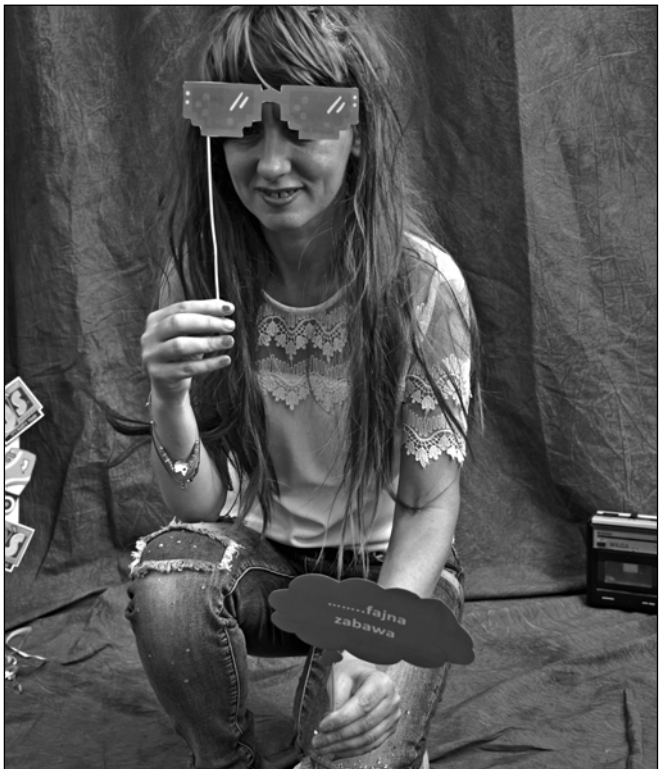
Ważna przyjaźń

Jest miesiąc październik, wakacje za nami. A przed nami – już jesień. My natomiast wspominamy nasze letnie prace w foliowcu i w ogródku.

Teraz w pracowniach naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej w Konarzewie lubię wykonywać różnego rodzaju sploty z makramy, a także obrazy wykonywane metodą haftu diamentowego, który pozwala mi się zrelaksować, odprężyć, wyciszyć. Prace wykonywane podczas zajęć wzmacniają we mnie poczucie wartości, dając wiele radości i satysfakcji.

Mam również możliwość skorzystania z codziennej rehabilitacji, a także rozmów z psychologiem. Przez problemy zdrowotne i długą nieobecność na zajęciach warsztatowych bardzo stęskniłam się za swoimi kolegami i koleżankami, za wspólnie spędzanym czasem i naszymi rozmowami. Nie mogłam się już doczekać powrotu do Warsztatu naszych zajęć prowadzonych w pracowniach, wspólnie spędzanych chwil. Dodało mi to siły i wiary w siebie. Cieszę się bardzo, że możemy być razem. Poczucie bliskości i przyjaźni jest dla mnie bardzo ważne.

MARIOLA KUBIAK
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK" W KONARZEWIE



FOT. (2X) ARCHIWUM WTZ „PROMYK"

Ludzie

W sierpniowym wydaniu „Filantropa" (str. 16 i 17) opublikowaliśmy wiersze Patrycji Janowicz i Agaty Kurtiak, uczestniczek Dziennego Ośrodka Adaptacyjnego nr 1 w Poznaniu. Obydwie poetki w tegorocznym konkursie „Słowa, dobrze, że jesteście" organizowanym przez Fundację Anny Dymnej „Mimo Wszystko" zdobyły: Patrycja III miejsce i wyróżnienie Agata.

Dzięki uprzejmości Pauliny Kosteckiej z DOA nr 1 drukujemy w wydaniu październikowym naszego miesięcznika wiersze laureatów nieco wcześniejszych, dorocznych edycji konkursu. Uczestnikom poznańskiego DOA: Tomaszowi Kruszonie jury przyznało I miejsce (w 2020 roku) i Joannie Kaniewskiej miejsce III.

Słowa tych wierszy budzą wzruszenie i podziw dla wyobraźni, pomysłów i metafor autorów. ***MB***

WIERSZE TOMASZA KRUSZONY

BRUTUS

Już nie pójdziemy na spacer
Na działkę ani do lasu
Nie pobiegniesz
Ani nie wystraszysz się obcych.
Już nigdy nie usłyszę twojego szczekania,
Nie podasz mi łapy,
Nie będzie już tak jak kiedyś
Nie będę już nigdy trzymał ciebie na smyczy,
Nie pogłaskam twojej jasno-brązowej sierści
Miękkiej.
Lubiłem cię, byłeś wesoły,
Choć bałeś się burzy i sztucznych ogni,
Miewałeś swoje humory.
Moim bliskim przyjacielem byłeś,
Zawsze pilnowałeś domu.
Brakuje mi śpiewów, zabaw,
Radosnego szczekania.
Chciałem mieć drugiego psa,
Ale już nigdy nie będzie taki sam
Jak Ty.

GDY BYŁEM CHMURĄ

Gdy byłem chmurą
Na deszczowym niebie,
Ciągle padało, grzmiało,
Było smutno, szaro.
Patrzyłem na inny świat

bardziej prawdziwi...

Obcy, brudny, zachmurzony,
Wokół ludzie kłótliwi, nerwowi
Zamknięci w domach,
Patrzą przez okna.
W nocy jeszcze lało.

Rano wyszło słońce
Przegoniło chmury.
I było gorąco.

KIEDYŚ

Kiedyś nie było Internetu.
Ludzie wysyłali do siebie telegramy
Telewizja była czarno-biała.
Kiedyś było lepiej,
Ludzie podróżowali konno,
statkiem, pieszo
Nie mogli dojść daleko.
Kiedyś było spokojniej, inaczej.
Czas płynął wolniej,
Spotkania, rozmowy.
Ludzie żyli zdrowiej,
Byli bardziej prawdziwi.
Chciałbym, żeby było jak dawniej
Chciałbym....

PRZEZ CHWILĘ...

Istnieje tylko przez chwilę
Chmura, co ciągle znika.
Mgła, deszcz, słońce.
Pozostawione przez nas ślady,
Które za sobą roznosimy,
Rozdeptujemy.
Osoby, widziane tylko raz,
Spotkane przypadkiem.
Mignięcie migawki,
Wspomnienia.
Tajemnicza brama,
przez którą można przejść
bez powrotu.
To, co nie istnieje naprawdę,
Życie jak w grze komputerowej.
Duchy widoczne w nocy,
Księżyc, który rano znika.
To jest świat
Jak z jakiegoś filmu.
Odbicie w lustrze.
Moment.
To wszystko?

WIERSZ JOANNY KANIEWSKIEJ

DLA MACIEJA

Jesteśmy jak Flip i Flap,
Jak kolorowe buty dwa,
Jak gołąbki gruchające,
Zające na kwiatowej łące,
Jak po deszczu tęcza,
Jak sklejone części.
A wiatr hula, w duszy gra,
Biją razem serca dwa
Jak łabędzie śpiewające,
Jak dwa puzzle pasujące.
Jesteś dla mnie jak poranna kawa
I czasami jak gwiazda polarna,
Jak wiatr, który do tańca porywa
I cały świat twoje imię przyzywa,
Jak druga połowa
Jak dla konia podkowa.
Lubię z tobą rozmawiać,
O wszystkim ci opowiadać,
Czasami w tle muzyka gra...
Ty i ja.
Jak studnia wysycham bez ciebie
I jest mi z tobą jak w niebie.
Jesteś jak promień słońca.
Mogłabym z tobą tańczyć bez końca
Jak silne drzewo dajesz schronienie.
Jesteś mym światem, jesteś mym tlenem,
Jak do poduszki przytulona głowa,
Jak blask wiosennego słońca,
W którego promieniach się ogrzewam
I wciąż w duszy śpiewam, śpiewam, śpiewam.

Opole integruje

Występy artystyczne, prezentacja sprzętu rehabilitacyjnego i ortopedycznego, pokaz prac plastycznych oraz rękodzieła osób z niepełnosprawnościami – to wybrane atrakcje XXI Opolskich Dni Osób Niepełnosprawnych, które zostały zorganizowane pod honorowym patronatem prezydenta miasta Opola Arkadiusza Wiśniewskiego w dniach 8 i 9 września w Parku Grabówka (obok Filharmonii) w Opolu.

Organizatorami wydarzenia byli: Wojewódzkie Towarzystwo Walki z Kalectwem, Urząd Miasta Opola i Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie. Jedną z instytucji wspierających wydarzenie był Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Zadanie było finansowane z budżetu Miasta Opola.

Niepełnosprawni mieszkańcy Opola, ich rodzice, rodziny i opiekunowie mogli zasięgnąć informacji przy specjalnie przygotowanych punktów informacyjnych. Przygotowano debatę pod tytułem: „Czy istnieją szczególne potrzeby?", w trakcie której uczestnicy dowiedzieli się, w jaki sposób pomagać osobom z niepełnosprawnościami w codziennym życiu oraz jak tworzyć przestrzeń bez barier. Była prezentacja „symulatora starości" – chętni mogli ubrać specjalny kombinezon, aby przekonać się, jak trudne jest wykonywanie codziennych zadań, gdy ma się ograniczone i spowolnione ruchy rąk i nóg.

XXI Opolskie Dni Osób Niepełnosprawnych ukierunkowane były również na profilaktykę i promocję zdrowia. Można było wykonać bezpłatne badanie wzroku oraz pomiar cukru we krwi. Pracownicy opolskiego oddziału Polskiego Czerwonego Krzyża przygotowali pokaz resuscytacji krążeniowo-oddechowej – każdy mógł przećwiczyć na fantomie, jak to się robi, aby w przyszłości móc uratować komuś życie. Były też ciekawe koncerty: występ orkiestry „Górażdże" ze Zdziechowic, koncert Orkiestry Myśliwskiej z Komprachcic pod batutą Andrzeja Bojarskiego oraz wiele innych atrakcji.

KRYSTIAN CHOLEWA

Z kijkami zawsze

26 sierpnia seniorzy uczestniczący w projekcie „Rekreacyjnie i sportowo wśród seniorów" dotowanym ze środków Gminy Kleszczewo spotkali się ponownie w parku, aby nadal uczyć się nauki chodzenia z kijkami.

Było upalnie, ale wśród drzew mieliśmy cień i łatwiej można było maszerować. Ta aktywność dotlenia organizm i jest wskazana w każdym wieku i o każdej porze roku. Dlatego na podwieczorku uzgodniliśmy, że wprawdzie projekt się skończył, ale grupa nadal będzie chodzić. Przyjedzie też instruktorka pani Kasia i asystentka pani Iwona. Zainteresowanych będziemy powiadamiać o terminach zebrań i ćwiczeń. Nordic Walking będzie trwało.

MIROSŁAWA RADZIMSKA

FOT. (2X) ARCHIWUM OPS W KLESZCZEWIE

Życie dorosłe przynosi wiele niespodziewanych zdarzeń i przeciwności, które trzeba pokonać. Osobom z niepełnosprawnością narządu wzroku, ze względu na całkowity lub częściowy brak widzenia, czynności dnia codziennego sprawiają więcej trudności niż osobom widzącym. Ludzie ze szczególnymi potrzebami zmagają się z wieloma przeszkodami i barierami architektonicznymi czy mentalnymi. Zastanówmy się, jakie są ich najważniejsze problemy w dorosłym życiu i czy można je pokonać.

Nie od dziś wiadomo, że praca pełni ogromną rolę w procesie aktywizacyjnym i rehabilitacyjnym. Poprawia poczucie naszej wartości, pewność siebie, sprawia że jesteśmy aktywni i potrzebni społeczeństwu. Niestety, po raz kolejny dostrzegamy podział Polski w kwestii znalezienia pracy u osób ze szczególnymi potrzebami na mniejsze i większe miasta. Te ostatnie oferują ludziom z niepełnosprawnościami więcej możliwości zatrudnienia na otwartym rynku pracy. Działają tam liczne organizacje pozarządowe, które pomagają niepełnosprawnym dobrze się zrehabilitować oraz chętniej nas zatrudniają. Pracę możemy dostać przykładowo w firmach dystrybuujących sprzęt dla osób z dysfunkcjami narządu wzroku. Ostatnio powstają w Polsce muzea pokazujące widzącym codzienne funkcjonowanie niewidomych przy użyciu innych zmysłów takich jak dotyk, słuch i węch. Na niewidzialnych wystawach czy w innych tego typu placówkach kulturalnych przewodnikami wystawy są osoby niepełnosprawne wzrokowo, a pełnosprawni oglądają „inaczej", tj. bez używania wzroku. Często niewidomi zakładają własne firmy zajmujące się szkoleniami lub masażem. Inaczej wygląda sytuacja osób z dysfunkcją wzroku poza dużymi miastami, gdyż tam brakuje dla nich stacjonarnego zatrudnienia. Wtedy najczęściej pracujemy zdalnie jako telemarketerzy, analitycy baz danych, w obsłudze klienta lub na infolinii. Inna grupa osób z niepełnosprawnością narządu wzroku pisze artykuły do miesięczników „Help" i „Sześciopunkt", założonych przez fundacje, działające na rzecz niewidomych i słabowidzących. Ludzie pracujący w tych czasopismach zatrudnieni są na umowę o dzieło. Dodam, że

Zatrudnienie, dostępność i mobilność

jestem autorką tekstów w obu miesięcznikach.

Kolejnym rozwiązaniem ukierunkowanym na umożliwianie osobom z niepełnosprawnościami podjęcia pracy są zakłady aktywizacji zawodowej dające pracę na stanowiskach pomocy kuchennej czy recepcjonisty, najczęściej w ośrodkach wypoczynkowo-szkoleniowych lub instytucjach zajmującymi się osobami ze szczególnymi potrzebami. Następnym sposobem na aktywność jest praca społeczna, polegająca na udzielaniu się w mediach społecznościowych poprzez zakładanie blogów, grup dyskusyjnych, stron internetowych, kanałów na YouTube, gdzie mamy możliwość pokazania społeczeństwu właściwy obraz osoby niepełnosprawnej wzrokowo. Innym zajęciem wykonywanym przez nasze środowisko zarobkowo lub na zasadzie wolontariatu są szkolenia urzędników, pracowników transportu publicznego i banków, które służą poprawie dostępności architektonicznej, cyfrowej i mentalnej. Uważam, że każde rozwiązanie przynoszące korzyści rozwoju osobistego jest dobre. Gdy mamy jakieś zajęcie czujemy, że jesteśmy potrzebni innym ludziom, nie dokucza nam poczucie bezczynności, a zgromadzona nowa energia motywuje do dalszego poszukiwania zatrudnienia.

Wiele mówi się o dostępności. Pojęcie to dotyczy różnych grup społecznych. Największymi beneficjentami projektu poprawiającego ich funkcjonowanie i komfort życia są osoby z niepełnosprawnością i seniorzy. Obecny rząd wdrożył program „Dostępność Plus", którego głównym celem jest poprawa jakości życia osób ze szczególnymi potrzebami poprzez poprawę dostępności architektury budynków, infrastruktury miast oraz dostosowanie stron internetowych instytucji użyteczności publicznej. Z pewnością osoby z niepełnosprawnościami, aby mogły samodzielnie funkcjonować, potrzebują więcej systemowych rozwiązań i udogodnień, o których krótko opowiem. Program rządowy jest ogólnopolski. W społecznościach lokalnych dostępnością zajmują się koordynatorzy i rady do spraw osób niepełnosprawnych. Niestety, ponownie widzimy, że lepiej przystosowane są do realizacji tego zadania duże aglomeracje. Większe miasta szybciej wdrożyły rozwiązania umożliwiające samodzielne poruszanie się po miejskiej przestrzeni publicznej osobom z dysfunkcjami narządu ruchu, wzroku i słuchu. Niepełnosprawni pragną wychodzić z domu, żyć aktywnie i pracować. Moje doświadczenia pokazują, że większą chęć pomagania okazują mieszkańcy dużych aglomeracji. Tam spotyka nas większe zrozumienie ze strony urzędników i pracowników transportu miejskiego. Ogólnie można zauważyć dużą poprawę w tej kwestii. Jednak ciągle musimy uświadamiać i edukować ludzi pełnosprawnych, by nie bali się pomagać osobom ze szczególnymi potrzebami. W mniejszych miejscowościach i na wsiach brak dostosowanej infrastruktury, wykluczenie telekomunikacyjne oraz mentalność pełnosprawnych mieszkańców społeczności lokalnych sprawia, że niepełnosprawni nadal mają tam mniejsze perspektywy rozwojowe i zawodowe.

W moim rodzinnym mieście nie ma żadnych rozwiązań wspierających mobilność osób z ograniczeniami sprawności takich jak: pola uwagi, linie naprowadzające, kontrastowe oznaczenia pierwszego i ostatniego stopnia schodów budynków użyteczności publicznej i tym podobne. Tutaj jest dużo do zrobienia. Przede wszystkim trzeba zmienić mentalność ludzi, zakorzenioną schematami myślowymi z poprzedniego systemu. W tamtych czasach niepełnosprawni byli traktowani jako ludzie nieporadni, potrzebujący specjalnej troski. Fundacja „Vis Maior" prowadzi projekt pn. „Niewidomi liderzy zawsze aktywni", który ma na celu poprawę dostępności architektonicznej, komunikacyjnej i cyfrowej naszych miasteczek gminnych i powiatowych. Biorę w nim udział. Mam nadzieję, że nabyta wiedza podczas szkoleń zdalnych i stacjonarnych przyczyni się w przyszłości do moich społecznych działań na rzecz poprawy warunków życia i funkcjonowania niepełnosprawnych mieszkańców Starogardu Gdańskiego.

Komunikacja pomiędzy środowiskiem osób z niepełnosprawnościami a pełnosprawnymi jest niezwykle istotna. Przebywanie wśród ludzi o różnorodnych poglądach i sposobie bycia czyni nas otwartymi ludźmi. Spotkania towarzyskie wzbogacają nasze życie o nowe doświadczenia oraz motywują do dalszych działań. Ponownie występuje podział na małe i duże miasta. Podam przykład z miasta Warszawy. Gdy podróżuję samodzielnie do Warszawy i po niej, od razu znajdują się zwykli przechodnie, którzy widząc osobę poruszającą się z laską szukającą właściwego kierunku, bez wahania pomagają i doprowadzają do wskazanego celu i nie mają obaw w udzielaniu nam wsparcia. Są otwarci na drugiego człowieka. Przyczyn tych dobrych wzorców postępowania jest naprawdę dużo. Najważniejsze z nich to: pobliski Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Laskach, widzący obserwują nas niewidomych podczas zajęć z orientacji przestrzennej po Warszawie, gdzie uczymy się samodzielnie poruszać, więcej ludzi z niepełnosprawnością wzroku idzie z laską lub psem przewodnikiem, większa jest też aktywność osób z dysfunkcją wzroku w społeczeństwie.

Ostatnią bardzo ważną potrzebą niewidomych w społeczeństwie, którą chciałabym poruszyć, jest mobilność. Poruszamy się po przestrzeni publicznej na wiele sposobów. Niektórzy z nas przemieszczają się z białą laską. Inna grupa osób z dysfunkcją wzroku porusza się przy pomocy psa przewodnika. Kolejnym rozwiązaniem jest łączenie dwóch pomocników: kija i nawigacji GPS. Czwartym sposobem przemieszczania się z punktu A do punktu B jest chodzenie z osobą widzącą, trzymającą nas za łokieć lub ramię i informującą o przeszkodach czyhających na naszej drodze. Uważam, że każde rozwiązanie używane przez osoby z niepełnosprawnością narządu wzroku jest dobre. My, niewidomi różnimy się między sobą. Ważne, by nie krytykować wybranego sposobu poruszania się. Często uważa się, że osoby niewidome ze względu na całkowite lub częściowe zaburzenia widzenia są mniej mobilne. W pewnych sytuacjach zawsze będziemy potrzebować pomocy osób widzących, którzy doprowadzą nas do miejsca docelowego w nieznanym mieście. Niektórzy z nas gubią się nawet na znanych trasach i w związku z tym potrzebują większej uwagi osób widzących. Znam niewidomych mających problemy w kontaktach międzyludzkich, którzy boją się poprosić o pomoc w dotarciu do właściwego celu, np. przystanku autobusowego, a przecież prośba o wsparcie nie oznacza naszej niesamodzielności. Na pewno mobilność można wyćwiczyć dzięki długotrwałym treningom chodzenia z laską, dostosowanym do możliwości każdej osoby i pod nadzorem wykwalifikowanego instruktora.

Osoby z dysfunkcją wzroku posiadają często sprzężoną niepełnosprawność, która nie pozwala im na szybsze przemieszczanie się. Dlatego Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych wychodząc naprzeciw oczekiwaniom niewidomych realizuje aktualnie projekt pn. „Trening orientacji przestrzennej i mobilności", który ma na celu zwiększenie umiejętności w samodzielnym poruszaniu się po własnym terenie i innym obszarze wskazanym we wniosku, złożonym w procesie rekrutacyjnym.

KATARZYNA PODCHUL

Stawy, karpie i łabędzie

W ramach projektu „Rekreacyjnie i sportowo wśród niepełnosprawnych" czterdziestoosobowa grupa osób z niepełnosprawnościami, wraz z opiekunami, udała się 29 sierpnia do gospodarstwa rybackiego rodziny Raftowicz w Dolinie Baryczy, w województwie dolnośląskim.

Wysłuchaliśmy prelekcji o gospodarstwie rybackim, które prowadzi hodowlę karpia. Odławia się go jesienią od 40 do 140 tysięcy ton. Przeszliśmy się groblami wśród olbrzymich stawów porośniętych trzciną i inną roślinnością. Poznaliśmy cykl odławiana ryb.

Pani w jednym ze stawów złowiła siecią małe karpie, które następnie wrzuciła do wody, aby podrosły. W karczmie gospodarstwa rybackiego zajadaliśmy na obiad smażone karpie, a na podwieczorek sernik.

Poprzez lornetki obserwowaliśmy ptactwo, które gromadzi się wśród stawów w Dolinie Baryczy. Na jednym ze stawów pływało dużo łabędzi. Pojawiły się daniele, które można było karmić.

Był to dobry czas spędzony wśród przyrody. Dzięki dotacji Gminy Kleszczewo było to możliwe.

MIROSŁAWA RADZIMSKA

Strzał z machiny oblężniczej.

FOT. (2X) ARCHIWUM OPS W KLESZCZEWIE

Kolej średzka.

Atrakcje dla dzieci polskich i ukraińskich

Od 22 do 26 sierpnia odbywały się jednodniowe wycieczki dla dzieci ze świetlic środowiskowych w Nagradowicach i Komornikach działających w okresie wakacji szkolnych oraz w Tulcach i Kleszczewie. W przedsięwzięciu tym wzięło też udział ponad 20 dzieci z rodzin ukraińskich goszczących na terenie naszej gminy.

W pierwszym dniu uczestnicy udali się do nowego ZOO w Poznaniu korzystając z przejazdu kolejką „Maltanka". Dzieci spacerowały w otoczeniu zieleni, podziwiały słonie, wielbłądy, żyrafy, tygrysy, kapibary, małpy, ptactwo wodne, flamingi. Dużą frajdą dla uczestników był przejazd kolejką po nowym ZOO. Nazajutrz była wizyta w Grodzie Pobiedziska, gdzie przewodnik był ubrany w średniowieczny strój. Dzieci przebrane za rycerzy średniowiecznych inicjowały walki na miecze, piki i topory pod okiem przewodnika. Korzystały z urządzeń oblężniczych, strzelały z kuszy – wspólnie z kolegami i koleżankami z Ukrainy.

W trzecim dniu było zwiedzanie Muzeum Arkadego Fiedlera w Puszczykowie.

Sławny podróżnik i pisarz zgromadził duże zbiory z podróży, które uczestnicy podziwiali. W warsztatach plastycznych zorganizowanych w muzeum dzieci wykazały się dużą wyobraźnią i stworzyły wymarzone wyspy. Podziw wzbudziła replika „Santa Maria" Krzysztofa Kolumba oraz piramida Cheopsa w pomniejszeniu.

Kolejną atrakcją wakacyjnego tygodnia była dwugodzinna podróż Średzką Koleją Wąskotorową ze Środy do Zaniemyśla i z powrotem oraz lody od Łobzy w Zaniemyślu. W dzień powrotu do domu byliśmy jeszcze w Pirackim Parku Rozrywki „Nenufar" w Kościanie. Przejażdżki tratwą, pływanie łódeczkami po basenie, zjeżdżanie po tartanie na pontonach, obrotowy i magiczny dom, wioska indiańska, dmuchańce, małe zoo, to niektóre z kościańskich atrakcji.

Wyjazdy mogły się odbyć z funduszy GKRPA w Kleszczewie, a zrealizowało wycieczki Biuro Turystyczne „Dominika" w Środzie Wlkp.

HALINA JEGER

Dziewczynka z jastrzębiem.

FOT. (4X) ARCHIWUM OPS W KLESZCZEWIE

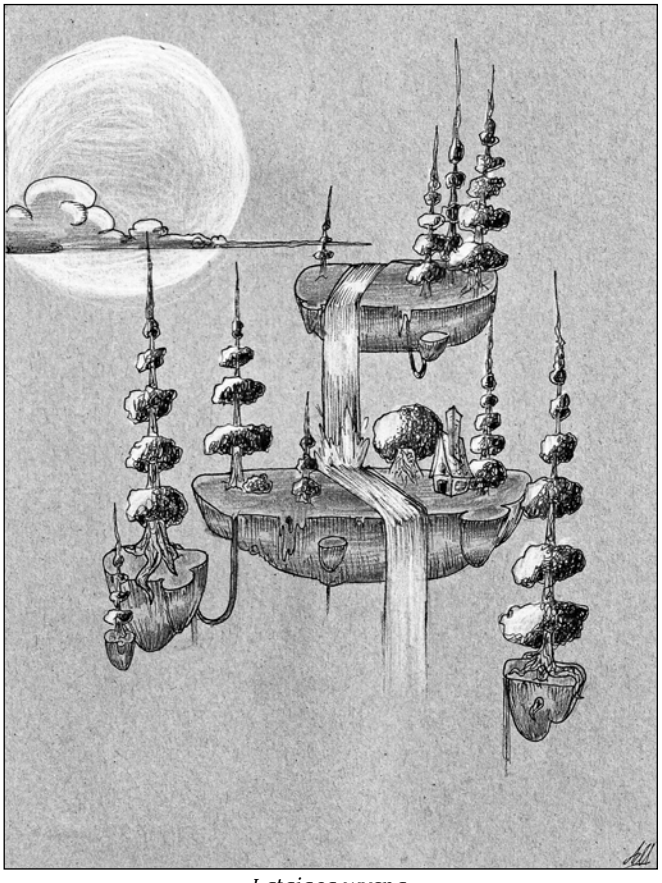
Dzieci przy replice okrętu „Santa Maria" Kolumba w Puszczykowie.

Kosmos, latająca wyspa...

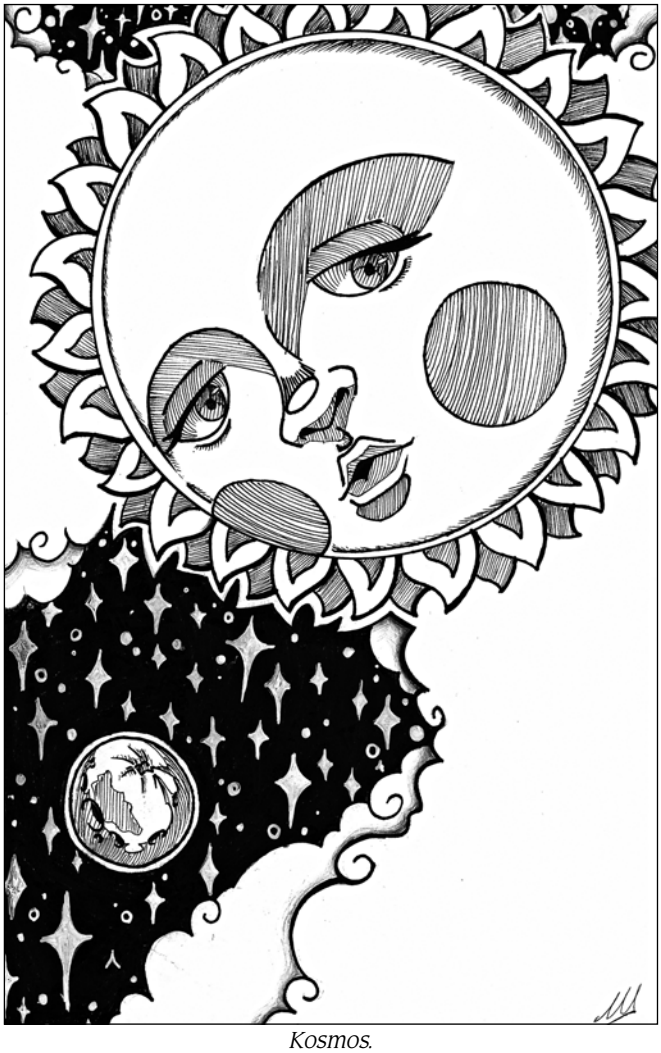
W ciągu dwóch lat 2021 i 2022 trzykrotnie publikowaliśmy niezwykłe rysunki piętnastoletniego artysty Arama Martirosjana, obdarzonego wyjątkowym talentem i zdumiewającą wyobraźnią. Tym razem prezentujemy raz jeszcze jego graficzne wizje.

Halina Koselska-Kubiak, pedagog specjalny, prowadząca w szkole integracyjnej w Wiedniu zajęcia katechetyczno-duszpasterskie, właśnie w Aramie, jednym ze swoich uczniów, odkryła jego oryginalne umiejętności rysownika i malarza. Jako wychowawczyni i opiekunka Arama, razem z uczniami i nauczycielami, zorganizowała w sierpniu wystawę jego dzieł. Jak poinformowała naszą redakcję, Aram z powodu choroby nie przyjechał na otwarcie wystawy, ale otrzymał dużą teczkę z 18 pracami w dużym formacie, filmik i fotografie. Prace Arama budziły zainteresowanie wśród młodzieży z Vienna Business School, grona profesorów i przybyłych gości.

Od września Aram uczęszcza do integracyjnej szkoły handlowej. Miejmy nadzieję, że będzie nadal rozwijał swój talent artystyczny. Byłoby to ważne nie tylko dla niego samego, ale dla wszystkich odbiorców jego prac. Aram urodził się w Armenii, razem z mamą zamieszkał w Austrii. Jest dotknięty wielostawowym, reumatoidalnym zapaleniem stawów. Porusza się za pomocą wózka inwalidzkiego. Pozostaje pod opieką jego mamy i wiedeńskich lekarzy. ***MB***



Latająca wyspa.



Kosmos.

Wolność.

Polami i lasami

19 września w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym dla Dzieci Niewidomych w Owińskach odbyła się impreza turystyczna „Pożegnanie lata". W rajdzie uczestniczyło 51 wychowanków internatu i 18 opiekunów. Jak to jesień, pogoda była zmienna, słoneczno-deszczowa.

Zabraliśmy parasole i kurtki przeciwdeszczowe, które wykorzystaliśmy podczas wędrówki. Trasy dostosowane były do naszych fizycznych możliwości i prowadziły po malowniczych lasach Puszczy Zielonka. Pierwsza grupa dodarła na miejsce autokarem. Przy słonecznej pogodzie radośnie ruszyliśmy na zwiedzanie okolicznych stawów. W połowie drogi spadł deszcz, więc sprawnie udaliśmy się na linię mety. Tam już nasi koledzy rozpalali ognisko.

Kolejne grupy, różnymi drogami, wędrowały z naszego Ośrodka do miejsca docelowego. Najdłuższa, około 9 kilometrów, trasa zaprowadziła nas w pobliże pola golfowego w Trzaskowie. Następnie polami i lasami przy leśniczówce Potasze dotarliśmy na Akwen „Tropicana" w Owińskach, gdzie czekały na nas kiełbaski. Wspólna biesiada z nowymi mieszkańcami internatu pozwoliła nam lepiej się poznać.

MARLENA GIŻYCKA

Pada, ale wytrwale zmierzamy do celu.

Agata i Ania gotowe na spotkanie z deszczem.

Ewka i Zuzia.

Dziewczęta meldują się na mecie. Z przodu Maja, Ewa i Zuzia, za nimi panie Aldona i Agnieszka.

Pada, oj pada, a do mety jeszcze trochę.

FOT.(5X) ARCHIWUM SOS-WDN W OWIŃSKACH

Kochamy lato

Dlaczego tak bardzo lubimy lato? Opowiadają uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej „Wspólna Droga" w Luboniu.

MAGDA: Bo można wyjść na ogródek, opalać się. Można oglądać zachody słońca i robić zdjęcia. Lato to lody. A ja lubię lody. Nie spieszę się. Czytam książki.

ROBERT: Latem można pić różne picia soki, Kubusie, colę, mirindę też piję... ile razy już piłem. W Skorzęcinie nad jeziorem za Gnieznem byłem z bratem i Marleną. Była zabawa. Nauczyłem się tańczyć układ, wszystko było. Całe lato byłem zadowolony.

AGNIESZKA: Bo jest słońce, można się opalać. Są wakacje, są wyjazdy. Byłam w Sandomierzu z rodziną, lubię takie wyjazdy. Byłam w muzeum, były góry, lasy i woda. Zalew Soliński – duży. Płynęłam statkiem.

AREK: Lubię lato bo można jeździć nad morze. Byłem w Pustkowiu, pływałem, spacerowałem. Też chodziłem do różnych miejscowości. Trzęsacz, ruiny, Rewal. Jadłem ryby „U Kulfona". Pyszne gofry, bo lodów nie mogę. Byłem tego lata na dwóch weselach i bawiłem się do świtu nad ranem. Tańczyłem ze wszystkimi po trochu.

REMIK: Można wyjechać nad morze. Można opalać się, kupić muszelki. Poznać kolegę. Zjeść loda. Poleżeć na ciepłym piasku, pobawić się piaskiem. Długo spać. Nie spieszyć się. Lubię wakacje, lubię zamieszanie, pakowanie przed wakacjami.

IZA: Bardzo lubię wakacje w Sarbinowie. Lubię chodzić z kijkami po piasku i po długim deptaku. Pić kawę z rodzicami. Można patrzeć na zachód słońca. Jedzenie było bardzo dobre, mama nie musiała gotować.

ROBERT: Lubię wycieczki wyjazdowe nad jezioro w Strzeszynku. Pływam z zamknięta buzią, robię nury w czepku kąpielowym. Na kocu czytam kryminał w twardej okładce. Lubię lody.

KRYSTYNA JASICZAK
ARANŻACJA

FOT. ANNA BESZTAK MIREK

Piknik

Przy wozie strażackim.

Pamiątkowe wpisy do kroniki.

Na kocu też może być fajnie.

z wozem strażackim

Karolina Kasprzak
POZNAŃ

W położonym 3 kilometry na wschód od Murowanej Gośliny Boduszewie swoją działalność prowadzi od lipca tego roku Warsztat Terapii Zajęciowej „Czerwonaki". To kolejna placówka terapeutyczna na terenie powiatu poznańskiego, której celem jest zapewnienie osobom z niepełnosprawnościami systematycznej rehabilitacji, terapii i integracji. Na profilu warsztatu utworzonym na Facebooku zobaczyć można, czym zajmują się uczestnicy oraz poznać ich sukcesy i osiągnięcia w różnych dziedzinach.

WTZ „Czerwonaki" jest prowadzony przez Czerwonackie Stowarzyszenie Przyjaciół Osób z Niepełnosprawnością i Ich Rodzin. Celem stowarzyszenia jest wspieranie zrównoważonego rozwoju obszaru, na którym działa stowarzyszenie ze szczególnym uwzględnieniem gminy Czerwonak. Głównym celem działań organizacji jest pomoc osobom z niepełnosprawnościami. Prezesem stowarzyszenia jest Urszula Zaworska, a kierownikiem WTZ „Czerwonaki" – Joanna Wichłacz. Działalność warsztatu finansowana jest ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych oraz Powiatu Poznańskiego.

W WTZ działa sześć pracowni: gospodarstwa domowego, edukacyjno-multimedialna, plastyczna, technik różnych, wyrobów świec i kosmetyków naturalnych oraz muzyczna. Do warsztatu uczęszcza 29 osób z niepełnosprawnościami. Każda może rozwijać tu swoje talenty – ściany pracowni zdobią piękne prace plastyczne, są sprzęty do wyrobu świec, przygotowywania posiłków, instrumenty do gry, narzędzia do rysowania i malowania, sprzęt elektroniczny. Siedzibą placówki jest budynek Ochotniczej Straży Pożarnej – Boduszewo 19 B.

Z działalnością nowopowstałego stowarzyszenia oraz warsztatu można było zapoznać się podczas pikniku integracyjnego, zorganizowanego przez społeczność stowarzyszenia 17 września na terenie siedziby warsztatu. Zaśpiewała Anita Krzymieniewska i Jarosław Trepto. Jarka, jego rodziców i przyjaciół oraz wszystkich pozostałych uhonorowano tortem, bowiem kilka dni wcześniej otrzymał główną nagrodę i tytuł „Talent Roku 2022" na X Powiatowym Przeglądzie Twórczości Artystycznej Osób Niepełnosprawnych „Zlot Talentów" (piszemy o tym wydarzeniu na stronie 8). Największą atrakcją pikniku był oczywiście wóz strażacki i prezentacja sprzętu służącego do gaszenia pożarów oraz ratowania życia. Były pamiątkowe fotografie z wozem i różnymi gadżetami, wpisy do kroniki, była radość na twarzach i sympatyczne rozmowy.

Anna Krzyżanek i Adam Wojciechowski.

Jak działa sprzęt gaśniczy.

FOT. (5X) KAROLINA KASPRZAK

XVIII FESTYN INTEGRACYJNY

Dla zdrowia

W oczekiwaniu na konkurencję „tropy".

Szybki kurs segregowania odpadów.

Druga nagroda w konkursie plastycznym dla WTZ „Promyk" w Konarzewie.

Strzelanie z procy okazało się niemałym wyzwaniem, ale poradzili sobie z nim wszyscy.

Z maskotką BÓBR PLUSK firmy AQUANET pozują do zdjęcia uczestnicy WTZ w Murowanej Goślinie.

Było też stoisko z dyniami.

FOT. (8X) KAROLINA KASPRZAK

„BARIEROM STOP"

własnego i natury

Dawno się nie widzieli i nareszcie spotkali. To wydarzenie osoby z niepełnosprawnościami i starsze, dzieci z placówek opiekuńczych usytuowanych na terenie powiatu poznańskiego oraz ich opiekunowie i terapeuci wspominać będą z żalem, że tak szybko minął czas. 8 września na terenie Domu Pomocy Społecznej w Lisówkach, którego organem prowadzącym jest Powiat Poznański, odbył się XVIII już Festyn Integracyjny „Barierom Stop" – tym razem pod hasłem: „Barierom Stop Naturalnie".

Puchar Starosty Poznańskiego wręczony.

Spotkanie zostało zorganizowane pod honorowym patronatem starosty poznańskiego Jana Grabkowskiego i było ukierunkowane na promowanie pozytywnych postaw proekologicznych. Jak zaznaczyli organizatorzy, jeszcze kilkanaście lat temu słowo „ekologia" kojarzyło się ze swego rodzaju ekstrawagancją. Obecnie zmiany klimatyczne, zanieczyszczenia rzek, masowe wycinki drzew i wzrost gatunków zwierząt zagrożonych wyginięciem sprawiły, że o ekologii zaczęło mówić się więcej, a co najważniejsze, wdrażać postawy ekologiczne w życie codzienne. Uczestnicy placówek rehabilitacyjno-terapeutycznych i mieszkańcy domów pomocy społecznej już wiedzą, jak prawidłowo segregować odpady oraz co robić, by nie przyczyniać się do zanieczyszczania środowiska.

Na ten właśnie temat przygotowano w ramach festynu konkurencje – „leśna proca", „bieg z eko-przeszkodami", „tropy", „integracja i segregacja – naturalnie", a także prace plastyczne związane z recyklingiem. Na uczestników czekało ponadto stoisko informacyjno-edukacyjne Nadleśnictwa Konstantynowo i Wielkopolskiego Parku Narodowego. Odbył się wernisaż prac „Mój twórczy recykling" autorstwa Marii Łbik, była też wystawa prac uczestników, ekologiczne upominki, pokaz pojazdów z napędem elektrycznym, sadzonki drzew i naturalne, wegańskie dania, a nawet woda z kranu w DPS (zdatna do picia, po wykonanym badaniu laboratoryjnym przez firmę AQUANET). Wystąpiła formacja muzyczna „Anka" – Anna Świątczak, Piotr Aleksandrowicz i Robert Kurpisz, laureaci II miejsca w konkursie premier tegorocznego Festiwalu w Opolu. Bez wątpienia jednak największą atrakcją wydarzenia były alpaki, które przyjechały z Wiedźminowa (Rydzowa 2, gmina Pobiedziska). Każdy mógł dotknąć, pogłaskać oraz nakarmić marchewką te przesympatyczne stworzenia.

Zmagania uczestników obserwował Jan Grabkowski, starosta poznański, Antoni Kalisz, członek Zarządu Powiatu w Poznaniu, Elżbieta Tonder, dyrektor Wydziału Spraw Społecznych i Zdrowia Starostwa Powiatowego w Poznaniu, Tomasz Woźnica, wicedyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie, Anna Skupień, dyrektor Oddziału Wielkopolskiego Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, przedstawiciele gminnych ośrodków pomocy społecznej, domów pomocy społecznej, klubów seniora i integracji społecznej, opiekunowie i terapeuci osób z niepełnosprawnościami.

Alpaki – zwierzęta niezwykle przyjazne osobom z niepełnosprawnościami.

Łącznie udział wzięły 33 drużyny, blisko 270 osób. Najwięcej punktów, bo aż 44, we wszystkich konkurencjach otrzymała drużyna z Ośrodka Wspomagania Rodziny w Kobylnicy. Puchar reprezentantom tej drużyny wręczył w imieniu starosty poznańskiego Antoni Kalisz. W konkursie plastycznym nagrodę specjalną otrzymał Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy dla Dzieci Niewidomych w Owińskach. Miejsce pierwsze zaś – Klub Seniora „Promień" przy os. Piastowskim w Poznaniu, drugie – Warsztat Terapii Zajęciowej „Promyk" w Konarzewie, a trzecie – Dom Pomocy Społecznej nr 1 w Poznaniu-Strzeszynie.

KAROLINA KASPRZAK

Dzień szewca

Szewc to w dzisiejszych czasach zawód prawie zapomniany. Mało kto teraz oddaje obuwie do naprawy. Coraz częściej kupujemy nowe buty zamiast reperować uszkodzone. Inflacja oraz rosnące koszty życia spowodowały, że przedstawicielom tego zawodu jest bardzo trudno. Branża ta narażona jest na katastrofalny upadek. Wielu rzemieślników musiało zamknąć swoje zakłady, ponieważ nie byli w stanie wypracować takiego miesięcznego zysku, który pozwoliłby im uregulować wszystkie opłaty.

W niektórych mniejszych miejscowościach można spotkać jeszcze czynne zakłady szewskie z prawdziwą historią, działające nieprzerwanie od 30 a nawet 40 lat. Czy ktoś z Was, Drodzy Czytelnicy, wie co to szpilorek, dratwa albo młotek szewski? Szpilorek – to narzędzie w postaci dużej szpili oprawionej w rękojeść, służące do przebijania otworów w skórze dla umożliwienia szycia. Dratwa – to gruba, mocna nić wykonana z włókien lnianych lub konopnych, impregnowana woskiem lub smołą. Młotek szewski – powierzchnia uderzająca obucha jest wypukła, dostosowana do wbijania gwoździ w miękkie powierzchnie (skórę).

Od dziecka ten zawód był mi bliski, chociaż nikt z mojej rodziny go nie wykonywał. Nie nosiłem zwykłych butów, ale obuwie ortopedyczne, które były robione na moje nogi. Brano też pod uwagę styl chodzenia. Raz na pół roku jeździłem na przymiarkę butów do zakładów ortopedycznych. Szewc brał ołówek do ręki i obrysowywał moje stopy. W zimie było mi bardzo chłodno, ponieważ buty te nie były ocieplane. Dużo chodziłem, a miałem tylko jedną parę butów na sezon, dlatego szybko się zdzierały. Dobrze, że miałem w okolicy szewca, który zawsze poratował mnie w sytuacji kryzysowej.

KRYSTIAN CHOLEWA

Najpierw był ból, później strach i niepewność. Opuszczając szpital po operacji wszczepienia endoprotezy stawu biodrowego nie miała żadnych konkretnych informacji jak żyć ze sztucznym stawem biodrowym – gdzie się rehabilitować, gdzie szukać pomocy, choćby w nawiązaniu kontaktu z osobami żyjącymi ze sztuczną endoprotezą. Zrozumiała wówczas, że inni pacjenci, podobnie jak ona, otrzymują przy wypisie ze szpitala jedynie krótką instrukcję na temat podstawowych zachowań pooperacyjnych. Postanowiła powołać do istnienia organizację niosącą fachowe wsparcie ludziom – jak to się skrótowo mówi w ich środowisku – „z endo".

Stowarzyszenie Osób po Endoprotezoplastyce Biodra „Bioderko", bo tak brzmi pełna nazwa tejże organizacji założonej przez Honoratę Pilarczyk, mieści się w Chodzieży i jest jedyną organizacją pozarządową w województwie wielkopolskim i w całej Polsce w ogóle, której działania koncentrują się na zapewnianiu rzetelnych informacji oraz na tworzeniu warunków do rehabilitacji i

Gratulacje i wyrazy uznania dla prężnej działalności Stowarzyszenia „Bioderko".

Statuetki wręczone.

15 LAT STOWARZYSZENIA „BIODERKO" W CHODZIEŻY

„Można mieć puste ręce i być szczęśliwym..."

terapii osobom po operacji wszczepienia endoprotezy stawu biodrowego. W tym roku organizacja obchodzi 15 lat działalności. Uroczystość jubileuszowa została zorganizowana 9 września w Chodzieskim Domu Kultury. Mnóstwo zajętych miejsc było dowodem, że „Bioderko" to wielka, wspaniała rodzina złożona z osób w różnym wieku, o różnych charakterach, upodobaniach i pasjach, które świetnie się rozumieją, a co najważniejsze, wspierają w krytycznych momentach.

– Potrzebowałam 50 lat żeby zrozumieć, co tak naprawdę jest w życiu ważne. To drugi człowiek. Dla niego warto budować przystań, w której może się schronić, gdy szuka pomocy. Można mieć zdrowie, pieniądze i sławę, a być samotnym człowiekiem, ale można mieć też puste ręce, głowę pełną pomysłów i wielu przyjaciół, żeby być szczęśliwym i robić istotne rzeczy. Swoje niedyspozycje i cierpienia przekuwamy w pozytywne emocje – potrafimy cieszyć się każdą chwilą bez bólu wykradzioną życiu, tańczymy i śpiewamy niosąc światu radość, nie zwracając uwagi na to, jak bardzo to nasze życie jest zranione i okaleczone – mówiła o sobie i „Bioderku" podczas uroczystości założycielka.

Stowarzyszenie nieustająco zabiega o to, aby na oddziałach ortopedycznych nie zabrakło informacji dla pacjentów po zabiegach, proponuje różne publikacje na temat życia z endoprotezą, członkowie odwiedzają się wzajemnie i dzielą swoimi doświadczeniami. „Bioderko" realizuje szereg inicjatyw ukierunkowanych na profilaktykę oraz promocję zdrowia, jak również na integrację – odbywają się wspólne wyjazdy, udział w targach medycznych czy dla seniorów, wiele ciekawych projektów. W czasie pandemii udało się stowarzyszeniu zorganizować dziesiątą edycję prozdrowotnej akcji „Zdrowa Sobota", a dzięki środkom z konkursów ofert Gminy Miejskiej Chodzież i środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych będących w dyspozycji Samorządu Województwa Wielkopolskiego, przeprowadzić setki godzin fizjoterapii dla członków stowarzyszenia, hipoterapii dla dzieci, a także zajęcia z nurkowania dla osób z niepełnosprawnościami.

Od blisko roku stowarzyszenie zajmuje tzw. Centrum Aktywnej Integracji i Rehabilitacji, które powstało w ramach projektu rewitalizacji „Chodzież Od Nowa". Jest to miejsce, gdzie odbywają się liczne spotkania integracyjne i terapeutyczne czy z zakresu profilaktyki prozdrowotnej i bezpieczeństwa seniorów. Miejsce bez barier, przyjazne osobom z różnymi niepełnosprawnościami i starszym, otwarte dla wszystkich zainteresowanych tego typu działaniami. Nowa sala kosztowała wiele wysiłku i ciężkiej pracy fizycznej (w ciągu niespełna dwóch dni trzeba było przenieść sprzęt, meble i dokumenty z jednego lokalu do drugiego), ale udało się.

Podczas uroczystości jubileuszowej założycielka stowarzyszenia wręczyła statuetki i podziękowania. Otrzymali je: Mirosław Juraszek, starosta chodzieski, Piotr Witkowski, zastępca burmistrza Miasta Chodzież, Agnieszka Ginda, przedstawicielka Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Poznaniu, Hanna Gałązka, dyrektor Banku Spółdzielczego w Chodzieży, Łukasz Dymek, dyrektor Wielkopolskiego Instytutu Rozwoju i Edukacji oraz Wojciech Burzyński, przedstawiciel Stowarzyszenia Bezpieczny Powiat Chodzieski. Były liczne gratulacje i koncert arii operetkowych.

– Dziękuję instytucjom wspierającym, darczyńcom, wolontariuszom, naszym lekarzom i fizjoterapeutom. Bez ich pomocy nic by się nie udało. Dziękuję również mediom – za to, że są z nami podczas ważnych dla nas wydarzeń. Serdeczne podziękowania kieruję do przedstawicieli Chodzieskiego Domu Kultury, który nigdy nie odmawia pomocy przy organizacji spotkań. I dziękuję także mojemu mężowi – za to, że cierpliwie znosi wszystkie moje pomysły, biuro w mieszkaniu, ciągłe nieobecności w domu, brak obiadu. Mogę dzisiaj z dumą powiedzieć, że 15-letni dorobek „Bioderka" to zdany egzamin z pełnionej służby społecznej – podsumowała H. Pilarczyk.

KAROLINA KASPRZAK

FOT. (3X) KAROLINA KASPRZAK

„Bioderkowa rodzina". W środku prezes Stowarzyszenia Honorata Pilarczyk ze swoim wnuczkiem Bartkiem.

Radość kibiców.

BC3 Damian Iskrzycki i Grigorios Polychronidis BC3 Grecja.

Marta Wesołek BC2.

Kinga Koza BC1.

Edyta Owczarz BC3.

Patryk Barszczyk BC2.

FOT. (7X) ADRIAN STYKOWSKI

Polska Boccia w natarciu

Od 22 do 28 sierpnia Centrum Sportu Politechniki Poznańskiej opanowała Boccia – dyscyplina paraolimpijska uprawiana przez osoby z najcięższymi dysfunkcjami narządu ruchu.

Polska była gospodarzem „Poznań 2022 World Boccia Intercontinental Challenger" – międzykontynentalnych zawodów Bocci paraolimpijskiej zorganizowanych przez Polski Związek Bocci z siedzibą w Poznaniu wraz ze Światową Federacją Sportową Bocci (BISFed) – organizacją zarządzającą tą dyscypliną z ramienia Międzynarodowego Komitetu Paraolimpijskiego (IPC). Zawody patronatami honorowymi objęli: Polski Komitet Paraolimpijski, Prezydent Miasta Poznania i Marszałek Województwa Wielkopolskiego. Partnerem była Politechnika Poznańska. Wśród patronów medialnych nie mogło zabraknąć miesięcznika „Filantrop".

Zawody World Boccia Intercontinental Challenger są zaliczane do rankingu światowego. Na jego podstawie zostaną wyłonieni uczestnicy igrzysk paraolimpijskich w Paryżu. W Bocci cel jest podobny do tego, jaki jest znany z gry w boule – umieścić bilę swojego koloru jak najbliżej bili białej, tzw. jacka.

Sport ten to przede wszystkim taktyka i precyzja – na hali panuje więc pełna skupienia cisza, przerywana tylko okrzykami i oklaskami po udanych zagraniach. Wiele z tych okrzyków należało do kibiców biało-czerwonych – Polacy mogą się pochwalić 3 złotymi i 2 brązowymi medalami.

PIERWSZE 4 MEDALE

W finałach indywidualnych kobiet w walce o najwyższy stopień podium mogliśmy oglądać dwie reprezentantki Polski – Kingę Kozę (Start Poznań) i Edytę Owczarz (IKSON Głogów). Pierwsza do meczu o złoto stanęła Kinga Koza, której rywalką była doświadczona reprezentantka Izraela, Brightman-Ha'Cohen. Nasza zawodniczka rozegrała bardzo dobre taktycznie zawody – gdy tylko ona umieszczała na boisku „jack'a", to znajdował się on daleko od linii, z której zawodniczki wrzucały swoje bile. Mogła w ten sposób korzystać ze swojego największego atutu – dalekiego i precyzyjnego rzutu.

Końcowy wynik nie pozostawiał złudzeń – 7:2 i zwycięstwo Kingi Kozy w kategorii BC1 stało się faktem.

Kibice Komitetu Organizacyjnego.

Równie umiejętnie z tych partii, w których umieszczała jack'a na boisku, korzystała druga z polskich finalistek, Edyta Owczarz, występująca razem z operatorką rampy Krystyną Owczarz w kategorii BC3. Polka potwierdziła swoją przynależność do światowej czołówki i zdecydowanie wygrała ze swoją rywalką Turczynką Havvą Alyurt 8:1.

W kategorii BC3 olbrzymią rolę odgrywają operatorzy rampy – ponieważ zawodnicy nie są tu w stanie samodzielnie wrzucić bili, pomagają im w tym specjalne rampy – rynny, po których bile wtaczane są na boisko. Za rampy odpowiadają właśnie operatorzy – stoją oni jednak tyłem do boiska, muszą więc zdać się na to, jak ją przygotować do wrzutu. Odwrócenie się przodem do boiska może skutkować karą dla zawodnika. Co ciekawe, operatorzy mają status zawodnika i także zdobywają medale .

W kategorii BC2 dobrze zaprezentowały się obydwie reprezentantki Polski – Marika Furtak (Start Zielona Góra) i Marta Wesołek (Start Poznań) wyszły z grupy na drugich miejscach. Niestety, w pojedynkach półfinałowych musiały uznać wyższość swoich rywalek z Azerbejdżanu i Meksyku. W bratobójczym pojedynku lepsza okazała się Marika Furtak, pokonując Martę Wesołek 8:0.

O prawdziwym pechu po rozstawieniu do półfinałów może mówić Damian Iskrzycki z operatorem rampy Dariuszem Borowskim (kat. BC3, Start Bielsko Biała). Los skrzyżował go kolejny już raz z Grekiem Grigoriosem Polychronidisem, multimedalistą paraolimpijskim i legendą tej dyscypliny. Wbrew tym przeciwnościom losu, Damian postawił twarde warunki.

Ostatecznie mecz zakończył się wynikiem 4:2 dla Greka, ale nasz zawodnik może być zadowolony z gry – mecz był prawdziwą taktyczną ucztą. Pojedynek o brąz to z kolei walka punkt za punkt z Onerem Bozbiyikiem – z tej jednak to nasz reprezentant wyszedł zwycięsko, pokonując Turka po dogrywce 3:2.

OWCZARZ I ISKRZYCKI ZE ZŁOTYM MEDALEM!

W ostatnie dwa dni zawodów rozgrywana była rywalizacja w parach i drużynach. Edyta Owczarz tworzy parę BC3 z Damianem Iskrzyckim, towarzyszą im operatorzy ramp. Nasza para awansowała do półfinału z drugiego miejsca w grupie, niespodziewanie ulegając w niej znakomicie dysponowanym tego dnia Turkom.

Po półfinałowym zwycięstwie 5:0 z Czechami przyszedł więc czas na rewanż w finale.

Rewanż za pojedynek grupowy toczył się w dramatycznych okolicznościach – punkt za punkt, end za end. Bardzo precyzyjne rzuty i konsekwentnie realizowana taktyka przez obie strony po czterech endach (rundach) dały wynik 2:2. Potrzebna była dogrywka, pełna była zwrotów akcji. Co i rusz któraś z par swoim zagraniem zmieniała obraz gry i uzyskiwała taktyczną przewagę.

Rzut Damiana Iskrzyckiego był precyzyjny – umieścił w samym centrum swoją bilę. Zgromadzeni wokół boiska kibice mogli cieszyć się z wygranej z Turkami. Damian Iskrzycki razem z Edytą Owczarz zwyciężyli w rywalizacji par BC3, zdobywając w ten sposób cenne punkty do światowego rankingu.

CEL – IGRZYSKA W PARYŻU

W grudniu w Rio de Janeiro odbędą się Mistrzostwa Świata w Bocci. To najważniejsze zawody na drodze do celu, jakim są Igrzyska Paraolimpijskie w Paryżu. Awans na najbardziej prestiżową imprezę czterolecia byłby historyczny – żaden Polak w Bocci nie uzyskał takiego wyniku.

*

Boccia jest dyscypliną paraolimpijską, wywodzącą się od gry w boule. Mogą uprawiać ją osoby z najcięższymi dysfunkcjami narządu ruchu: zaburzeniami centralnego układu nerwowego (MPD), dystrofią mięśniową, artogrypozą, wysokimi urazami rdzenia kręgowego itp.

Przygotowania do Igrzysk Paraolimpijskich polskiej reprezentacji narodowej finansowane są przez Ministerstwo Sportu i Turystyki.

BARTOSZ TARNOWSKI

Codziennie pod górę(38)

Czuję się dziwnie, znowu inaczej. Pamiętam, jak terapeuta mówił, że moje życie toczy się bardziej w głowie niż na zewnątrz. Może właśnie dlatego dziwnie, że jednak wyszłam na zewnątrz, spotykam się z ludźmi, doświadczam nowych sytuacji. Zaczyna być ich na tyle dużo, że nie mam czasu ich analizować pod każdym kątem i przeżywać, gdy już przeminą, bo nadchodzą nowe. Kiedy siedziałam sama w domu, nie miałam pracy, właściwie nie kontaktowałam się z nikim poza Markiem, analizowałam wtedy i przeżywałam każde jego słowo, zachowanie, dorabiałam interpretacje, często nieprawdziwe.

Dzisiaj widzę jak „chore" było to moje zachowanie i chyba chore bez użycia cudzysłowu. Boję się tych stanów mojej izolacji, gdy odsuwam się od wszystkich, a przez te fałszywe analizy, także od Marka. Czuję wtedy lęk, pustkę, samotność. Właśnie w jednym z takich okresów, wróciłam do picia. Nie wiem, czy zaczynam się znowu wycofywać, bo nagle zaczęła mnie drażnić moja przyjaciółka Nikola z jej codziennymi analizami, dramatami, kryzysami. Rzadziej odpisuję na jej wiadomości, czasem nawet nie odbieram, gdy dzwoni. Podobnie z kuzynką, trochę starszą od Nikoli, która też lubi takie „rozdrapywanie" każdej sytuacji. Zaczynam ten kontakt rozluźniać, trzymać dystans. A może to normalne tworzenie granic, a ja dopatruję się w tym schizoidalnych zachowań? Teraz bliżej mi do znajomej w moim wieku – Doroty, która nie jest tak emocjonalna jak one. Dziś jesteśmy umówione na kawę.

Inaczej też jest z teraz Markiem, jakby moje uczucia wreszcie dojrzały. Wydaje mi się, że zaczęłam być dla niego wreszcie partnerką, a nie małą dziewczynką, wiecznie szukającą tatusia. Tu też przypominają mi się słowa terapeuty, które usłyszałam ponad 10 lat temu i nie byłam na nie gotowa: kiedy ufamy drugiej osobie w związku nie musimy się już kurczowo starać, możemy się rozluźnić. Wtedy tych słów w ogóle nie zrozumiałam. Pamiętam, jak buntowałam się mówiąc: kiedy człowiek przestaje się starać, wtedy związek umiera. Tak właśnie myślą mężczyźni, bo nie chce im się starać! Terapeuta nic mi nie wyjaśniał, chyba widział, że minie sporo czasu zanim to zrozumiem. Teraz jak chyba nigdy wcześniej czuję się w związku z Markiem wolna i bezpieczna. Wolna od swoich własnych narzuconych powinności w związku, wolna od oczekiwań, że on powinien to czy tamto. Pamiętam jak nie pracowałam i codziennie pucowałam cały dom, gotowałam wymyślne obiady, a potem tłumiłam straszną złość, że on po przyjściu z pracy nie wpadał w zachwyt nad tym, co zrobiłam. Chore to. Marek mówił zawsze: jak jesteś zmęczona, nie gotuj, nie sprzątaj ale ja czułam powinność i chciałam zmusić go, by był za to wdzięczny. Chyba myślałam, że musze zasłużyć na miłość. Dziś wierzę i ufam, że niewytarty kurz czy obiad z mrożonki nie zmienią jego uczuć do mnie, tak jak moich do niego.

W poniedziałek mam komisję – kończy mi się okres przyznania renty. Na razie nie czuję stresu. Bo chyba nie ma przed czym. Ostatnio otrzymałam jakieś dwa ogólnikowe pytania, 5 minut oczekiwania i za chwilę decyzja. Więc jednak jestem tak chora, że nie trzeba się upewniać, czy coś się może zmieniło? No cóż, zaburzenia schizoafektywne nie przechodzą, mogą być tylko w stanie remisji. Czeka mnie jeszcze druga komisja – w sprawie orzeczenia o stopniu niepełnosprawności, bo też skończyła mi się ważność dokumentu. Umiarkowany – co to właściwie znaczy? Co to znaczy dla mnie? Faktycznie moje zaburzenie umiarkowanie przeszkadza mi w życiu, trochę w pracy, trochę w kontaktach. Zdaję sobie sprawę, że gdybym miała pracę z ludźmi a nie, tak jak teraz, pisałabym w domu – mój stan byłby zupełnie inny. Nie pamiętam, czy o tym wspominałam, że jak raz miałam naprawdę ciężką, bezpośrednią z ludźmi pracę w projekcie, to cieszyłam się wręcz, że dostałam zapalenia na jedynie widzącym oku i praktycznie na jakiś czas oślepłam, bo mogłam przerwać pracę. „Szczęśliwie" tak się złożyło, że moje zwolnienie lekarskie trwało długo, a umowy mi już nie przedłużyli. Czy to, co robiłam było naprawdę aż takie straszne? Dla mnie tak: nowa sytuacja, nieznajomi ludzie, a najgorsze były wysokie oczekiwania kierowniczki wobec mnie, bo ja z polecenia no i przecież z doktoratem. Koszmar. Na domiar złego była tam współpracowniczka, która jawnie okazywała swój brak sympatii. Chyba to było najgorsze.

Po takich doświadczeniach z pracą rozumiem Marka, który tak ja ma trudności w dostosowaniu się do sytuacji z innymi. Może jest w tym trochę do mnie podobny, bo zawsze na początku stara się, żeby wszyscy go polubili: pomaga, wysłuchuje o problemach, a potem przeżywa wielkie rozczarowanie, że ten albo tamten go zawiódł, spiskował za jego plecami. No cóż różni są ludzie. Początkowo myślałam, że Marek narzeka na pracę jak każdy. Może nie chciałam widzieć, że on naprawdę sobie w swojej pracy nie radzi. Radzi sobie z zadaniami w pracy, nawet dostał awans i podwyżkę, ale nie radzi sobie z ludźmi. Ostatnio miał straszny kryzys w związku z pracą a i mi udzielił się jego stres. Nie mogłam spać w nocy, ale nie chciałam martwić Marka, że tak to przeżywam. Uświadomiłam sobie, że po pierwsze nie chciałam przyjąć do wiadomości, iż on naprawdę jest w stanie depresyjnym z powodu pracy, a gdy już wiedziałam, nie potrafiłam mu pomóc. Poza tym jego stabilna umowa o pracę daje mi poczucie bezpieczeństwa finansowego. W tej chwili zarabiam z rentą tyle samo co on, ale gdy trzeba będzie przeprowadzić czekającą mnie operację na to jedno widzące oko, przez długi czas nie będę mogła pracować i zostanie tylko renta. Sugerowałam mu jednak, że jeśli tak źle się w tej instytucji czuje to trzeba zmienić pracę. Zaczęłam mu podsyłać oferty pracy. A on, choć był wdzięczny, nie decydował się nawet w związku z którąś zadzwonić. Więcej rozmawiamy teraz o jego problemach, zdarza się, że dzwoni z pracy, żeby się po prostu wygadać i ponarzekać. Wiem, że razem zawsze damy radę. On też tak mi mówi, gdy ja mam jakiś kryzys. Przykro mi tylko, że tak mu ciężko i trudno mu podjąć decyzję o zmianie. Innym wyjściem według mnie byłaby rozmowa z zaufanym terapeutą. Może dzięki temu jakoś inaczej zaczął by podchodzić do swoich współpracowników. Miał nawet taką terapeutkę, do której chodził i która kiedyś bardzo mu pomogła w kryzysie. Ale do niej też nie chce się wybrać.

Zrobiłam przerwę w pisaniu i byłam u Doroty na kawie. Może i Marek ma rację, że to dla mnie lepsza przyjaciółka niż Nikola i kuzynka, które mogłyby być moimi córkami. Jednak czy to nie egoistyczne określenie: lepsza przyjaciółka? Lepsza, czyli dająca więcej korzyści? Nie brzmi to dobrze. Przyjaźń jak miłość do Marka jest na dobre i złe. Choć czasem zdarzają się kryzysy, osłabienie kontaktów czy nawet zerwanie, to te osoby na zawsze pozostają w naszych sercach. Czasem myślę o dawnych, bliskich znajomych i mężczyznach, których kochałam. Każdy z nich zostawił ważny ślad w moim sercu, choć czasem – bolesny. ***S.A.***

FOT. KAROLINA KASPRZAK

Zbigniew M. Nowak
KOŁOBRZEG

Szczygieł(51)

—No tak... Następnego dnia rano ojciec idzie do przychodni po skierowanie do gastrologa. Taki zbieg okoliczności, przy okazji poprosi o zlecenie na badanie krwi, pozostałe postanowiłem zrobić gdzie indziej, i o zlecenie na transport, bo jedynie karetką mogę dojechać do gastrologa.

Po wyjściu ojca dzwonię do przychodni gastrologicznej zarejestrować się. Wiem, że są kilkutygodniowe terminy. Czekam, czekam... Odbiera jakaś skwiercząca niewiasta (udało się za pierwszym razem), która informuje mnie, że rejestrować się można do dziewiątej. Patrzę na zegar, jest dziewiąta siedem. Mama nie wytrzymuje nerwowo i płacze. W południe wraca ojciec. Nie był jedyny w kolejce do lekarza. Przynosi wszystko, co potrzebne: skierowanie do gastrologa, które było wystawione poprzedniego dnia, lecz zawieruszyło się między innymi papierami, zlecenie na transport i drugie na badanie krwi oraz jeszcze jedno, dla pielęgniarki, na pobranie. Jest jeszcze dość czasu, żeby zadzwonić do pielęgniarki. Pomyłkowo wybieram niewłaściwy numer telefonu w przychodni. Jakiś facet mnie opieprza. Łączę się za drugim razem i dowiaduję, że pielęgniarka jest w terenie, a ta, która mogłaby ją zastąpić, ma wolne. Już wiem, że muszę dzwonić na domowy numer. Dzwonię i umawiam się z pielęgniarką na następny dzień rano. Tego dnia robimy z ojcem pozostałe badania i czekam do następnego. Następnego dnia rano, punkt ósma, jest u mnie pielęgniarka. Pobiera mi krew za czwartym wkłuciem w stopę. Inaczej się nie da, ponieważ mam głęboko pozapadane, cienkie i kruche żyły. Mamy piątek i wyniki będą do odebrania w poniedziałek. Po wyjściu pielęgniarki dzwonię do przychodni gastrologicznej, żeby się zarejestrować. Dzwonię o czasie, więc trzymam słuchawkę do skutku. Odbiera skwiercząca niewiasta i mówi, że najbliższy termin za trzy tygodnie. Proszę o wcześniejszy i powołuję się na osobiste ustalenia z lekarzem. Ona sprawdza w notatkach i mówi, że zarejestruje mnie na najbliższą środę. Na szczęście lekarz coś tam zaznaczył. Pozostaje więc tylko kwestia transportu. Ojciec bierze zlecenie i idzie do szpitala załatwić dla mnie karetkę. Wraca za cztery godziny, bo musiał czekać na osobę władną podjąć decyzję. Jest zdenerwowany, bo osoba zjawiła się i powiedziała, że do następnej soboty ma pozaklepywane wyjazdy. O wcześniejszym terminie nie ma mowy, wszak jedyna w mieście karetka się nie rozdwoi. Ojciec z nerwów aż cały się trzęsie, a mama z bezsilności płacze. Nie ma rady. Jedynym rozwiązaniem w tej sytuacji jest transport prywatny. Ojciec idzie więc do właściciela prywatnej karetki i umawia przyjazd na środę. Wraca zadowolony. Choć nie bardzo wiemy, jak z mizernego budżetu wysupłać kasę, to w końcu ta karetka będzie. Czekamy do poniedziałku i ojciec idzie do przychodni po wyniki. Błąd. Trzeba było najpierw zadzwonić i zapytać, czy są. Będą po siedemnastej. O siedemnastej dzwonię i za trzecim razem uzyskuję połączenie. Odbiera pielęgniarka, która pobierała mi krew. Sprawdza w dostarczonych tego dnia wynikach badań, czy są moje, i mówi, że są i można odebrać. Ojciec idzie znowu, a my z mamą czujemy coś w rodzaju ulgi.

– Ja, mimo wszystko, na swego lekarza złego słowa nie powiem – rzucił Hubert.

– Bo ty jesteś dupa w majonezie.

– Może to jeden z tych, dzięki którym to wszystko jeszcze do końca się nie wyrypało? – rzekł Marek.

– A nie wyrypało się jeszcze? I mówię wam, gdzieś mają nas wszyscy, w głębokim poważaniu! Każdy opowie takich historii niemało.

Hubert potakująco skinął głową.

– Sam dzwonisz wszędzie? – zapytał Marka.

– Zdumiewa cię to? Rozumiem – odparł Marek. – Jak się leży bez ruchu, to nie można telefonować, bo jak niby?

– Przepraszam cię, nie myślałem w tych kategoriach.

– Wiem, bracie, o co ci chodzi, nie łam się... Widzisz, kiedyś kolega zrobił mi aparat, który nazwaliśmy Dżinem. To dość skomplikowane urządzenie obsługuję ustami –mogę zapalić światło, uruchomić wentylator, włączyć radio czy telewizor. Wystarczy, że dmuchnę w rurkę.

– To jest możliwe?

Marek uśmiechnął się.

– Tak go Jasiu zaprojektował, żeby wybierał jeszcze numery telefoniczne. I tak wygląda to moje, samodzielne korzystanie z telefonu.

•

Była już ciemna noc, kiedy Hubert wyjął z szuflady stolika papeterię, pióro oraz atrament i z tym wszystkim rozłożył się na stole. Zapalił stojącą na nim lampkę i otworzył buteleczkę, która dzięki niewielkim rozmiarom służyła mu jako podróżny kałamarz. Rozkręcił pióro, po czym zanurzył w atramencie lśniącą stalówkę. Ruchem tłoczka zassał czarną ciecz. Złożył pióro i wyjął papier. W jasnomiodową kartkę wprasowane były drobiny anyżu. Wiedział, że Weronice podoba się ta papeteria.

– Skrobiesz do domu? – odezwał się Marek.

– A ty czemu nie śpisz?

– Nie mogę. Myślę.

– Nocne myślówki bywają męczące.

– W każdym razie sen z powiek spędzają.

– A o czymże dumasz?

Jęk Kamila przeszkodził mu odpowiedzieć.

– Nie śpisz, Kamilu? – zapytał Marek.

– Ten pieprzony ból... Nie mogę.

– Może przywiozę ci coś na uśmierzenie? – zaproponował Hubert.

– Nie ma szans – z rezygnacją odparł Kamil. – Nockę ma Gośka.

– Nie da ci?

– Prędzej umrze, niż samodzielnie podejmie decyzję.

– Może zapytać dyżurującego lekarza.

– Nie zapyta. Nie odważy się go obudzić – rzekł Marek. – Nie zdradzi się z aż tak wielkim brakiem profesjonalizmu.

– Ale Kamil potrzebuje pomocy.

– Od Gosi?

– Mnie już nie piguła jest potrzebna, lecz coś konkretniejszego... – jęknął Kamil.

– Tak?

– Załatwcie mi kostuchę.

– Ee...

– Tak, albo ozdrowienie, siły i samodzielność, albo śmierć. A że to pierwsze, bądźmy realistami, jest niemożliwe, więc... sami rozumiecie...

– Nie chcesz tak żyć – rzekł Marek – to normalne, wiadomo, każdy tak ma.

– Nie, ja chcę umrzeć.

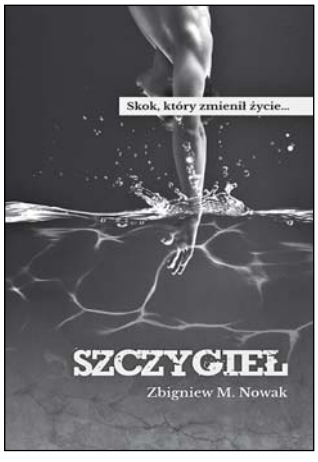
– Ale... – szepnął Hubert.

– Co ale! Co ale! No co?!

– Chciałbyś śmierci?

– Jak niczego w życiu.

cdn.



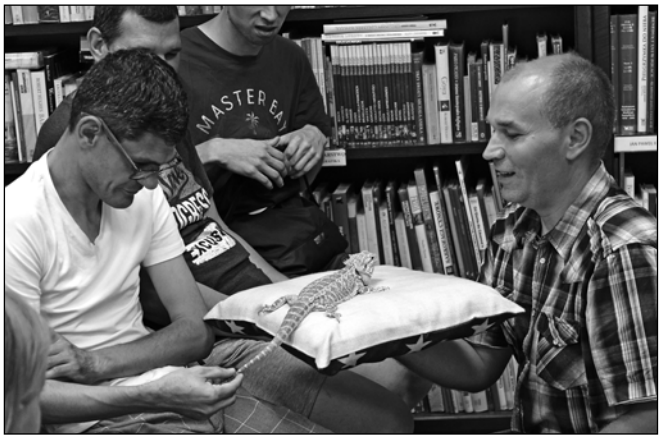
Książka wydana nakładem
Wydawnictwa BIS
ul. Lędzka 44a
01-446 Warszawa
tel. (22) 877-27-05, 877-40-33
fax (22) 837-10-84

Gad nie jest śliski

W jeden z wrześniowych dni wybraliśmy się do Biblioteki Publicznej w Pobiedziskach na pokaz zwierząt organizowany przez Wolontariat Wielkopolski.

Poznaliśmy zwyczaje i życie węża zbożowego, jaszczurki agamy i chomika dżungalskiego. Najfajniejsze było to, że mogliśmy dotykać te zwierzęta. Byliśmy pełni obaw, że gad jest śliski, a okazało się to nieprawdą, a największym zaskoczeniem była jego aksamitna skóra. Później mieliśmy spotkanie z jaszczurką. A na sam koniec pan pokazał nam chomika, którego braliśmy na rękę. Był to bardzo szybki ssak, trzeba było bardzo uważać, żeby nie uciekł. Chomik jest zwierzęciem stałocieplnym, a gady to zmiennocieplne zwierzęta. Było to bardzo ciekawe spotkanie.

GRZEGORZ NIEŁACNY
UCZESTNIK WTZ W POBIEDZISKACH



FOT. (3X) ARCHIWUM WTZ W POBIEDZISKACH

Jestem

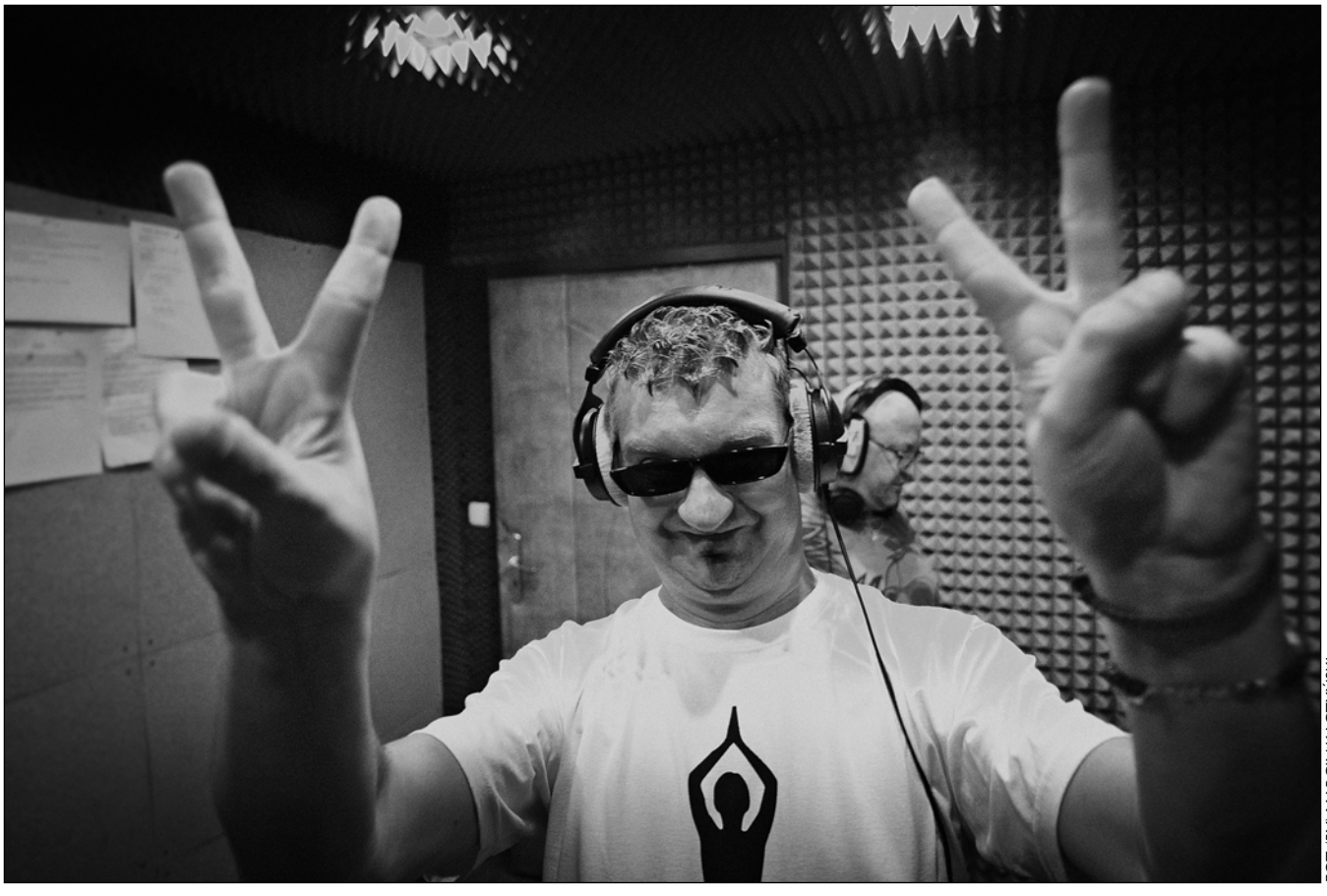
aktorem w „Gwiazdozbiorach”

Zaczęliśmy nowy projekt filmowy pod tytułem „Gwiazdozbiory”. Jestem bardzo zadowolony, że mogę w nim brać udział i być znowu aktorem. Projekt będzie świetny i będzie w nim dużo aktorów. W tym projekcie gram Denzela, takiego piosenkarza.

Będę śpiewał, tańczył i opowiadał o swoim gwiazdorstwie. Wczoraj pojechaliśmy nagrywać mój głos do takiego super studia nagrań. Pan Marcin Kaczyński nagrywał mnie do teledysku, a pan Marcin Książak pomagał mi w śpiewaniu i napisał do tego muzykę. Jeszcze inny pan Marcin, który był w studio, nagrywał mój śpiew.

Byłem przebrany i pani Marysia robiła mi włosy na żel, żebym wyglądał jak Denzel. Wcześniej uczyłem się tekstu, żeby dobrze zaśpiewać. Byłem bardzo zestresowany. Mam nadzieję, że dobrze wyszło wszystko, a to początek projektu i dużo przed nami. Trzymajcie kciuki za nas, bo to będzie super projekt.

ARKADIUSZ NOWICKI
UCZESTNIK ŚDS „ISKRA” W POZNANIU



FOT. (5X) MARCIN KACZYŃSKI

Lato nad jeziorem

Gdy świeciło piękne słońce i pogoda dopisywała, to my, uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy i terapeuci, jeździliśmy nad nasze Jezioro Grzymisławskie w Śremie.

Na miejscu była muzyka, przy której tańczyliśmy i dobrze się bawiliśmy. Niektórzy rysowali piękne krajobrazy, a inni grali w boule, warcaby, karty. Mój kolega Maciej łowił ryby. Kto miał ochotę mógł się opalać i odpoczywać na kocu. Do kawy często był placek lub szliśmy na pyszne lody. Na obiad była kiełbasa lub pizza. Bardzo podobały mi się te wspólne wyjazdy nad jezioro.

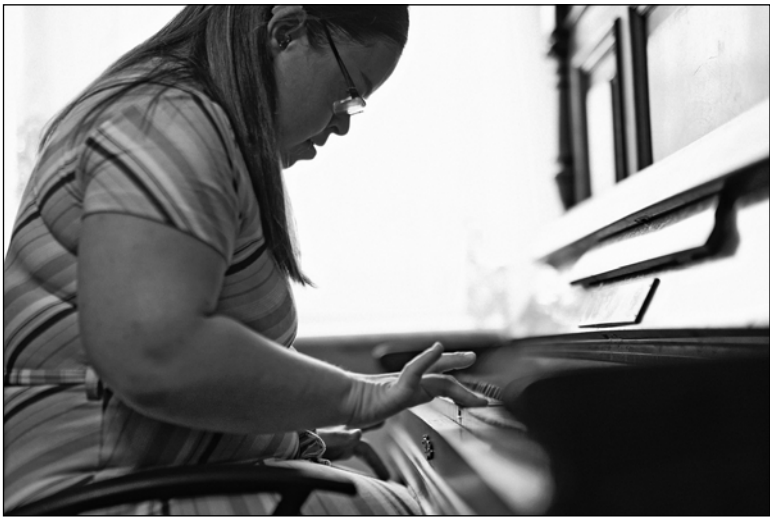
ANNA MATUSZAK
UCZESTNICZKA ŚDS

Na pożegnanie wakacji i wyjazdów na Przystań Żeglarską był rejs łódką zwaną „Carmen". Sprawił wszystkim wielką radość. Biesiadowaliśmy też przy kawce i placku oraz przy muzyce disco. Sprzyjała nam piękna pogoda. Dziękuję terapeutom, którzy zadbali o wszystkich i aby nam się nie nudziło.

DOROTA BŁOTNA
UCZESTNICZKA ŚDS

FOT. (2X) ARCHIWUM ŚDS W ŚREMIE

Jej miłość



– rodzice i muzyka

Anna Augustyniak, uczestniczka ŚDS Stowarzyszenia „Iskra" w Poznaniu, jest bardzo związana ze swymi rodzicami, spędza z nimi wiele czasu. Czas ten spędzają w domu, na wyjściach, z rodziną czy wyjazdach. Anię i rodziców łączy duże uczucie miłości, co widać nawet na zdjęciu, kiedy to matka i córka spoglądają na siebie z wielką miłością.

Po swej mamie odziedziczyła zamiłowanie do gry na instrumentach i muzyki w ogóle. Anna lubi chwycić gitarę i wykrzesać z niej jakieś dźwięki, czy też zasiąść przed pianinem i zagrać właśnie dla swojej mamy czy taty, czy też dla własnej przyjemności. Ania bardzo lubi taniec, uczęszcza na zajęcia taneczne wraz z grupą osób, której to dorobek prezentują na różnych przeglądach. Dokonania Anny możemy obserwować między innymi na zabawach tanecznych organizowanych czy to w placówkach terapeutycznych, czy też podczas wyjazdów i wycieczek, gdzie odbywają się wieczorki taneczne.

TOMASZ POPADOWSKI

FOT. (5X) MARCIN KACZYŃSKI

Mistrz świata fryzjerów

W sierpniu Warsztat Terapii Zajęciowej w Dusznikach gościł pana Tomasza Draba - Mistrza Świata, Europy i Polski we fryzjerstwie.

Uczestnicy mogli wysłuchać wspaniałego gościa, poznać jego historię i tajniki zawodu fryzjera. Można też było podejrzeć pana Tomka przy pracy, bowiem dwie chętne osoby zostały obsłużone przez tego znakomitego fryzjera. Bardzo dziękujemy za poświęcony nam czas i zaangażowanie.

IWONA KACZMAREK
KIEROWNIK WTZ

FOT. (4X) ARCHIWUM WTZ

FUNDACJA „MIŁOSIERDZIE" 30 LAT W SŁUŻBIE OSOBOM POTRZEBUJĄCYM

Prezentacje artystyczne uczestników WTZ

7 września w sali kryształowej restauracji „Komoda Klub" w Kaliszu odbyły się prezentacje artystyczne osób z niepełnosprawnościami – jako jeden z elementów jubileuszowych obchodów 30-lecia Fundacji Inwalidów i Osób Niepełnosprawnych „Miłosierdzie". Organizacja ta utworzyła i prowadzi od 30 lat siedem placówek terapeutycznych w Kaliszu i na terenie południowej Wielkopolski.

Chcąc uczcić to ważne wydarzenie, osoby z niepełnosprawnościami z prowadzonych przez Fundację „Miłosierdzie" placówek postanowiły pokazać całokształt swojej wieloletniej pracy i dorobek artystyczny w formie takich właśnie prezentacji. Mogliśmy zobaczyć przygotowane filmy i występy przedstawiane przez uczestników na żywo. Po każdym występie delegacje z poszczególnych warsztatów terapii zajęciowej składały życzenia Stanisławowi Bronzowi, założycielowi i od samego początku do dnia dzisiejszego prezesowi Zarządu Fundacji, człowiekowi, który z niespożytą energią większość życia poświęcił walce o lepszy i godny byt środowiska osób z niepełnosprawnościami.

Na prezentacje przybyło wielu zaproszonych gości: wiceprezydent Miasta Kalisza, przedstawiciele Rady Miasta, delegaci Wojewody Wielkopolskiego, starości powiatów, na których terenie znajdują się prowadzone przez Fundację placówki, reprezentanci Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Kaliszu oraz powiatowych centrów pomocy rodzinie.

Wszystkim podobały się programy artystyczne przygotowane przez uczestników placówek i ich opiekunów, oraz całość imprezy, podkreślająca znaczenie mających nastąpić w październiku obchodów jubileuszu 30-lecia Fundacji „Miłosierdzie" w Kaliszu.

MARIUSZ PATYSIAK

FOT. (3X) MARIUSZ PATYSIAK

Jąkanie to nie wstyd

22 października przypada Międzynarodowy Dzień Świadomości Jąkania zwany także Światowym Dniem Osób Jąkających się. Z tej okazji chciałbym przybliżyć czytelnikom miesięcznika „Filantrop Naszych Czasów", czym są zaburzenia w swobodnym wypowiadaniu się i jakiego rodzaju wsparcie możemy zaoferować osobom jąkającym się w życiu codziennym.

O problemach związanych z płynnością mowy i terapii logopedycznej pisałem czytelnikom naszego miesięcznika już jakiś czas temu. Jąkanie się powodowało i powoduje u mnie trudności w nawiązywaniu społecznych interakcji, dlatego doskonale wiem, co czują osoby zmagające się z tą przypadłością. Według danych szacunkowych na całym świecie żyje ponad 70 milionów osób jąkających się. Przyczyna występowania jąkania nie jest dokładnie znana. Osoby jąkające się doświadczają bardzo często wyobcowania, są wyśmiewane i stygmatyzowane, co może prowadzić do niskiej samooceny, a w konsekwencji – do depresji.

Jąkanie się dotyczy zarówno dzieci jak i dorosłych. W przypadku dzieci problem z płynnością mowy jest niekiedy przez rodziców bagatelizowany, co powoduje nawarstwianie się trudności w budowaniu i podtrzymywaniu relacji społecznych tak w szkole jak i poza nią. Dziecko doświadczające tego rodzaju trudności nigdy nie zgłosi się samo do odpowiedzi, ponieważ będzie odczuwało olbrzymi stres związany z wystąpieniami publicznymi. Rozwiązaniem jest terapia logopedyczna, a przede wszystkim uświadomienie dziecku i jego bliskim, że jąkanie to nie powód do wstydu i taka osoba ma prawo być traktowana na równi z innymi. Jeśli rozmawiamy z osobą jąkającą się, warto cierpliwie poczekać, aż wypowie swoje myśli, nie pośpieszać jej, nie przerywać wypowiedzi.

Celem obchodów Międzynarodowego Dnia Świadomości Jąkania jest zwrócenie uwagi na potrzebę akceptacji i zrozumienia tej grupy osób.

KRYSTIAN CHOLEWA

Atrakcje morza

i figur woskowych

We wrześniu uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Dusznikach pojechali do nadmorskich Międzyzdrojów. Znany kurort przywitał ich ładną, choć wietrzną pogodą, co najbardziej mogli odczuć spacerując po molo. Odwiedzili też tamtejsze oceanarium. Zachwycali się urokiem nadmorskich uliczek, przemierzali je kolejką turystyczną.

Dużo radości sprawił niepełnosprawnym pobyt na plaży i spacer po promenadzie. Dotarli także do Alei Gwiazd, gdzie mogli przyłożyć dłonie do odcisków, które zostawili znani i popularni artyści. Atrakcją było zwiedzanie Muzeum Figur Woskowych. Tu pozowali do zdjęć z woskowymi postaciami znanymi z filmów, historii, a nawet bajek.

REMIGIUSZ PRZEWOŹNY

FOT. (6X) REMIGIUSZ PRZEWOŹNY

W kamiennych labiryntach

Kierownictwo Fundacji Inwalidów i Osób Niepełnosprawnych „Miłosierdzie" w Kaliszu i Warsztatu Terapii Zajęciowej w Ostrzeszowie zorganizowało w dniach od 17 do 19 sierpnia wycieczkę do Kotliny Kłodzkiej. Twierdza Kłodzka zaskoczyła nas swoimi rozmiarami i tysiącletnią historią. Odpoczywaliśmy w pensjonacie „Na Stoku Twierdzy".

Wieczorem zwiedzaliśmy zabytki Kłodzka: most gotycki na Młynówce, posąg św. Jana, ratusz i kamienicę z oficyną na pl. Bolesława Chrobrego. Dzień zakończyliśmy lodami na starówce. Nazajutrz wyruszyliśmy autokarem do Adrspasske – Skalnego Miasta w Czechach, w którym znajdują się fantastyczne, kamienne labirynty wyrzeźbione siłami natury. Jedną z zaskakujących atrakcji była informacja o kręconych w tym miejscu scenach z filmu „Opowieści z Narnii", czego dowodem jest nasze zdjęcie przy bramie. Na koniec było ognisko z dyskoteką.

Ostatniego dnia pojechaliśmy do Zieleńca na przejażdżkę gondolą „Nartorama", która była dla nas niesamowitym przeżyciem. Po wjeździe na górę przeszliśmy się spacerkiem do schroniska po stronie Czeskiej. Stąd po odpoczynku wyruszyliśmy w drogę, aby dalej wędrować i zwiedzać. Trzydniowy pobyt w Kotlinie Kłodzkiej zapamiętamy na zawsze.

ALEKSANDRA BŁOCH-KEDZIERSKA
NATALIA KEMPA

FOT. (4X) ARCHIWUM FUNDACJI „MIŁOSIERDZIE"

Moje niezapomniane wakacje

Mam na imię Jakub i jestem uczestnikiem Warsztatu Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach. W sierpniu wybrałem się z rodzicami, ciocią i wujem do Dłużek.

Jest to wieś położona w województwie warmińsko-mazurskim i leży nad jeziorem o tej samej nazwie. Podobało mi się, że było dużo pomostów oraz to, że były tablice informacyjne z ciekawostkami o tym miejscu. Wrażenie zrobił na mnie pomnik diabła. Dzięki zezwoleniu wędkarskiemu mogłem łowić ryby. I nawet parę rybek złapałem, były to małe okazy, ale i tak cieszyły. Były upały i dużo przyjemności sprawiły nam chłodne wieczory. Byliśmy też w restauracji i zjadłem wspaniale usmażone ryby – sandacza i pstrąga. Zwiedzaliśmy też różne miasta. Będę zawsze wspominał ten wyjazd.

JAKUB KRYGIER

FOT. (2X) ARCHIWUM RODZINNE

FOT. KAOLINA KASPRZAK

Jesień pachnąca grzybobraniem

Grzybobranie w lesie pełnym urokliwych zakątków, zieleni i ciszy sprawia, że coraz chętniej biorą w nim udział całe rodziny, łącznie z małymi dziećmi. Nie ma przecież cudowniejszej atrakcji niż pokazywanie dzieciom piękna przyrody, a przy okazji edukowanie ich, jakie grzyby należy zbierać, a których lepiej unikać. Wbrew stereotypom nie tylko muchomory są śmiertelnie trujące, dlatego wybierając się do lasu warto do takiej wyprawy dobrze się przygotować.

Czy zbieranie grzybów w lesie jest zgodne z prawem? – to pytanie często zadają sobie ci, którzy na grzyby wybierają się po raz pierwszy. Grzybów nie wolno zbierać między innymi na terenie rezerwatów przyrody oraz parków narodowych. Można natomiast – na terenach prywatnych, o ile przed wejściem do lasu nie ma tablicy informującej o zakazie wstępu bądź jeśli mamy zgodę właściciela. Stałym zakazem wstępu do lasu objęte są miejsca będące własnością Skarbu Państwa. Nie jest dozwolone zbieranie takich gatunków grzybów, które objęte są ścisłą bądź częściową ochroną. Nieprzestrzeganie tych przepisów może skończyć się dla nas sporym mandatem lub nawet karą więzienia.

Zebranych w lesie grzybów nie można też ot tak sobie sprzedawać, na przykład przy leśnej drodze bądź w jakimkolwiek innym miejscu. Jeśli okaże się, że ktoś, kto kupił od nas takie grzyby się nimi zatruł, zostaniemy pociągnięci do odpowiedzialności karnej za spowodowanie stanu zagrożenia zdrowia lub życia. W lesie nie wolno śmiecić, hałasować, parkować samochodem w niedozwolonych miejscach, na przykład na poboczu drogi. Nie wolno też straszyć ani płoszyć zwierząt.

Zatem, jakie grzyby zbierać, aby ich spożycie było bezpieczne? Najlepiej wyłącznie takie, które znamy i co do których jesteśmy absolutnie pewni, jak wyglądają. W przeciwnym razie lepiej odpuśćmy. Początkującym grzybiarzom zaleca się, aby zbierali grzyby rurkowe, „z siateczką" i unikali grzybów małych, gdyż trudno rozpoznać, czy są blaszkowe, czy też nie. Z kim się konsultować przed spożyciem grzybów zebranych w lesie? Bezpłatnych porad w tej kwestii udzielają pracownicy terenowych stacji sanitarno-epidemiologicznych, znajdujących się w każdym powiatowym mieście. Warto edukować się przed grzybobraniem korzystając z rozmaitych atlasów grzybów, a także z wiedzy doświadczonych rodziców, dziadków albo sąsiadów.

OPRACOWAŁ
KRYSTIAN CHOLEWA

ZBIGNIEW NOWAK
KOŁOBRZEG

STOJĄC PRZED PIETĄ

Brak uśmiechu na Twoim obliczu,
bo twarz stężała zmartwieniem,
gdy w smutku samotnie stoisz.
Kto pozna, że nie w wyniosłości
brak Cię wśród pogodnych,
kiedy Twoje słońce zgasło?
Kto pozna, że łzy twe prawdziwe
rozpaczą sprawione,
nie z urojenia dla litości kogo,
że nie idziesz w szeregu.
Nie z pogardy dla innych,
lecz że zmęczona na kolana padłaś?

Ile trzeba, by pojąć,
czemu na dźwięki muzyki głuchaś,
gdy taniec i śpiew w pobliżu,
a weselnicy chęć Twą testują?
Bo inne korowody szkieletów
Tobie dziś tańce odprawiają...

Czy aż tak wiele trzeba by wiedzieć,
czemu za narodziny nowe,
przez zagubienie z bólu,
toastu winem nie wznosisz?
Gdy już całun tkać każdą
i klecą mary dziecku Twojemu.

Jak wiele mocy mieć trzeba
na języki zatrute jadem,
co piętno Ci trawią na plecach,
bo śmierć łatwiej pojąć
i krótką żałobę ponieść do jutra,
niż ranę czyjąś tak długo wytrzymać...

BEZSILNOŚĆ

Bezsilności!
Pobity, na kolana padłbym przed tobą
I zapłakał łzą gorzką,
Ale chyba już i na to nie mam siły.

Młodzi ludzie, zamiast spędzać beztroskie wakacje, gdzieś pod namiotami ze swoimi rówieśnikami pracują jako wolontariusze i pomagają niepełnosprawnym. A niepełnosprawni zamiast siedzieć w domach i czekać, aż rodzice będą ich wyręczać w wielu sprawach, pokonują tutaj swoje słabości.

Wszystko jakby na odwrót. Ale jaka panuje tutaj radość, tolerancja, jakie tworzą się przyjaźnie, jak wszyscy się zmieniają. Zapraszamy na obóz „Małych Odkrywców", którzy odkrywają wielkie rzeczy. W tym roku wydanie polsko-ukraińskie!

Halo halo prosimy teraz na tańce – słychać donośny głos jednego z wolontariuszy. Za chwilę sznurek równo ustawionych wózków inwalidzkich przesuwa się do dużego białego namiotu, z którego dobiega muzyka. A jakże do tańca!

– Nigdy nie wyobrażałem sobie, że taniec tak mnie wciągnie. Myślałem, że to raczej dla dziewczyn, ale nie to jest dla wszystkich i to jest wspaniałe – mówi Dima z Ukrainy i znika w świetnym układzie tanecznym.

TRĄBKA DOKTORA PIOTRA

Gabi jest studentką drugiego roku biotechnologii, ma piękne oczy, śliczny uśmiech i wielkie serce. Na obozie odkrywców jest piąty raz.

– Już nie wyobrażam sobie wakacji bez małych odkrywców. To prawda, że to jest w większości praca, i to wcale niełatwa, to prawda, że musimy często rozwiązywać różne problemy naszych podopiecznych, ale to wszystko nie ma znaczenia, bo w zamian dostajemy o wiele więcej. Energię, miłość, przyjaźń, wdzięczność, to jest ładowanie akumulatorów na cały rok – mówi Gabi.

Jej przyjaciółka Maria jest tutaj po raz pierwszy.

– Gabi tyle mi opowiadała o tych „małych odkrywcach", że nie mogłam nie przyjechać. Chciałam zobaczyć, jak na co dzień wygląda życie osoby z niepełnosprawnością. Bałam się i zastanawiałam, czy dam radę. Ale dałam i wracam napełniona taką energią i miłością, że nie wiem czy zdołam to wszystko udźwignąć – dodaje Marysia.

Obozy „Małych Odkrywców" są organizowane dokładnie w takim duchu, jak to było za czasów doktora Piotra Janaszka nad Gopłem. Jest pobudka, apel, gimnastyka, różnorodne zajęcia, pyszne jedzenie, wyprawy no i oczywiście dyskoteki. Te od lat wzbudzają największe emocje.

– I tylko trąbki nie ma – dodaje z nostalgią Zuzanna Janaszek-Maciaszek, prezes Fundacji im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ, organizatora tych niezwykłych wakacji dla dzieci z niepełnosprawnościami.

– Tato zawsze budził nas wszystkich właśnie trąbką. Kto wie może warto do tego wrócić?

ROSNĄ IM SKRZYDŁA

Obozy „Małych Odkrywców" od lat odbywają się nad jeziorem mikorzyńskim. Dzień zaczyna się od apelu, potem jest gimnastyka i pysze śniadanie. Następnie różne zajęcia z łowieniem ryb włącznie, nauka samodzielności pod okiem asystentów i obiad, a po południu zajęcia sportowe, wycieczki, kolacja i dyskoteka.

– Kto głodny, kto chory, kto ma imieniny, urodziny, wystąp! – tak zaczyna się każdy apel, a po nim zaspani, jeszcze trochę w innym świecie zaczynamy gimnastykę, czyli rozruch poranny– zapewnia Gabi.

Martyna, Weronika, Emilia i Kamil to wspaniały zespół wy-

Tu wszystko jest proste

chowawców, który towarzyszy dzieciom praktycznie przez całą dobę. Tyle energii i radości ile jest w tej czwórce wystarczy dla wszystkich.

– My po prostu lubimy te dzieciaki. Lubimy z nimi być. Dajemy dużo z siebie, ale w zamian otrzymujemy o wiele więcej. Nie ma większej przyjemności jak patrzeć na kogoś, kto tutaj na obozie nauczył się robić rzeczy, które do tej pory wydawały mu się niemożliwe. Ta radość jest niesamowita. A i my wychowawcy trochę się lubimy, więc musi być wesoło i energetycznie – śmieje się Emilia, asystentka osób z niepełnosprawnością.

– Te dzieci się tutaj zmieniają. Przyjeżdżają często z domów, gdzie rodzice wyręczają je w wielu czynnościach. Tutaj uczą się samodzielności i to daje im niezwykłe poczucie wolności. Pamiętam taką mamę, która przywiozła swojego syna i dała nam listę leków i wskazań, co trzeba zrobić, jak syn będzie zachowywał się agresywnie, jak będzie popłakiwał, miał zmienne nastroje. Od samego początku obozu żadna z wymienionych na liście dolegliwości u tego chłopca nie wystąpiła. Ten obóz nie tylko dodaje skrzydeł, pobyt tutaj likwiduje różne blokady i leczy – zapewnia Weronika, też wychowawca.

Rusłana jest Ukrainką i jeszcze parę miesięcy temu miała normalne życie, pracę, mieszkanie, rodzinę. Na początku marca musiała uciekać przed wojną i szczęśliwie przedostała się wraz z 11-letnią córką Zlatą do Konina. Na obozie „Małych Odkrywców" pracuje jako pomoc wychowawcy i jest razem z córką.

– Dla mnie bycie tutaj to tak jakbym znalazła się w zupełnie innym świecie. Czuję spokój, jestem bezpieczna, a całą moją energię, z którą czasem nie wiem co robić, przekazuję dzieciom. Tańczę z nimi, śmieję się, czasem popłaczemy sobie razem, jak to w życiu, ale najwięcej to jest tutaj śmiechu, radości i beztroski – zapewnia Rusłana i pomaga wsiąść do autobusu Adrianowi. Sportowcy ruszają właśnie na trening koszykówki.

– Uwielbiam tutaj być! Jest tu mnóstwo zajęć sportowych, a to działa jak adrenalina i nakręcam się na długie miesiące. Tutaj wszystko jest takie proste – mówi Adrian.

CALINECZKA I CZERWONA KALINA

Gabrysia wygląda jak Calineczka. Jest śliczna, drobniutka, delikatna i jeździ na wózku. Ma piękny, jasny warkocz, ciekawe świata spojrzenie i głosik jakiejś pozytywnej postaci z bajki. Od lat jest uczestniczką kolonii i z racji doświadczenia ma pewne zadania.

– Opiekuję się dziećmi. Uwielbiam to. Jestem dla nich trochę nauczycielem, rozmawiam z nimi. Czasem tylko słucham. Najbardziej lubię rozmowy indywidualne, bo wtedy bardzo się otwierają i po takich spotkaniach od razu widać rezultaty naszej wspólnej pracy – mówi Gabrysia.

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

Czy było już o przyjaźni? To będzie, bo tutaj na obozie „Małych" Odkrywców przyjaźń jest bardzo ważna. A w tym roku ma jeszcze dodatkowy wymiar – jest polsko-ukraińska.

Oto dwie równolatki Sofija z Ukrainy i Olka z Polski. Od początku obozu są praktycznie nierozłączne. Mieszkają w tym samym pokoju, siedzą przy stole też razem, razem chodzą na zajęcia. Lubią te same smaki lodów, razem śmigają na swoich wózkach na dyskotekę. Uczą się języka polskiego i ukraińskiego, ale to, co najbardziej łączy te dwie dziewczynki, to śpiewanie.

– Umiem już kilka słów po ukraińsku i uczę Sofię polskiego, ona bardzo dobrze sobie radzi. Umie już śpiewać polskie piosenki, a mnie nauczyła jednej ukraińskiej i razem wszędzie ją śpiewamy. Dużo mamy wspólnego nawet podoba nam się ten sam chłopak – śmieje się Olka.

A piękna Sofijka zaczyna śpiewać: „Jak za wodą kwiaty, jak za latem ptaki, ślij więc listy do mnie, czerwona kalina, pod nią pożegnanie…"

I tutaj włącza się Olka. I śpiewają obie czyściutko po ukraińsku. Tak to koniec obozu, czas na pożegnanie, ale przecież za rok znów się spotkamy i znów będzie pięknie. Do zobaczenia! Do zobaczenia!

„Mali Odkrywcy" przyjeżdżają na kolonie dzięki pomocy darczyńców, którym dziękujemy z całego serca! Dzięki darczyńcom udział w koloniach jest bezpłatny. Dzieci mają mnóstwo atrakcji, a podczas zabaw uczą się samodzielności. Tutaj zaczynają wierzyć, że niepełnosprawność nie może być przeszkodą w realizacji marzeń!

Zapraszamy do obejrzenia fotorelacji na Facebooku Fundacji.

Wrażenia i radość Małych Odkrywców można zobaczyć na filmie: https://youtu.be/KQ8hwUFNgZc

*

Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ od 2004 roku buduje świat, w którym osoby z niepełnosprawnościami nie czują się ciężarem, pracują, mają swoje pasje, decydują o sobie i są szczęśliwe. Każdego roku otaczamy opieką ponad 200 osób, które chcą żyć normalnie, realizować swoje marzenia i żyć niezależnie mimo wielu ograniczeń. Pomoc i wsparcie oferujemy nieodpłatnie. Jest to możliwe dzięki pomocy darczyńców. Ty również możesz pomóc!

Wpłać darowiznę na rachunek Fundacji PODAJ DALEJ numer: 78 1050 1735 1000 0024 2547 0123 z dopiskiem „Rehabilitacja i pomoc osobom z niepełnosprawnościami".

Za wszelką pomoc dziękujemy!

Jeżeli masz pytania, napisz: fundacja@podajdalej.org.pl

Więcej informacji na www.podajdalej.org.pl ***NA***

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, Katarzyna Podchul, Andrzej Rossa, Agata Sierota, Jerzy Szulc.

ADRES REDAKCJI:
60-681 Poznań
os. Bolesława Chrobrego 33 m 65
tel. 822-64-54, kom. 608-311-903
e-mail: mbajerowicz@wp.pl
www.filantrop.org.pl

WYDAWCA:
Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Filantrop"
os. Bolesława Chrobrego 33 m 65
60-681 Poznań
tel. 608-311-903, 61-8226-454,
www.filantrop.org.pl

KONTO:
BZ WBK SA VI/O Poznań
28-1090-1362-0000-0001-0665–8259

DRUK:
DRUKARNIA „KOM-DRUK"
Grzegorz Komisarek
ul. Karpińskiej 16, 60-462 Poznań
tel. 618 172 206
e-mail: komdruk@wp.pl

Redakcja zastrzega sobie prawo skrótów i zmian w nadsyłanych materiałach oraz nie bierze odpowiedzialności za ich autorstwo.

Za treść reklam i ogłoszeń redakcja nie ponosi odpowiedzialności.

Nakład: 2.000 egzemplarzy.

Jerzy Szulc
WARSZAWA

Fraszki

SAMO ŻYCIE
Przeważnie tak życiem
Kieruje los wredny,
Że żarcie ma bogacz,
A apetyt biedny.

DOPING
Gdy gra dobra
Na boisku,
To i kibic
Mocny w pysku.

UCISKANA
Miała ciężkie życie.
By temu zaradzić,
Zaczęła po prostu
Się lekko prowadzić.

AWITAMINOZA
Niewiele na działce
Witamin się miewa,
Gdy to, co tam rośnie,
Tylko pies podlewa.

WYPADEK
Znowu pokazał
Wielki idiota,
Jaka jest szybka
Jego Toyota.

TRUTEŃ
Teraz bąki zbija,
Bo mu dała szkoła
Świstek, by nie musiał
Pracować jak pszczoła.

PRZEMOC
Nie zawsze bywa,
Kochanie miłe,
Jeżeli miłość
Pcha się na siłę.

KARAMBOL
Zbiorowy gwałt
Kolumny aut.

WPADKA
Głowi się niecnota,
Z kim była robota.

PANTOFLARZ
Siedział nieboraczek
Pod pantoflem żony,
Bo żona skończyła
Kurs samoobrony.

POMOC
Coś nie po kolei
Ma trochę w rozumie,
Kto cudze poprawia,
A swego nie umie.

JAK PECH TO PECH
I wyjątkowego
Też możesz mieć pecha,
Nawet gdy się szczęście
Do ciebie uśmiecha.

NIEDOSKONAŁOŚĆ
I człowiek porządnie
Nawet oświecony
Miewa też niestety
Swoje ciemne strony.

RYS. ZBIGNIEW NOWAK

A wszystko bez tyn wyngiel

Emenryt ze staregó portfela Chrząszczyk lubiał murmolić na atramynciarzy. Ostatnio zacznył narzykać na urzyndasów zez Brukseli.

– Słuchej ino Florek – pioł do kompla emenryta, jak to mo sie do rozumu, że momy wyngiel wew kopalniach, a trzebno gó skupywać zez Afryki. Zaś wyngla jestta nie zadość i wiara ustawio się wew kolejki po chrust.

Wuja Tosiu zez Zdziechowy zapisoł się jak roz wew kolejke i jest piyńćdziesiuty piunty. Tero mo iść na szkolynie, jak zbiyrać chrust i jak obchodzić się z centometrem. Co zaś po tym ?

Borowy (leśniczy) pokazywoł klijyntowi gdzie mo nazorgować chrustu. Zaś przytośto się liczman, którny wycyni i pobierze wpisowe. Rzykomo klijynt mo pokazać, czy mo zaświadczenie szczepinia na borrelioze, kurs z BHP i poświadczenie od likorza rodzinnygó o orjentacji seksualnej. Rozchodzi się o to, że czynsto wew kierzkach napadają na kobicka. Istny tyż mo się zobowiunzać, że nie bydzie zwijoł mechu, igliwia i innygó charmyndzia. Styndy widzymy, że wszystko jestta pod kontrolom. Tak nom sprawozdawoł emenryt Chrząszczyk.

Przypomnył tyż, że za chłopoka zbiyrali wyngiel na biszungu, którny wysypywoł się na zakryntach, jak jachała bana. Dawno tymu wyngiel rozwozili do chaty. Był taki wynglorz Ulianow, którny mioł wozika do wyngla, a ciungnył gó ejzel.

Roz kiedyś, jak było ślizgo na Kcyńskiyj Łacie, tam, gdzie som trzy huby, wózik zez wynglym zwalił mu się do rowu. Ulianow zasypoł gó piochem i tak się zostoł tam leżeć.

Jak usłyszeli to szczuny od Plunderkowej i Puszorków, pojachali i najdli kawalondyszki wyngla. Rug-cug zaczli wrzucać ładunek do woryszków. Wew momyncie jachał atramynciorz zez Starostwa. Szpycnył, co sie dzieje i zakapował jeich . Klinknył do urzyndu, że momy wew Gniźniye nowom kopalniom odkrywkowom i wiaruchna zwijo wyngiel.

Trzebno to cheba upaństwowić.

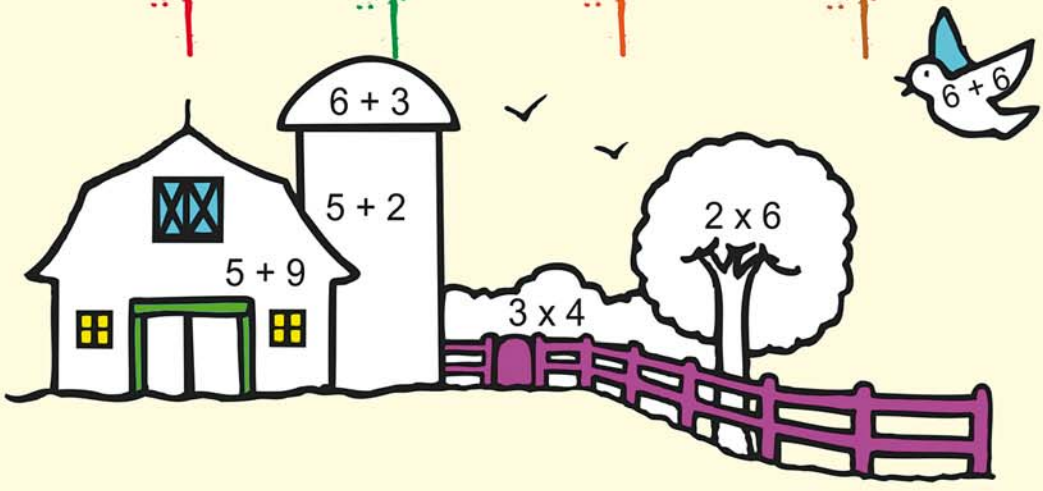
Niewiada, co bydzie z wiaruchnom, którno miyszko wew blokach. Kiedy jeim włunczom kalafiory, tegó nie wiy nikt.

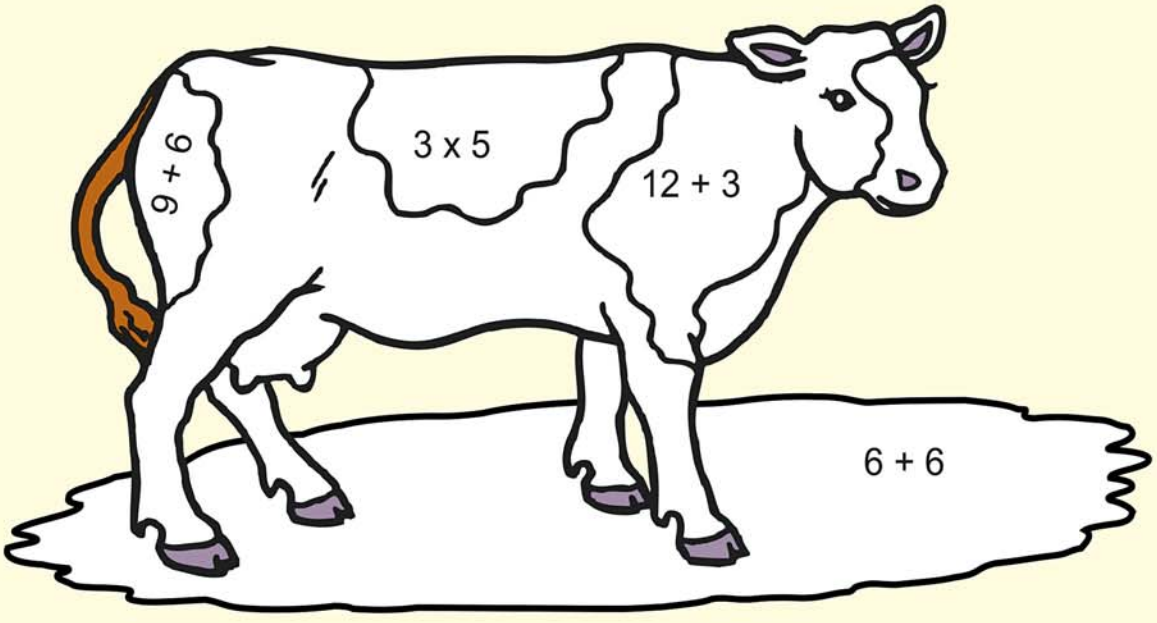
BOLECH ZEZ CIERPIENGÓW
ZIMOWE PROBLEMY PRZEDSTAWIŁ

RYS. ZBIGNIEW NOWAK

JAMNIKOWE KOLOROWANKI

= 7 = 9 = 12 = 14 = 15

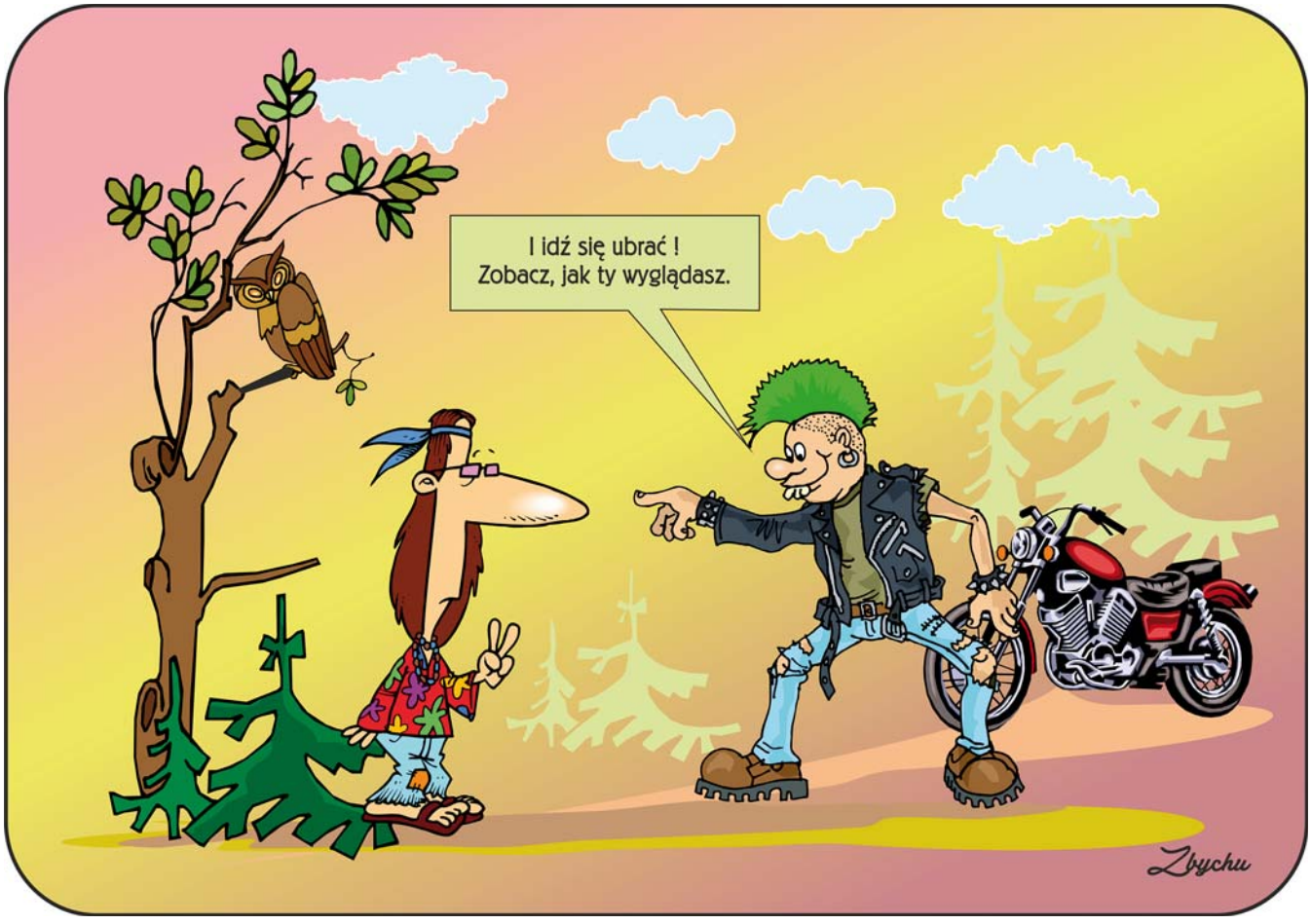




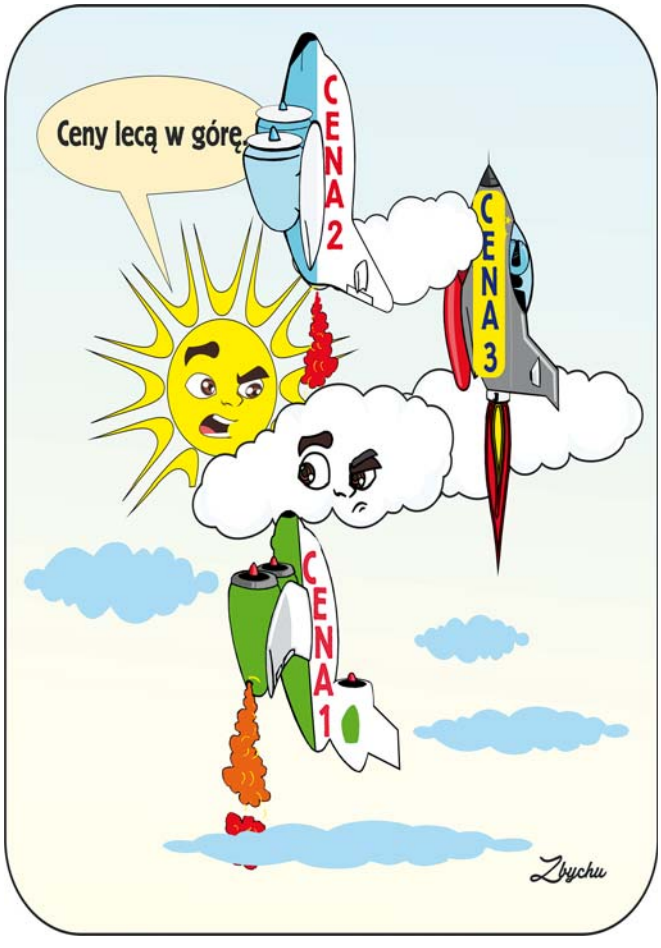
jamnik

RYS. ZBIGNIEW NOWAK

Wykonaj działania i dokończ kolorowanie obrazka według wskazanych barw.



RYS. ZBIGNIEW NOWAK



RYS. ZBIGNIEW NOWAK

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