

PISMO RUCHU TWÓRCZEGO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

# FILANTROP

n a s z y c h      c z a s ó w

Nr (337) 12 • Poznań • grudzień 2022 • Nr indeksu 327948 • ISSN 1231-8876

FOT. KAROLINA KASPRZAK



Na zdjęciu: Uczestnicy XVII Powiatowego Przeglądu Piosenki Osób Niepełnosprawnych „Złoty Słowik”.

Więcej w artykule „Muzyka dobra na wszystko”.

Str. 24 i 25

RYŚ: KATARZYNA BAJEROWICZ



*Wesołych Świąt Bożego Narodzenia  
i pomyślności w Nowym Roku*

*życzą redakcja*

FINANSUJĄ



Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych



POWIAT  
POZNAŃSKI

PATRONUJE



W NUMERZE:

- Poczuły,  
że są samodzielne str. 3
- Nasz wojownik str. 8 i 9
- Moje wszystkie pasje str. 10
- Świat  
jest wielką tajemnicą str. 14 i 15
- Obraz powie więcej  
niż słowo str. 22, 23 i 24
- Codziennie  
będę tęsknić str. 26
- Żyrafa na drodze str. 34 i 35
- Były duchy i wampiry str. 37
- Święto Niepodległości str. 42 i 43
- Czy wyćpić ławeczki  
precz? str. 45

## PFRON wspiera

„Centra i ośrodki wsparcia – nowymi kierunkami wsparcia osób z niepełnosprawnościami” – konferencję pod takim tytułem zorganizował Oddział Wielkopolski Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych we współpracy z Miastem Kalisz. Spotkanie adresowane do przedstawicieli instytucji, organizacji pozarządowych, a także wszystkich zainteresowanych tematyką wspierania osób z niepełnosprawnościami na co dzień odbyło się 25 października w Villi Calisia przy Alei Wolności w Kaliszu.

Wystąpienia prelegentów oscylowały wokół tematyki wspierania osób z niepełnosprawnościami we wszystkich sferach życia, gwarantowania im dostępu do równej edukacji, niwelowania barier oraz towarzyszenia w pokonywaniu trudności. Głos zabrała m.in. dr Anna Skupień, dyrektor Oddziału Wielkopolskiego PFRON, która omówiła kierunki wsparcia osób z niepełnosprawnościami realizowane przez Fundusz.

W ramy spotkania wpisała się również kwestia roli asystenta osoby z ASD. Osoba ze spektrum autyzmu, w tym z zespołem Aspergera, może otrzymać profesjonalną pomoc asystenta w czasie realizacji procesu kształcenia lub po prostu w codziennym życiu.

Uczestnikom konferencji przybliżono działania Ośrodka Wsparcia i Testów. Jest to instytucja, w której osoby z niepełnosprawnościami oraz ich opiekunowie mogą liczyć na wsparcie, m.in. w zakresie pomocy w doborze nowoczesnego sprzętu wspierającego i asystującego czy uzyskać porady w zakresie usług rehabilitacyjnych dla osób z niepełnosprawnością. Ośrodek posiada najnowocześniejszy specjalistyczny sprzęt z zakresu technologii wspomagających jak: Cyber Oko, odtwarzacz książki mówionej, linijki brajlowskie, Mówik, drukarki brajlowskie, pętle indukcyjne, powiększalniki, czy też lupy elektroniczne. Wszystkie usługi świadczone przez Ośrodek Wsparcia i Testów w Kaliszu są bezpłatne. *Oprac. KK.*

## Kino bez barier

Dzięki dofinansowaniu ze Środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych projektu pn. „Kultura bez barier” realizowane jest przedsięwzięcie „Kino bez barier”. W poznańskim Centrum Kultury Zamek odbywają się cyklicznie pokazy filmowe dla osób z niepełnosprawnością. Filmy prezentowane są z wykorzystaniem audiodeskrypcji oraz napisów dla niesłyszących.

Filmy można oglądać w każdy wtorek o 11.00 i w czwartek o 18.00. 15 listopada osoby z niepełnosprawnościami obejrzały film pod tytułem „Simona”, opowiadający o losach legendarnej badaczki, która żyła otoczona zwierzętami w Puszczy Białowieskiej. Z opisu filmu umieszczonego na stronie internetowej PFRON dowiadujemy się również, że Simona była ulubienicą terroryzującego okolicę kruka, matkowała rysiom i losiom, a jej empatyczne podejście do zwierząt i roślin nie tylko pozwala zobaczyć Puszczy Białowieską

jako unikalny na skalę światową ekosystem, ale też pomaga zrozumieć, że jesteśmy współlokatorami na Ziemi i powinniśmy pozwolić żyć innym istotom.

Kolejnym proponowanym filmem jest „Johnny”, również z wykorzystaniem audiodeskrypcji i tłumaczenia na język migowy. Został wyemitowany w czwartek 17 listopada. Opowiada o przygodach Patryka Galewskiego – chłopaka, który nie miał łatwego startu w życiu. Patryk włamuje się do domu w małym mieście. Wyrok sądu nakazuje mu prace społeczne w puckim hospicjum, gdzie poznaje niezwykłego księdza Jana Kaczkowskiego. Duchowny angażuje młodych chłopaków z zawodówki, na pozór twardych buntowników, w pomoc śmiertelnie chorym. Bilety na wszystkie pokazy filmowe kosztują 5 złotych. Liczba miejsc na pokazach jest ograniczona. Rezerwacji można dokonywać pod numerem telefonu: (61) 646 52 60. *Oprac. KK.*

## Porady, transport

Koniec roku to dobry czas na podsumowanie zrealizowanych inicjatyw w zakresie wsparcia osób z niepełnosprawnościami. Oddział Wielkopolski Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych poinformował za pośrednictwem swojej strony internetowej jak wyglądała realizacja programu „Rehabilitacja 25 plus” w województwie wielkopolskim w 2022 roku.

Suma środków przeznaczonych na realizację programu w Wielkopolsce w roku szkolnym 2022/2023 wyniosła 2 177 500,00 zł. W tym roku zawartych zostało 10 umów, dzięki czemu wsparciem objęte zostały 93 osoby z niepełnosprawnościami.

Ze środków PFRON zrealizowane zostały: usługi opiekuń-

cze i pielęgnacyjne, udział w zajęciach usprawniających, terapeutycznych i wspierających ruchowo, udział w zajęciach prowadzonych w ramach kół zainteresowań, pomoc w rozwinięciu i wzmacnianiu aktywności oraz samodzielności życiowej, a także w utrzymaniu nabytych wcześniej umiejętności, pomoc psychologiczna, poradnictwo i wsparcie w rozwiązywaniu trudnych sytuacji życiowych oraz transport.

W kolejnej edycji programu podmiotami, które mogły złożyć wniosek, były ośrodki rewalidacyjno-edukacyjno-wychowawcze (OREW), ośrodki rewalidacyjno-edukacyjno-wychowawcze (ORW), szkoły przysposabiające do pracy (SPdP) oraz placówki edukacyjne, w których potencjalny beneficjent programu realizował obowiązek nauki. *Oprac. KK.*

## Działamy razem

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych ogłosił w dniu 31 października na swojej stronie internetowej konkurs o zlecenie realizacji zadań w formie wsparcia nr 1/2022 pn. „Działamy razem”. W ramach konkursu można wnioskować o dofinansowanie projektów związanych z rehabilitacją zawodową i społeczną osób z niepełnosprawnościami. Wnioski należy składać do 15 grudnia do godz. 12.00 za pośrednictwem aplikacji Generator Wniosków (<https://generator.pfron.org.pl>). Nie jest możliwe złożenie wniosku wyłącznie w wersji papierowej.

Konkurs obejmuje projekty dotyczące: wejścia osób niepełnosprawnych na rynek pracy (kierunek pomocy 1), zwiększenia samodzielności osób niepełnosprawnych (kierunek pomocy 2), wzrostu aktywności osób niepełnosprawnych w różnych dziedzinach życia (kierunek pomocy 3), zapewnienia osobom niepełnosprawnym dostępu do informacji (kierunek pomocy 4), poprawy jakości funkcjonowania otoczenia osób niepełnosprawnych (kierunek pomocy 5) oraz upowszechniania pozytywnych postaw społecznych wobec osób niepełnosprawnych i wiedzy dotyczącej niepełnosprawności (kierunek pomocy 6).

W ramach konkursu nie można zgłaszać projektów dotyczących organizacji imprez turystycznych lub rekreacyjnych (kierunek pomocy 3), które trwają powyżej 7 dni lub które mają charakter turnusu rehabilitacyjnego, a także dotyczących organizowania i prowadzenia szkoleń dla tłumaczy języka migowego oraz tłumaczy-przewodników (kierunek pomocy 5).

Uprawniony podmiot może złożyć w ramach konkursu trzy wnioski, z tym że nie więcej niż dwa wnioski w danym kierunku pomocy. W jednym wniosku może być zgłoszony jeden projekt. Złożenie wniosku wspólnego powoduje zmniejszenie limitu wniosków dla każdego z wnioskodawców, który zostanie wskazany we wniosku wspólnym. Szczegółowe informacje dotyczące ogłoszenia konkursu można znaleźć na stronie <https://pfron.org.pl> *Oprac. KK.*

MIESZKANIA CHRONIONE W LISÓWKACH CZEKAJĄ NA CHĘTNYCH

# Poczuły, że są samodzielne



Karolina  
Kasprzak  
POZNAŃ

**K**ompleks siedmiu niewielkich domków na terenie Domu Pomocy Społecznej w Lisówkach (pow. poznański) został zaadaptowany na potrzeby mieszkań chronionych dla osób z niepełnosprawnościami oraz na dom samodzielnego rodzica, czyli mieszkania dla samotnych matek z małoletnimi dziećmi. Osoby korzystające z mieszkań mają tu wszystko, co jest niezbędne w prawdziwym domu – własne pokoje i łóżka, pojemne szafy na ubrania, stoły i krzesła, a w przedpokoju – wieszak na kurtki oraz oddzielny na obuwie, bo dbałość o porządek to podstawa.

Każda z tych osób trafiła tu z własną historią życia – dramatyczną i trudną do zrozumienia dla kogoś, kogo los w taki sposób nie doświadczył. Była przemoc, był alkohol, była bieda i skrajny niedostatek, choroba psychiczna i związane z nią społeczne piętno, bo choć o problemach zdrowia psychicznego i wspieraniu osób w kryzysie mówi się dużo, do pełnej akceptacji ze strony innych ludzi jeszcze daleka droga. Nierzadko także innego rodzaju niepełnosprawność staje się powodem wykluczenia. Dysfunkcje fizyczne również wiążą się z potrzebą wsparcia, które członkowie rodzin nie zawsze mogą lub chcą zapewnić.

Osoby z niepełnosprawnościami w mieszkaniach chronionych w Lisówkach mają komfortowe warunki. Każda może liczyć na własny pokój. Wszystkie pomieszczenia są w pełni dostosowane do ich potrzeb, nie ma żadnych barier architektonicznych. Są łazienki z uchwyty przy urządzeniach sanitarnych wyposażone dodatkowo w specjalne czujniki, które dźwiękiem sygnalizują, gdy ktoś się na przykład w takiej łazience przewróci albo zasłabnie. Pomieszczenia posiadają również windy oraz specjalistyczne łóżka.

Mieszkania chronione prowadzi Fundacja Inicjowania Roz-



Pani Lidia ze swoim najwierniejszym przyjacielem.

woju Społecznego, a ich utrzymanie w pełni finansowane jest przez Powiat Poznański. W mieszkaniach chronionych dla osób z niepełnosprawnościami przewidziano łącznie 10 miejsc, natomiast w mieszkaniach dla samotnych matek z małoletnimi dziećmi – 30 miejsc.

– Postępując się znanym powiedzeniem powiem, że „dajemy wędkę, a nie rybę”. W pełni wspieramy osoby z niepełnosprawnościami oraz samotne matki w uzyskaniu samodzielności, ale nikogo nie wyręczamy. Chodzi o to, aby mieszkańcy mieli poczucie sprawczości. Widzimy, że jest z tym duży problem, gdy trafiają do nas. Dzieje się tak zapewne dlatego, że w poprzednim miejscu zamieszkania ktoś robił coś za nich, a tutaj podstawowe czynności muszą wykonywać samodzielnie. Nie jest jednak tak, że są pozostawieni sami sobie. Zatrudniamy pracownika socjalnego, psychologów, terapeutów, asystenta osoby niesamodzielnej, animatora czasu wolnego, warsztatowca, który m.in. uczy gotować, jest pomoc prawna. Od stycznia przyszłego roku w zatrudniony zostanie opiekun mieszkania, który powie np. jak posprzątać, pomoże dojechać na zakupy czy przeprowadzi zajęcia kulinarne – mówi Marta Barczyk, kierownik domu samodzielnego rodzica.

Z oferty mieszkań chronionych w Lisówkach przeznaczonych dla osób z niepełnosprawnościami skorzystać może każdy, kto posiada ważne orzeczenie o stopniu niepełnosprawności oraz uzyska pozytywną decyzję o przyznaniu

mieszkania chronionego wydaną na podstawie przeprowadzonego wywiadu środowiskowego. Nie ma znaczenia rodzaj niepełnosprawności. Przyjmowane są osoby z niepełnosprawnością narządu ruchu, z problemami zdrowia psychicznego, ale mieszkańcem może być również osoba z dysfunkcją wzroku czy z innego rodzaju niepełnosprawnością. W celu przyznania mieszkania chronionego należy zgłosić się do Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Poznaniu i złożyć stosowny wniosek o przyznanie mieszkania.

W mieszkaniach chronionych w Lisówkach żyją m.in. dwie kobiety z niepełnosprawnością – Lidia i Magdalena. Pani Lidia – od 11 października 2021 roku, a pani Magdalena – od 1 czerwca 2022 roku. Co daje im pobyt w takim mieszkaniu? Przede wszystkim niezależność, godne warunki życia, uzyskanie większej samodzielności, możliwość sprawdzenia się w różnych zadaniach, kontakty społeczne, aktywizację. Obie panie są zachwycone wysokim standardem jakości świadczonych usług. Jest czysto, schludnie, mieszkania są nowoczesne. Po pokoju pani Lidii biega pies – Reksio. Mieszka razem z nią. Jest jej życiowym towarzyszem, a właściwie najwierniejszym przyjacielem. Kiedy źle się czuła, czekała alarmując otoczenie, że potrzebna jej natychmiastowa pomoc. Siada z nią na łóżku, a pani Lidka czule go głaszcze. Systematycznie sprząta swój pokój, odkurza pamiętki rodzinne – na stoliku stoją zdjęcia jej rodziców i syna.

Porządek ceni sobie również pani Magdalena. Jak mówi, dbać o czystość nauczyła się właśnie w mieszkaniu chronionym. Wcześniej bywało różnie, do porządku nie przywiązywało zbyt dużej wagi. Tu nauczyła się, że warto o niego dbać, a sprzątanie okazało się dla niej terapeutyczne. Obie kobiety darzą siebie sympatią – pomagają sobie w trudnościach i chętnie spędzają wspólnie czas. Nie ma miejsca na nudę. Są ciekawe książki, krzyżówki, różne zajęcia, spotkania z psychologiem. Mieszkańcy mieszkań chronionych mogą w nich w pełni realizować swoje pasje.

Pobyt w mieszkaniu chronionym jest odpłatny. Wysokość opłaty uzależniona jest od kryterium dochodowego. Osoby w skrajnie trudnej sytuacji materialnej mogą zostać – na podstawie decyzji administracyjnej – zwolnione z uiszczania opłaty za pobyt. W przypadku mieszkania chronionego dla osoby z niepełnosprawnością, gdy występuje co najmniej stopień umiarkowany lub inne przesłanki, taka osoba może przebywać w nim bezterminowo. Pierwsza decyzja wydawana jest zazwyczaj na okres trzech miesięcy. W przypadku domu samodzielnego rodzica matka z małoletnim dzieckiem może przebywać w nim do roku, z możliwością przedłużenia o sześć miesięcy. Sytuacja materialno-bytowa oraz osobista każdego zainteresowanego rozpatrywana jest indywidualnie. Osoby korzystające z mieszkań chronionych w Lisówkach mogą być odwiedzane przez członków rodziny – nie ma ograniczeń co do odwiedzin, odbywają się one w godzinach między 9 a 19. Żywność do przygotowywania własnych posiłków mieszkańcy zakupują we własnym zakresie, podobnie jak lekarstwa czy środki higieniczne, których potrzebują.

Zasady kwalifikowania do mieszkań chronionych zostały określone w rozporządzeniu Ministra Rodziny i Polityki Społecznej w sprawie mieszkań chronionych. Z kolei zasady kwalifikowania do domu samotnej matki określa rozporządzenie MRiPS w sprawie domów dla matek z małoletnimi dziećmi i kobiet w ciąży.

# Powrót do pracy

**P**aństwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych w współpracy z Zakładem Ubezpieczeń Społecznych oraz Centralnym Instytutem Ochrony Pracy – Państwowym Instytutem Badań realizuje projekt pn. „Wypracowanie i pilotażowe wdrożenie modelu kompleksowej rehabilitacji umożliwiającej podjęcie lub powrót do pracy”. Projekt jest finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego i przez budżet państwa.

O projekcie pisaliśmy niegdyś na łamach naszego miesięcznika. Warto zainteresować się tym przedsięwzięciem, gdyż dzięki niemu możemy znów stać się aktywnymi uczestnikami rynku pracy, a co za tym idzie – zyskać samodzielność i niezależność. W ramach projektu prowadzone są Ośrodki Rehabilitacji Kompleksowej, w których odbywają się różnego rodzaju kursy zawodowe dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Pobyt, rehabilitacja i szkolenia są bezpłatne.

Rehabilitacja kompleksowa rozpoczyna się od dokładnej

oceny przez specjalistów – lekarzy, rehabilitantów, psychologów i doradców zawodowych – stanu zdrowia danej osoby, kondycji psychicznej oraz możliwości rozwoju zawodowego. Na tej podstawie przygotowany zostaje indywidualny program rehabilitacji, z określeniem ogólnego celu rehabilitacji i dobranymi do niego działaniami jak np. zabiegi, szkolenia czy spotkania ze specjalistami. Indywidualny program rehabilitacji zawiera ponadto harmonogram działań i sposób oceny ich efektów.

Program rehabilitacji kompleksowej adresowany jest do osób, które z powodu choroby lub wypadku straciły możliwość wykonywania dotychczasowego zawodu i chciałyby podjąć inną pracę, adekwatną do swoich zainteresowań i stanu zdrowia. Zgłaszając się do projektu można zdobyć nowy zawód i podjąć satysfakcjonującą pracę. Projekt obejmuje pomoc w przygotowaniu się do poszukiwania pracy oraz do rozmowy z potencjalnym pracodawcą. Szczegółowe informacje na temat projektu uzyskać można pod numerem tel. (22) 50 55 600 lub mailowo: [ork@pfron.org.pl](mailto:ork@pfron.org.pl) *Oprac. KK.*

# Podróże bez ograniczeń

**C**iekawych doświadczeń artystycznych i wielu pozytywnych emocji dostarczyła kolejna edycja Festiwalu Podróżniczego „Śladami Marzeń”, który został zorganizowany w dniach 21 – 23 października na Międzynarodowych Targach Poznańskich w partnerstwie z Oddziałem Wielkopolskim Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Festiwal odbywa się od 2013 roku i jest jednym z największych wydarzeń podróżniczych w Polsce.

„Dla wszystkich, którzy odwiedzili Międzynarodowe Targi Poznańskie była to idealna okazja do znalezienia podróżniczych inspiracji, zgłębienia wiedzy na temat ciekawych regionów, poznania pasjonatów, ciekawych podróżników, autorów książek podróżniczych czy też znalezienia towarzysza podróży. Szczególne miejsce w gronie gości należało do osób, które mimo przeciwności losu znalazły odwagę, by pokazać światu, że twórczo podróżować może każdy, a przeszkody w spełnianiu marzeń są tylko w naszych głowach” – relacjonuje na swojej stronie internetowej PFRON.

Festiwal miał formę konkursu „O Złoty Ślad”, w którym wyłoniono zwycięzców tak na szczeblu krajowym jak i światowym. Pierwsze miejsce w kategorii świat zdobył w tym roku Michał Woroch, podróżnik i fotograf. Jego projekt pod nazwą Wheelchairtrip Himalayas Challenge 2021 to kolejna podróż, która pozwoliła mu na lepsze zrozumienie siebie i tym samym pogodzenie się z własną niepełnosprawnością.

Celem wyprawy było dotarcie do masywu górskiego Annapurny w Nepalu. Wyprawa wymagała przygotowania specjalnie skonstruowanych czterokołowych łazików z napędem elektrycznym do przemieszczania się w trudnym terenie. W trasę Michał ruszył wraz z Bartoszem Mrozkiem – sportowcem ekstremalnym, również poruszającym się na wózku inwalidzkim. Każde tego typu przedsięwzięcie podejmowane przez osoby z niepełną sprawnością utwierdza w przekonaniu, że nie ma rzeczy niemożliwych, a ludzie z dysfunkcjami mają prawo do realizacji własnych marzeń czyniąc swoje życie szczęśliwym. *Oprac. KK.*

## Nasi laureaci

**20** października uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” Konarzewie i Otuszu wzięli udział w wojewódzkiej gali podsumowującej XX Ogólnopolski Konkurs Plastyczny „Sztuka Osób Niepełnosprawnych” pod hasłem „Świat za sto lat” organizowany przez PFRON.

Możemy się pochwalić dwójką naszych uczestników: Michał Gulczyński zdobył I miejsce w kategorii rzeźba i płaskorzeźba, a Wirginia Kaźmierska II miejsce w kategorii rysunek i grafika. Artykuł Karoliny Kasprzak o konkursie jest w „Filantropie” z listopada, str. 3.

AGNIESZKA KUŹLAK

## Narzędzie do diagnozy

**S**towarzyszenie na rzecz Dzieci z Dysfunkcjami Neurorozwojowymi „Intuicja” w Poznaniu realizuje projekt pod nazwą: „Zrozum mnie i wysłuchaj” polegający na przeprowadzeniu bezpłatnych warsztatów i szkoleń z narzędzia C-Eye do diagnozy, rehabilitacji i komunikacji. Projekt jest współfinansowany ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych i realizowany w terminie od 1.08.2022 roku do 31.03.2023 roku.

Celem przedsięwzięcia jest – jak czytamy na stro-

nie Stowarzyszenia – upowszechnienie wiedzy oraz nauka obsługi narzędzia C-Eye do diagnozy, rehabilitacji i komunikacji wśród kadry i wolontariuszy bezpośrednio zaangażowanych w proces rehabilitacji osób z niepełnosprawnościami.

Ponadto celem projektu jest wsparcie rodzin i opiekunów osób z niepełnosprawnościami w formie spersonalizowanych warsztatów i szkoleń dotyczących korzystania z narzędzia C-Eye.

Program bezpłatnych szkoleń obejmuje m.in. zagadnienia jak: funkcjo-

nowanie narządu wzroku pacjenta w ujęciu fizjoterapeutycznym, neuroplastyczność w aspekcie komunikacji niewerbalnej, metody oceny stanu pacjenta przytomnego, niekomunikującego się, kompleksowe postępowanie terapeutyczne z pacjentem w stanie z ograniczoną świadomością, strategie komunikacji z osobami z niepełnosprawnościami oraz zasady higieny pracy z urzędnikiem. Dodatkowe informacje na temat projektu uzyskać można pod numerem telefonu: (61) 222 0004 lub mailowo: [intuicja@emedeap.pl](mailto:intuicja@emedeap.pl) *Oprac. KK.*

# Gdzie diabeł nie może...

Wśród 19 października był ciepły słoneczny dzień, w którym wyruszyliśmy autokarem do kina Kinopolis w Poznaniu na film pod tytułem „Gdzie diabeł nie może, tam baby pośle”. Była to komedia, której akcja, rozgrywała się w Poznaniu latach 80 i 90 XX wieku. Znani polscy aktorzy w humorystyczny sposób przedstawili sytuację, jaka panowała w czasach PRL-u.

W filmie, kierowano się prawdziwym egoizmem, sprzedając na swoją korzyść finansową alkohol i inne przekręty w kraju lub za granicą. Moim zdaniem film był trochę niezrozumiały, ponieważ wymagał dużej bystrości zmysłu wzroku, czego ja nie posiadam. Z rozmów po seansie wynikało, że film innym bardzo się podobał. Ale za to ścieżka muzyczna wykorzystana w filmie była cudowna.

Myszę jednak, że takie wyjazdy są bardzo ważne, ponieważ możemy się wspólnie spotkać, nawiązać nowe przyjaźnie, oderwać od codziennych obowiązków. W czasie seansu zjedliśmy popcorn i wypiliśmy sok oraz kawę. Dziękujemy przewodniczącej Stowarzyszenia, pani Basi Kucharskiej oraz terapeutom za zorganizowanie nam tak przyjemnego dnia, w którym doznaliśmy bardzo ciekawych przeżyć.

AGATA KIEJDROWSKA  
UCZESTNICZKA WTZ  
W SWARZĘDZU





# Goście z „Misia Uszatka”

**W** jesienne przedpołudnie 13 października oraz 3 listopada odwiedziły nasz Warsztat Terapii Zajęciowej przedszkolaki z przedszkola „Miś Uszatek”. Nasi goście zwiedzili nasze pracownie zaglądając w każdy kąt z dużym zainteresowaniem.

Próbowali odgadnąć, nad czym pracujemy i co robimy

zadając przy tym wiele pytań. W czasie ich wizyty, pokazaliśmy nasz teledysk „Koty”, który niedawno zajął I miejsce w konkursie w kategorii teledysk na „Złocie Talentów 2022”. Teledysk zrobił ogromne wrażenie, gdyż doszły nas słuchy, że w przedszkolu zrobiło się o nim głośno. Grupa sześciolatków przygotowała

specjalnie dla nas krótki występ artystyczny.

Mali artyści przedstawili w wierszach i piosenkach, jakie mamy dary jesieni, jak są kolorowe i wyglądają spadające liście, kasztany, żółędzie. W przekazie chodziło, aby docenić piękno przyrody i wszystko, co nas otacza. Na koniec w prezencie otrzyma-

liśmy jesienne rysunki. Nasi mali roześmiani przyjaciele z zaprzyjaźnionego przedszkola sprawili nam ogromną radość. Mogliśmy zobaczyć ich radosne twarze, gdy oklaskiwaliśmy dziękując za jesienne przedstawienie i odwiedzin.

MICHAŁ OGONIAK  
UCZESTNIK WTZ W SWARZĘDZU



# Oczekiwanie na atak



FOT. Z RODZINNEGO ARCHIWUM

Jestem Michał Szymanowicz, mam 38 lat i mieszkam w Buku. 6 sierpnia 1997 roku moje życie przewróciło się do góry nogami. Właśnie wtedy uległem ciężkiemu wypadkowi rowerowemu, silnie uderzając głową prosto w drzewo.

Musiąłem przejść ciężką operację czaszki, po której zostałem wprowadzony w stan trzymiesięcznej śpiączki farmakologicznej. Wypadek jak i leczenie spowodowały, że nie mogłem wrócić do szkoły i normalnie jej ukończyć, ale zrobiłem to w sposób indywidualny. Bardzo tęskniłem za moimi szkolnymi koleżankami i kolegami, no i ogólnie za szkolnym życiem. Na początku to było trochę dziwne, gdy moi nauczyciele odwiedzali mnie w domu. Miało to też dobre strony, bo udało mi się ukończyć podstawówkę z bardzo dobrymi wynikami.

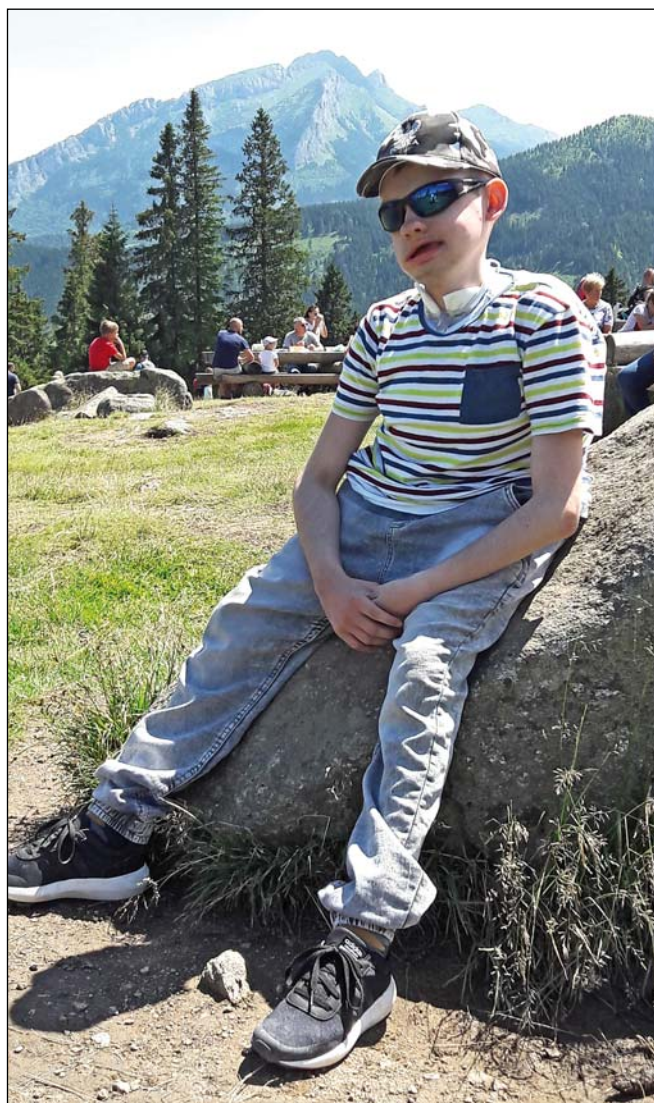
Dzięki temu i pomocy moich rodziców dostałem się do liceum ogólnokształcącego we

Wrocławiu, które znajdowało się przy Centrum Kształcenia i Rehabilitacji. Mieszkałem przez cały okres nauki w internacie. Najlepszy kontakt załapałem z moimi dwiema koleżankami, które uczęszczały do tej samej klasy co ja i obydwie miały tak samo na imię. Wydawałoby się, że wszystko się dobrze skończyło i będzie ok. Niestety w maju 2003 roku doznałem pierwszego ataku padaczki.

Możecie sobie wyobrazić, że to właśnie on zaprzepścił wiele moich planów, pokrzyżował dalszą drogę. Pierwszą z nich był brak możliwości przystąpienia do matury, więc i marzenia o studiach pękły jak bańka mydlana. Zacząłem szukać innego rozwiązania. Moi rodzice bardzo mnie wspierali i udało się, znalazłem alternatywę, którą okazało się informatyczne studium policealne w Poznaniu. Niestety, po krótkim czasie odezwały się u mnie kolejne ataki padaczki, które przerwały moją edukację w studium informatycznym.

I tak trafiłem na Warsztat Terapii Zajęciowej, również w Poznaniu. Kolejnym problemem okazał się dojazd, bo jak domyślacie się, ataki uniemożliwiały mi samodzielny wyjazd do ośrodka. Znowu zostałem w domu bez planów i w oczekiwaniu na ataki, które się nasilały. W 2012 roku, gdy moi rodzice dowiedzieli się, że niedaleko Buku we wsi Otusz otwiera się WTZ, postanowili mnie zapisać. Udało się, uczęszczęm do tego WTZ do dnia dzisiejszego. Jest tu naprawdę fajnie. Ale to temat na kolejny artykuł.

MICHAŁ SZYMANOWICZ  
UCZESTNIK WTZ „PROMYK”  
W OTUSZU



FOT. KAROLINA KASPRZAK





ARTYKUŁ KU PAMIĘCI MATEUSZA MAKOWSKIEGO

# Nasz wojownik

*Powolnie poznawaj przyjaciół; ale kiedy ją poznasz, kontynuuj stanowczo i stale.*

SOKRATES

Ten cytat idealnie pasuje do jednego z przyjaciół w naszym warsztacie. Nasz wojownik – bo tak Mateusza nazwałem – pozwolił mi brać moc z naszej przyjaźni do dnia 30 czerwca bieżącego roku. Moc przyjaźni znika, a Mateusz patrzy na nas z góry i każe nam się nie smuć. Nie ma Go już wśród nas, ale pozostał w naszej pamięci.

Znałem Mateusza długie lata, ale dopiero w naszym Warsztacie zaiskrzyła między nami przyjaźń. Ta iskra wspólnego pomagania sobie nawzajem nauczyła mnie czegoś, czego nie potrafię opisać tak, jak bym tego chciał. Porozumiewaliśmy się przez gesty oraz pisanie na chacie. Było to dla mnie coś nowego, ale z czasem bardzo szybko do tego przywykłem. Mateusz miał wiele zainteresowań, ale najbardziej pasjonował się militariami – wojskiem oraz gramami komputerowymi, których miał pokaźną kolekcję na komputerze i playstation. Mało kto wiedział o tym, ale Mateusz to nasz wojak, bo od „Fundacji mam marzenie” otrzymał na urodziny wystrzałowy prezent.

Komandosi odwiedzili Mateusza i weszli do mieszkania na linach przez okno, aby złożyć życzenia urodzinowe. Od tamtej pory był pasjonatem wojska, co było widać również w sposobie ubierania się w moro. W przemierzaniu szlaku życiowego wielokrotnie pokonywał górskie szczyty i z dumą prezentował fotografie z wojaży. Nasz Przyjaciel uwielbiał również pobyty nad polskim morzem i morską bryzę. Bardzo kochał rodziców, którzy darzyli Mateusza ogromną miłością. W Warsztacie na stałe przypisany był do pracowni komputerowej, gdzie pomagał redagować gazetkę „Anielska Przystań”. Często wyszukiwał grafikę z żartami, z których nikt nie śmiał się do łez. Cze-

sto próbował wymigać się od pracy pisząc, że „on nie umie i niech ktoś inny robi”.

Nie zapomnę nigdy dwóch rytualnych punktów dnia kolegi, czyli kawy codziennie o tej samej porze oraz przygotowania żartu dla pani kierownik. Mateusz dał mi motywację do ćwiczeń oraz energię do

podjęcia prób jazdy na wózku. Myślałem wówczas: on potrafi, a ja nie? Mateusz to przyjaciel, którego wsparcie w chwili zwątpienia bardzo mi pomagało. Mamy kilka prac malarskich Mateusza. Nie chciał tworzyć, ale kiedy przezwyciężył niechęć, to pięknie malował. Miał psa, który zwał

się Maksiu i często nam pokazywał jego zdjęcia. Mój Przyjacielu, Twoje Życie minęło zdecydowanie za szybko. Twoja dobroć pozostanie w naszych sercach, a emanująca od Ciebie życzliwość pozostanie w każdym z nas.

MICHAŁ OGONIAK  
UCZESTNIK W TZ W SWARZĘDZU



# Moje wszystkie pasje

Nazywam się Mikołaj Lambryczak. Uczęszczam do Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie od grudnia 2014 roku. Od najmłodszych lat w moim rodzinnym domu muzyka króluje w codziennym życiu. Gdy byłem małym chłopcem interesowała mnie muzyka, oglądałem programy rozrywkowe, takie jak „Szansa na sukces” i „Jaka to melodia”. Z łatwością śpiewałem każdy utwór.

Moją przygodę z fotografią

rozpocząłem, gdy otrzymałem aparat fotograficzny od mojej starszej siostry Krysi. Malowanie i teatr rozpocząłem w szkole i w Warsztacie „Promyk”. Bardzo cenię spędzanie czasu w tej placówce. Poznawanie przyrody zaczęło się tak samo w czasach dzieciństwa. Rodzice zabierali mnie do lasu na spacer z psem oraz na wyjazdy nad morze czy nad jezioro. Bardzo lubię podróżować po całej Polsce od wybrzeża aż po szczyty Tatr. Zwiedziłem takie

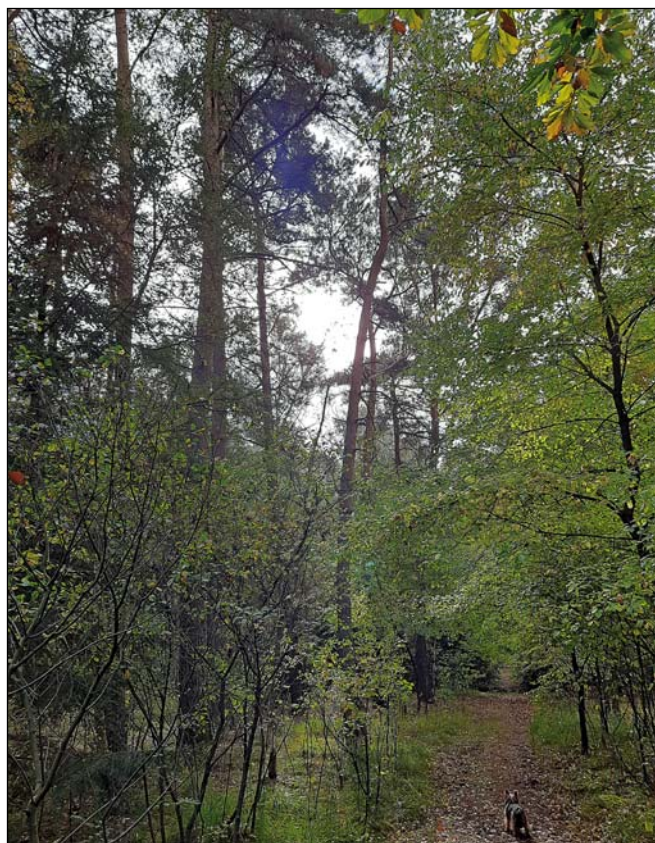
miejsowości jak Kołobrzeg, Ustronie Morskie, Mrągowo i inne miejsca.

Zacząłem też słuchać muzyki disco polo i kolekcjonowałem kasety magnetofonowe. Mam ich około 447 sztuk z muzyką polską i zagraniczną. Posiadam autografy na pocztówkach i kasetach. Muzyka od dzieciństwa daje mi wiele radości. Mam książkę i płytę z autografami Zenka Martyniuka, podpisaną podczas 30-lecia zespołu „Akcent”. Od 2 lat zbieram też płyty

winyłowe, mam ich też trochę w swojej kolekcji.

Jestem wiernym kibicem klubu Lecha Poznań. Często biorę udział w meczach tego klubu. Posiadam w swojej kolekcji koszulkę z autografami wszystkich piłkarzy Lecha. Biorę także udział w „Anielskim Śpiewogranium”, „Wieczorze z Aniołami”, „Złotym Słowiku” oraz w Powiatowym Turnieju Bocci.

MIKOŁAJ LAMBRYCZAK  
UCZESTNIK WTZ „PROMYK”  
W KONARZEWIE



# Blżej zimy

Była jesień. Liście zmieniły kolory. Stały się żółte, czerwone i brązowe. W lasach pojawiły się grzyby. Na drzewach dojrzały jabłka, gruszki i jarzębina. W tym roku pogoda nam dopisała. Świeciło słońce i było bardzo ciepło. Dlatego wraz z grupą z pracowni komputerowej postanowiliśmy to wykorzystać.

Poszliśmy na spacer po dary jesieni. Zbieraliśmy liście, szyszki, kwiaty lawendy oraz jarzębinę. Wszystko wykorzystaliśmy w pracowni, by stworzyć portret jesieni oraz piękne, jesienne witraże, które zawisły na ścianach naszej pracowni.

Prace te nieco ożywiły nasze wnętrza swoimi licznymi kolorami. Kocham tę porę roku, ponieważ liście drzew zmieniają swoje barwy i świat staje się malowniczy.

Wybraliśmy się też na spacer po lesie i zbieraliśmy grzyby. W domu przygotowaliśmy zaprawę, które bardzo przydadzą się podczas zimowych obiadów. Jest to też pora, w której dzień staje się krótszy, a na dworze szybciej robi się ciemno. A szkoda.

TOMASZ NOWAK  
UCZESTNIK W TZ „PROMYK”  
W KONARZEWIE



FOT. (2X) ARCHIWUM W TZ „PROMYK”

FOT. KAROLINA KASPRZAK

# Zatraceni w tańcu

25 października w naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej w Otuszu zorganizowaliśmy bal jesienny. Wszyscy przyszli pięknie ubrani w kolorach jesieni. Sala również była pięknie przystrojona. Na ścianach wisiały prace o tematyce jesiennej, które wykonaliśmy w Warsztacie. Był też napis „Bal jesienny” wykonany przez naszą koleżankę Paulinę.

Dekoracje zdobiły okna i stół, na którym czekały na nas słodycze, owoce i napoje. Każdy z nas przyniósł coś dobrego. Wszyscy się świetnie bawili przy rytmach disco z lat 80-tych i 90-tych. Na sali znajdowały się też miejsca konkursowe. Na przykład w jednym była „skrzynia zgadula”. Zadanie polegało na włożeniu dłoni do środka skrzyni i za pomocą dotyku zgadywaliśmy, jaki przedmiot się w niej znajduje. W innym miejscu był koszyk, w którym znajdowały się karteczki z pytaniami o tematyce jesiennej. Były też puste kartki i otrzymywało się kasztanka.



FOT. ARCHIWUM W TZ „PROMYK”

Zatraceni w tańcu nawet nie zauważyliśmy, że to już pora by zbierać się do domu i tak wszyscy w dobrych nastrojach wróciliśmy do swoich domów.

MARCIN KASPERSKI  
UCZESTNIK W TZ „PROMYK”  
W OTUSZU



FOT. KAROLINA KASPRZAK

# To był super dzień

**P**anie Martyna i Asia zorganizowały wycieczkę w formie gry miejskiej. Tematem wyjścia były zawody. Byliśmy podzieleni na trzy grupy i każda z grup miała do przejścia inną trasę. Mielśmy pięć zadań związanych z zawodami, a na zakończenie był obiad z deserem.

Gra miejska to dobry sposób na spędzenie czasu, na poznanie swojego miasta i terapię. To także dobry sposób na spacer, który jest korzystną formą rehabilitacji.

KRZYSZTOF RUTKOWSKI  
KAROL OSTAJEWSKI  
PATRYK KRAUSE  
UCZESTNICY W TZ W POBIEZISKACH



# Internet to nie bajka

**„Bolek i Lolek”, czyli „Przed laty najpopularniejsza bajka dla dzieci, gromadził przed ekranami telewizorów tysiące naszych pociech. Szczególnie podobał się ten bez głosu. Iłęż przygód mieli bohaterowie! Kolejne roczniki podziwiały „Smerfy”, „Muminki” oraz „Pszczółkę Maję”. Bajki te dużo mówiły o emocjach, uczyły je rozpoznawać, reagować na nie, wreszcie – pozwalały dzieciom w codziennych relacjach z ludźmi odróżnić dobro od zła.**

Wielu czytelników zapewne pamięta czasy, kiedy telewizor był jedyną rozrywką po powrocie z przedszkola albo ze szkoły do domu. To nic, że czekały lekcje oraz drobne obowiązki domowe jak wynoszenie śmieci lub wyprowadzanie psa. Bajki wciągały, a z biegiem lat wielu z nas – choć jeszcze niepełnoletnich – wyczekiwało filmów i seriali, które zaczynały się o dwudziestej pierwszej, a kończyły o północy. Przed telewizory przyciągali też państwo Hanna i Antoni Gucwińscy prowadzący program przyrodniczy „Z kamerą wśród zwierząt”. W domu mojej babci w każdą niedzielę po czternastej rozbrzmiewały dźwięki melodii z „Televizyjnego Koncertu Życzeń”. Był to program, w którym prowadzący składali solenizantom życzenia od rodzin, a do życzeń dołączana była piosenka. Niedziele „z koncertem życzeń” i towarzyszące im obiady przygotowywane przez babcię to jedno z najpiękniejszych wspomnień mojego dzieciństwa.

Co zapamiętają nasze dzieci ze swoich wczesnych lat? Bez wątpienia będzie to powszechnie dostępny Internet i wszelkie dobrodziejstwa z nim związane, a zwłaszcza filmiki popularnych youtuberów. Rozwój nowoczesnych technologii dostarczył wielu wrażeń dzieciom, także tym najmłodszym. Lalki, misie, samochodziki, a nawet popularne wciąż klocki Lego przegrywają w starciu z urządzeniami mobilnymi. Te ostatnie wywierają bowiem

silny wpływ na psychikę dzieci i młodzieży.

Trudno nam wyobrazić sobie codzienne życie bez smartfonów, tabletów czy laptopów. Dzięki nim możemy pracować zdalnie, komunikować się z innymi przy pomocy czatów i wideorozmów, poszerzać kompetencje zawodowe i językowe, zdobywać informacje dotyczące różnych wydarzeń w kraju i na świecie. Mając tak wiele do dyspozycji nie czujemy się społecznie wykluczeni. Ale czy zawsze kontrolujemy czas, który przy nich spędzamy? Czy potrafimy powiedzieć sobie: „na dzisiaj wystarczy, wyloguję się z portali i grup dyskusyjnych, odkładam telefon” i sięgnąć po wartościową lekturę, obejrzeć ciekawy film lub kreatywnie spędzić czas z najbliższymi? Wielu dorosłych ma z tym problem, dlatego nie powinniśmy zaskakiwać fakt, że dzieciom trudno „oderwać się” od smartfonów. Mózg dziecka jest o wiele bardziej podatny na tak zwane „przebudzowanie”. Natłok informacji, wciągające gry czy filmiki, w których youtuberzy prześcigają się w czynieniu różnych głupstw, nie sprzyjają koncentracji. Być może niektórzy rodzice zauważyli u swoich pociech swego rodzaju „wyłączenie się” podczas korzystania ze smartfona. Dziecko pochłonięte oglądaniem filmików czy graniem nie będzie słyszało, że do niego mówimy, a jeśli odpowie werbalnie na nasz komunikat, będzie to krótka, zdawkowa odpowiedź. Po odłożeniu smartfona nie będzie w ogóle pamiętało, o czym do niego mówiliśmy. Niestety, nie mała wcale liczba rodziców udostępnia swoim dzieciom nowoczesne technologie, aby mieć czas na pracę lub po prostu spokój, chwilę wytchnienia. Wystarczy dać dziecku do ręki smartfon lub tablet i...

W artykule pt. „Problemy polskiej psychiatrii”, opublikowanym w listopadowym wydaniu naszego miesięcznika, wspomniałam o niewystarczającej liczbie łóżek na oddziałach psychiatrycz-

nych. Dzieci trafiają tam nie tylko z powodu depresji czy prób samobójczych, ale również z powodu uzależnienia od Internetu. Pewna 9-latka przebywająca na oddziale psychiatrycznym, hospitalizowana z powodu uzależnienia i wynikających z niego niebezpiecznych zachowań (na wiadomość o konieczności zwrotu telefonu niszczyła wszystko wokół siebie, była bardzo agresywna, chciała wyskoczyć przez okno), w przeszłości lubiła bajki Disney’a. Ale kiedy w jej życiu pojawił się smartfon i Internet, powoli zaczęła wycofywać się z dotychczasowych aktywności. Świat wirtualny okazał się atrakcyjniejszy. Pochłonała ją bez reszty do tego stopnia, że nie chciała się uczyć ani spędzać czasu wolnego z rówieśnikami. Psychiatra, która prowadziła jej leczenie, bez ogródek powiedziała rodzicom, że dziewczynka musi trafić na odwyk. Uzależnienie od Internetu nie jest uzależnieniem mniejszej miary, lecz takim samym jak zależność od alkoholu czy narkotyków.

Zdania w kwestii udostępniania dzieciom urządzeń mobilnych są podzielone. Jedni uważają, że nie należy ich dawać dzieciom do 7 roku życia, a starszym już można, inni – że dzieci od najmłodszych lat powinny nabywać umiejętność korzystania z nowoczesnych technologii, aby nie czuły się wykluczone. „Takie teraz czasy, że każdy spędza wolne chwile przed ekranem” – myślała matka uzależnionej od smartfona dziewczynki. Dzięki urządzeniom mobilnym nasze dzieci mogą poznać ciekawe zabawy edukacyjne, nauczyć się rozwiązywania zadań i łamigłówek, a zwłaszcza oswoić z obsługą sprzętu elektronicznego oraz poznać zasady jego funkcjonowania. Wszystko to powinno odbywać się pod kontrolą rodzica. Dziecko samo sobie nie wyznaczy czasu na korzystanie z urządzenia mobilnego, dlatego my musimy mu go wyznaczyć. Najlepiej, jeśli będzie korzystało wyłącznie z naszego urządzenia. Dys-

cyplina, planowanie i organizacja codziennych zajęć, a przede wszystkim systematyczne dostarczanie pociechom atrakcyjnych form spędzania czasu wolnego, pozwolą uchronić je przed uzależnieniem oraz zagrożeniami w cyberprzestrzeni.

Świat wirtualny ma duży wpływ na nasze emocje. Przedziera się do realnej rzeczywistości to, co przeczytamy i zobaczymy w rzeczywistości wirtualnej, zwłaszcza na portalach społecznościowych. Szczególnie podatni jesteśmy na tzw. fake newsy (fałszywe informacje oraz treści), które wywołują niepotrzebną panikę i lęk w społeczeństwie. Ryzykowne są również gry online. Mechanizm ich funkcjonowania opiera się na tym, że aby osiągnąć satysfakcjonujące wyniki, należy poświęcić im odpowiednią ilość czasu. Gracze – w konfrontacji z innymi wirtualnymi graczami – odczuwają nieustającą presję bycia szybszym i lepszym. Grę trudno przerwać, bowiem nikt nie lubi przegrywać.

Uwagę rodziców i wychowawców powinno zwrócić popularne w ostatnich latach tzw. blackout challenge, niebezpieczne wyzwanie udostępniane użytkownikom z różnych krajów za pośrednictwem portalu TikTok, które polega na duszeniu się do utraty przytomności. Biorące udział w wyzwaniu kilkuletnie, a nawet kilkunastoletnie dzieci często nie zdają sobie sprawy, że działanie takie może prowadzić nie tylko do trwałego uszkodzenia mózgu, ale również do śmierci. W czerwcu 2021 roku ofiarą tego wyzwania stało się 14-letnie dziecko z Australii, a w grudniu 2021 – 10-letnie dziecko z Pensylwanii w USA. W innym, modnym wśród brytyjskich nastolatków, wyzwaniu o nazwie sól – lód uczestnicy polewają skórę solą, a następnie pokrywają ją lodem, co prowadzi do oparzeń drugiego stopnia i odmrożeń. Skutkować to może amputacją kończyn.

KAROLINA KASPRZAK

# Niezależność i praca

Niepełnosprawność nie powinna być przeszkodą w podjęciu aktywności zawodowej. Niestety, często staje na drodze do uzyskania wymarzonej pracy. Różnego rodzaju choroby oraz wynikające z nich ograniczenia w codziennym funkcjonowaniu mogą sprawić, że znalezienie zatrudnienia będzie graniczyło z cudem. Nie mam na myśli niechęci pracodawców do zatrudniania osób z niepełnosprawnościami, ale bariery, chociażby te architektoniczne.

Przystosowanie stanowiska pracy do potrzeb konkretnego pracownika nie jest możliwe do realizacji w jeden dzień czy nawet w kilka tygodni. Wymaga przede wszystkim dogłębnego rozeznania potrzeb, stworzenia planu, jakie udogodnienia wdrożyć, wreszcie – znalezienia środków i wykwalifikowanych fachowców, którzy przystosują miejsce pracy w taki sposób, aby pracownik z niepełnosprawnością czuł się komfortowo, a zwłaszcza mógł być niezależny i samodzielny.

Institucją, która pomaga (nie tylko finansowo) w realizacji tego typu kwestii, jest Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Od 1 marca 2023 roku osoby z niepełno-

sprawnościami będą mogły – w ramach programu „Samodzielność – Aktywność – Mobilność” otrzymać wsparcie na zakup pojazdu przystosowanego do potrzeb czy dofinansowanie na zmianę miejsca zamieszkania na wolne od barier architektonicznych. Jest to duża pomoc dla osób z niepełnosprawnościami, ponieważ większość z nich nie byłaby w stanie opłacić tego rodzaju zobowiązań wyłącznie z własnych środków.

Praca osoby z niepełnosprawnością, jej niezależne i aktywne życie, niosą ze sobą wiele wyzwań. Kluczowe jest nie tylko przystosowanie samego stanowiska pracy do jej potrzeb (czyli na przykład pomieszczenia biurowego), lecz także całego otoczenia przyzakładowego. Na parkingu powinny znajdować się miejsca parkingowe dla osób z niepełnosprawnościami. W okresie zimowym trzeba zadbać o ich zabezpieczenie, aby pracownik z dysfunkcją nie uległ wypadkowi, np. poprzez poślizgnięcie się na oblodzonej powierzchni. Jeśli w budynku są schody, a pracownik porusza się na wózku, powinna być również winda albo przynajmniej schodółaz.

KRYSTIAN CHOLEWA

## Kijki to zdrowie

14 listopada grupa seniorów z gminy Kleszczewo była od 15.00 do 16.30 na ćwiczeniach nordic walking w kleszczewskim parku. Panie Kasia i Iwona prowadziły trening, aby seniorzy mogli dobrze i samodzielnie spacerować z kijkami oraz mieć właściwą postawę.

Nordic walking to zdrowie, aktywność ruchowa, oddycha-

nie na świeżym powietrzu – w każdym wieku, a tym bardziej w wieku senioralnym. Przy okazji można porozmawiać, pośmiać, pochwalić się swoim życiem. Nasi uczestnicy brali udział w projekcie „Rekreacyjne i sportowo wśród seniorów”, dotowanym przez Gminę Kleszczewo.

MIROŚŁAWA RADZIMSKA

W dwóch wydaniach „Filantropa”, październikowym (str. 14 i 15) i listopadowym (str. 28 i 38), opublikowaliśmy interesujące wiersze kilku utalentowanych autorów, uczestników Dziennego Ośrodka Adaptacyjnego nr 1 w Poznaniu. Tym razem drukujemy w naszym miesięczniku po raz pierwszy dwie podopieczne tegoż Ośrodka, laureatki konkursu Anny Dymnej „Słowa, dobrze, że jesteście” – Julia Lubczyńska (II miejsce) i Magdalena Wyganowska (III miejsce). Zdobyć wysokie miejsca w tym ogólnopolskim konkursie – to niewątpliwy zaszczyt. MB

### WIERSZE JULII LUBCZYŃSKIEJ

\*\*\*

*Codzienne powitanie. Wstaję.*

*Robię śniadanie. 7 kroków do kuchni.*

*Wstawiam wodę, 5 kroków do łazienki.*

*Myję się, wkładam bluzkę, spodnie.*

*Czeszę włosy. 5 razy z każdej strony.*

*Idę. 9 kroków do pokoju. Telewizor.*

*Reklama. Film. Wiadomości. Reklama.*

*Kuchnia. Korytarz. Pokój.*

*Obiad. Parzę herbatę. 5 minut.*

*Ciastko. Komputer. Spacer. Kolacja.*

*Łóżko. 3 razy na jednym boku.*

*2 razy na drugim boku.*

*I znów...*

\*\*\*

*Codzienne powitanie...*

*Chmury, słońce, deszcz.*

*Śpiewające ptaki też.*

*Trawa soczysta, zielona.*

*Biorę dziś drzewo w ramiona.*

*Łąka kwitnie stokrotkami.*

*Pies się bawi między nami.*

*Skaczę z dziećmi po kałużach,*

*choć jestem całkiem duża.*

*Zrywam tony jabłek z drzewa*

*i wesoło sobie śpiewam.*

*Piszę kredą na chodniku,*

*choć 40 na liczniku.*

*Posłuchaj mnie człowieku,*

*bawić się możesz w każdym wieku!*

### BAJKA O KWIATACH

*Jestem tulipanem*

*dużym, pachnącym, czerwonym.*

*Mieszkam w ogrodzie*



# Świat jest wielką tajemnicą

koło innych kwiatów  
róż, konwalii, bławatków.  
Rosnę w słońcu,  
w deszczu rozkwitam  
Cieszę mnie kwiaty.  
Czasem jestem smutna.  
Widzę tego, kto mieszka  
w domu obok.  
To bardzo chory człowiek.  
Rozmawiam z kwiatami o miłości,  
o tym panu nieszczęśliwym.  
Gdy zakwitamy, on nas podziwia.  
Wychodzi na świeże powietrze,  
czuje się lepiej.  
I wtedy wszystkie kwiaty śpiewają.

**WIERSZE  
MAGDALENY WYGANOWSKIEJ**

## OKNO

Otwieram okno wyobraźni.  
Wszystko jest takie piękne.  
W cudownych barwach  
widzę świat  
i siebie.  
Kwiaty radują się  
zawsze i wszędzie.  
Za oknem cierpień  
zła nie będzie.  
Codziennie słońce  
wesóło świeci.  
Będą się cieszyć  
dorośli i dzieci.  
Słońce ogrzeje  
ludzi i ziemię.  
A wszyscy staną się  
dobrzy dla siebie.

Szumiące drzewa,  
ptaków śpiew  
pośród zielono  
pachnących drzew.

\*\*\*

Nie wiem już kim jestem.  
Motylem dziś jestem,  
a może słońcem?  
Kwiatem,  
powietrzem.  
Sama już nie wiem.  
Może jednak...  
Jestem wielkim drzewem  
szepczącym na wietrze  
opowieści  
z głębin  
zielonych liści.

\*\*\*

Ogród w tym roku  
śliczny, wyjątkowy,  
roślin w pięknych barwach pełen  
różnych dziwnych kształtów.  
Ogromne kwiaty  
kwitnące z rana pachną słodko.

Balony zdobią ogród,  
przynoszą radość, spokój.  
To magiczne miejsce.

Czerwone karasie pływają w oczku.  
Wieczory pełne jasnych gwiazd  
szepczą cicho o nocnej porze.  
Rośliny swoim śpiewem  
kołyszają do snu.

Świat staje się wielką  
tajemnicą.

# Dostępność szansą

O dostępności oraz wdrażaniu rozwiązań służących niwelowaniu barier architektonicznych, transportowych czy technologicznych rozmawiać będą specjaliści i eksperci podczas konferencji pn. „Dostępność szansą na inkluzję społeczną i zawodową osób niepełnosprawnych”. Organizatorem wydarzenia jest Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych i Katolicki Uniwersytet Lubelski.

Odbydzie się ono 2 grudnia – stacjonarnie w Centrum Transferu Wiedzy/Collegium Aegidium Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II, Aleje Racławickie 14 oraz online za pośrednictwem streamingu na YouTube. Patronat honorowy nad wydarzeniem objęła Minister Rodziny i Polityki Społecznej.

# Dzień bez przekleństw

Kiedy jesteśmy zdenerwowani albo gdy czujemy się bezsilni, często wypowiadamy słowa nieodpowiednie, czyli przekleństwa. Coraz więcej ludzi używa takich słów nawet wówczas, gdy niczym się nie denerwuje, a na przykład opowiada coś znajomym. Kulturę języka oraz zachowywania się w różnych sytuacjach wyносimy z domu. Duży wpływ na to ma również środowisko, którym się otaczamy.

Światowy Dzień Bez Przekleństw obchodzimy 17 grudnia. Mój śp. Tato bardzo nie lubił wulgaryzmów. Nigdy ich nie używał, stojąc jednocześnie na straży, byśmy w domu również ich nie stosowali. Ponadto moi rodzice porównywali przekleństwa do włożenia sobie do ust brzydkich rzeczy. W szkołach, do których uczęszczałem, także krytykowane były wulgaryzmy. Używanie ich oznaczało obniżoną ocenę z

nej Marlena Małą. Spotkanie rozpocznie się briefingiem prasowym z udziałem Prezesa PFRON i Rektora KUL. Wykład inauguracyjny wygłosi Paweł Wdówik, Pełnomocnik Rządu do spraw Osób Niepełnosprawnych, sekretarz Stanu w Ministerstwie Rodziny i Polityki Społecznej.

Uczestnicy spotkania będą mogli dowiedzieć się, czym jest projektowanie włączające, w jaki sposób projektować aplikacje mobilne, aby były w pełni dostępne dla użytkowników ze specjalnymi potrzebami czy jak postrzegana jest przyszłość dostępności cyfrowej. Szczegółowy program konferencji można znaleźć na stronie PFRON: <https://konferencja.pfron.org.pl/konferencja-2022/program/> *Oprac. KK.*

zachowania. Przełomowym momentem w moim życiu było rozpoczęcie prywatnej (pełnopłatnej) terapii mowy i jękania. Wówczas praktycznie od nowa musiałem nauczyć się poprawnie wymawiać litery, sylabizować (przez parę dni w ogóle nie mówiłem). Wtedy również zrozumiałem jak ważna jest dbałość o słownictwo.

Warto zastanowić się nad konsekwencjami przeklinania. Wypowiadanie wulgaryzmów w miejscach publicznych sprawi, że przez nieznaną osobę będziemy postrzegani jako agresywni i pozbawieni kultury osobistej. Niektórym z dużym trudem przychodzi powstrzymanie się od stosowania tego typu „przerzywników”. Dobrym sposobem na to może okazać się wprowadzenie noworocznego postanowienia o unikaniu wypowiadania niestosownych słów.

KRYSTIAN CHOLEWA

# Magiczny Teatr Muzyczny

4 października uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Ostrzeszowie działającym przy Fundacji Inwalidów i Osób Niepełnosprawnych „Miłosierdzie” w Kaliszu, wraz z opiekunami udali się do Magicznego Teatru Muzycznego we Wrocławiu na przedstawienie pod tytułem „Bucwiny”.

Miejsce okazało się rzeczywiście magiczne i kolorowe. Atmosfera była bajkowa, tajemnicza i porwująca. To nie była zwyczajna sztuka, lecz pełen humoru spektakl o lekkim zabarwieniu detektywistycznym, w którym aktywnie uczestniczyli nasi podopieczni: tańcząc, śpiewając i przejmując role śledczego. Na koniec aktorzy przygotowali dla nas warsztaty teatralne. Pokazali nam, na czym polega praca aktora z kukielką. Podopieczni sami mogli stworzyć własne przedstawienie.

Byliśmy też w Sky-Tower, gdzie podziwialiśmy panoramę Wrocławia. I tak minął dzień pełen wrażeń, z którymi wróciliśmy do domów.

JOANNA SROCYŃSKA



FOT. ARCHIWUM WTWZ W OSTRZESZOWIE



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Trzy dekady pracy społecznej na rzecz środowiska osób z niepełnosprawnościami z terenu południowej Wielkopolski minęły Fundacji Inwalidów i Osób Niepełnosprawnych „Miłosierdzie” w Kaliszu. To organizacja pożytku publicznego, której głównym celem jest podejmowanie oraz rozwój wielokierunkowych działań na rzecz inwalidów i osób z niepełnosprawnościami, a także udzielanie pomocy w postaci specjalistycznej opieki zdrowotnej i poradnictwa.

Uroczyste obchody 30-lecia działalności zostały zorganizowane w czwartek 27 października w restauracji „Margo” przy ul. Łódzkiej w Kaliszu. Patronat honorowy nad wydarzeniem objęli: Marlena Małą, minister rodziny i polityki społecznej, Michał Zieliński, wojewoda wielkopolski, Krystian Kinastowski, prezydent miasta Kalisza i Krzysztof Michałkiewicz, prezes Zarządu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Patronat medialny – Radio Centrum, Fakty Kaliskie i TV Kalisz.

Uroczystość rozpoczęła msza święta w intencji Fundacji „Miłosierdzie” odprawiona w Bazylice Świętego Józefa przy Placu Świętego Józefa w Kaliszu. W spotkaniu udział wzięli przedstawiciele instytucji publicznych, jednostek samorządu terytorialnego, organizacji pozarządowych, a także terapeuci, opiekunowie i rodzice wraz z osobami z niepełnosprawnościami, które w placówkach prowadzonych przez Fundację systematycznie rehabilitują się, uczą samodzielności i niezależności, a przede wszystkim mogą nawiązywać i podtrzymywać relacje społeczne.

Fundacja „Miłosierdzie” prowadzi siedem warsztatów terapii zajęciowej, w których swoje uzdolnienia twórcze w różnych dziedzinach rozwija 260 osób z niepełną sprawnością. Działa na terenie całego kraju. Na szczególną uwagę zasługują zmodernizowane i przebudowane placówki – przedsięwzięcie to poczyniono, aby osoby z niepełnosprawnościami miały zapewnione komfortowe warunki do terapii i rehabilitacji, w pomieszczeniach spełniających wszystkie wymagane prawem standardy dostępności. Fundacja „Miłosierdzie” organizuje turnusy rehabilitacyjne i cykliczne wydarzenia o charakterze rekreacyjno-sportowym oraz kulturalno-artystycznym.

Jak zaznaczył prezes Fun-



30 LAT DZIAŁALNOŚCI FUNDACJI „MIŁOSIERDZIE” W KALISZU

# W służbie bliźnim



*Pamiątkowy obraz wręcza prezydent miasta Kalisza Krystian Kinastowski.*

dacji Stanisław Bronz, żadne z działań rehabilitacyjnych nie doszłyby do skutku, gdyby nie ogromne zaangażowanie wolontariuszy i pracowników w społeczną służbę drugiemu człowiekowi. Przypomniawszy, że praca na rzecz osób z niepełnosprawnościami nie ma harmonogramu godzin pracy, nie kończy się punktualnie o 16.00 każdego dnia, a wiąże z koniecznością stałego towarzyszenia słabszym i pokrzywdzonym przez los w ich walce o godne życie. Z kolei dr Anna Skupień, dyrektor Oddziału Wielkopolskiego PFRON składając gratulacje S. Bronzowi podkreśliła, że słowo „miłosierdzie” winno być odmienne przez wszystkie przypadki, gdyż to właśnie ono pozwala wyznaczać nowe kierunki działań w obszarze wsparcia osób z niepełnosprawnościami.

Odczytano list gratulacyjny od minister Marleny Małąg, która napisała w nim, że „działania na rzecz osób z niepełnosprawnościami podejmowane przez Fundację z jednej strony pozwalają pełniej zaistnieć osobom z niepełnosprawnościami w społeczeństwie, wzmacniając poczucie własnej wartości i otwierając nowe możliwości, a z drugiej – dają szansę bliższego zapoznania się z ich życiem i twórczością, a także z problemami tego środowiska”.

Piotr Michał Trybek, szef gabinetu politycznego Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej – w imieniu minister Marleny Małąg – wręczył pięciu osobom najbardziej związanym z Fundacją i pracującym

na jej rzecz Odznaką Honorową „Primus In Agendo” (tłum. „Pierwszy w działaniu”). Odznaki otrzymali: Stanisław Bronz, Marek Konwiński, Magdalena Wojciechowska, Michał Pawlak i Grzegorz Chwiałkowski.

Osobom zaangażowanym w popularyzację działań Fundacji w lokalnej społeczności oraz we wspieranie ich Zarząd i Rada Nadzorcza Fundacji „Miłosierdzie” przyznała medale „Za serce sercem”. Medale otrzymali: Iwona Niedźwiedz, dyrektor



*Odznakę Honorową „Primus In Agendo” otrzymuje Stanisław Bronz.*

Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Kaliszu, Marcin Suszyński, wolontariusz Fundacji „Miłosierdzie” i Urszula Kowalińska, wójt gminy Doruchów.

Przed Fundacją „Miłosierdzie” kolejne dekady niestrudzonej

działalności w służbie bliźnim. Niech opiewają w same radosne oraz szczęśliwe chwile, niech twórcze talenty osób z niepełnosprawnościami dodają sił do realizacji kolejnych inicjatyw.

KAROLINA KASPRZAK



*Kwiaty i gratulacje.*

# Być spawaczem lub ślusarzem

**13** grudnia obchodzimy Ogólnopolski Dzień Spawacza. To zawód wymagający niezwykłej precyzji, dokładności, a także fachowej wiedzy – na barkach spawaczy spoczywa bowiem ogromna odpowiedzialność za wytrzymałość różnorodnych narzędzi oraz konstrukcji użytkowanych przez inne osoby. Podobnym zawodem jest ślusarz, który zajmuje się ręczną – lub z wykorzystaniem elektronarzędzi – obróbką metali na zimno. Ślusarz wykonuje pomiary, przycina blachę, a najbardziej kojarzymy go z naprawą zamków w drzwiach.

Spawacz natomiast zajmuje się łączeniem metalu. Pracuje głównie na warsztacie czy budowach, gdzie spawa się wszelkiego rodzaju konstrukcje. Jego głównym atrybutem jest spawarka, czyli urządzenie, za pomocą którego odbywa się proces łączenia metalu. Elektroda jest łącznikiem pomiędzy spawarką i blachą. Bez niej nie może się odbyć proces spawalniczy. Maski chronią oczy i twarz przed światłem, a

rękawice są zabezpieczeniem dla motoryki małej.

Praca spawacza nie jest ciężka. Można ją wykonywać również w pozycji siedzącej. Ciekawostką jest, że może być wykonywana także przez osoby z niepełnosprawnością, z wyłączeniem trzech dysfunkcji: narządu słuchu, wzroku oraz chorób układu oddechowego. Stanowisko pracy musi być dostosowane do potrzeb osoby z niepełnosprawnością. Dodatkowym atutem jest atrakcyjne wynagrodzenie oferowane w tym zawodzie.

Moje zamiłowanie do tego typu prac wzięło się z tego, że mój świętej pamięci tata 40 lat przepracował w zakładach mechanicznych. Najpierw jako ślusarz, a następnie jako technolog. Dla mnie tego rodzaju zajęcie to przede wszystkim hobby oraz nauka nowych rzeczy, które są potrzebne w codziennym funkcjonowaniu. Muszę w taki sposób wykonywać czynności ślusarskie, bym nie uległ żadnemu wypadkowi.

KRYSTIAN CHOLEWA



*Autor podczas pracy.*



# Od marzeń do czynów

**W**arsztacie Terapii Zajęciowej w Doruchowie prowadzonym przez Fundację Inwalidów i Osób Niepełnosprawnych „Miłosierdzie” w Kaliszu w codziennej terapii zajęciowej uczestniczy 35 osób dorosłych z niepełnosprawnością intelektualną i ruchową w wieku od 18 do 60 lat. Są osoby, które radzą sobie dobrze, inne przechodzą rehabilitację społeczną, a udział w Warsztacie jest już dla nich dużym dokonaniem. W ciągu ostatnich lat, po praktykach zawodowych, udało się skierować ponad 20 osób na otwarty rynek pracy, aby mogły otrzymać zatrudnienie.

Zależy nam, aby nasi podopieczni chętnie przyjeżdżali na zajęcia, więc ich praca musi być dla nich atrakcyjna i ciekawa. Dlatego staramy się tak organizować czas i poszukiwać nowych rozwiązań do prowadzonej terapii, angażując się w różne projekty społeczne, konkursy oraz aby samodzielnie starać się o pozyskanie dodatkowych środków. W tym roku prowadziliśmy wiele działań, a najciekawszym była premiera naszego filmu „Legenda o doruchowskich czarownicach oczami uczestników Warsztatu Terapii Zajęciowej”. Aktorami byli nasi uczestnicy. Samo kręcenie scen było już

wspaniałą zabawą i przede wszystkim nauką. W dzień premiery był czerwony dywan, zaproszeni goście i mnóstwo gratulacji – wszystko wzbudzało zachwyty i uznanie.

Nasz Warsztat jest otwarty na innych. W tym roku zorganizowaliśmy dwa pikniki integracyjne w naszym pięknym ogrodzie. W Dniu Matki nasi podopieczni podziękowali kochanym mamom, prezentując swój warsztat teatralno-muzyczny oraz piknik integracyjny dla całej społeczności lokalnej, współ-

finansowany ze środków Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej w ramach programu Klub „Super Senior”. Staramy się takimi działaniami przybliżyć obraz osoby niepełnosprawnej i pokazać, że mają takie same potrzeby jak każdy człowiek. Dlatego wspólnie z seniorami, dziećmi i młodzieżą z małej miejscowości, jaką jest Doruchów, organizujemy wspólne spotkania, wyjazdy na basen, a nawet wspólne taniec.

Nie boimy się marzyć i walczyć o ich realizację. Dlatego wnoszujemy o dodatkowe

środki z Ministerstwa, Samorządu Wielkopolskiego, od Wojewody Wielkopolskiego, a nawet Fundacji „Orlen”. Nie zawsze się udaje, ale nasz upór pozwala osiągać cel. W tym roku pozyskaliśmy środki na projekt „Morze – terapia na szczęście” współfinansowany ze środków Wojewody Wielkopolskiego. Dzięki temu prawie wszyscy uczestnicy z rodzinami mogli podreperować swoje zdrowie tygodniowym pobytom nad morzem.

MAGDALENA  
WOJCIECHOWSKA  
KIEROWNIK WTZ W DORUCHOWIE



# Innowacje społeczne

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Poznaniu zorganizował w dniach 7 i 8 listopada bezpłatne seminarium upowszechniające innowacje społeczne dedykowane osobom z niepełnosprawnościami. Spotkanie odbyło się w Concordia Design w Poznaniu i stanowiło podsumowanie projektów – „Włącznik Innowacji Społecznych” oraz „Inkubator Innowacji Społecznych Generator Dostępności”.

Uczestnicy wydarzenia zapoznali się z innowacjami zrealizowanymi w ramach wyżej wymienionych projektów. Wiele uwagi poświęcono tematowi niepełnosprawności, życia z niepełnosprawnością czy relacji osoby z niepełnosprawnością z najbliższymi i otoczeniem. Poruszono również kwestię ubezwłasnowolnienia

oraz dostępności przestrzeni publicznej. Wypowiadali się przedstawiciele organizacji pozarządowych – autorzy i realizatorzy innowacji społecznych.

Drugi dzień spotkania poświęcono tematowi innowacji dla dzieci z niepełnosprawnościami i w zakresie edukacji włączającej. Wystąpienia prelegentów koncentrowały się więc wokół organizacji procesu kształcenia dzieci z niepełną sprawnością, edukacji zdalnej, doboru pomocy dydaktycznych czy zabawek terapeutycznych dla dzieci. Niezwykle cenne okazały się wnioski oraz doświadczenia pozyskane w toku realizacji innowacji społecznych. Każdego dnia po zakończonych prelekcjach była możliwość dyskusji z innowatorami. *Oprac. KK.*

# Moje życie z MPD

Czy rzeczywiście tak jest, że dzięki własnej niepełnosprawności możemy stać się silni? Że uczy nas ona cierpliwości, wytrwałości, a także odpowiedzialności za podejmowane decyzje? Przy padający 3 grudnia Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych jest okazją do zastanowienia się nad tą kwestią. Czego uczy mnie moja niepełnosprawność? Przede wszystkim tego, że trzeba być gotowym na zmiany, umieć odnaleźć się w różnych sytuacjach i mieć odwagę do pokonywania własnych słabości.

Urodziłem się 12 grudnia 1986 roku z mózgowym porażeniem dziecięcym. Moja niepełnosprawność jest więc wrodzona, a nie nabyta. Moi rodzice od chwili, gdy się urodziłem, organizowali mi wizyty u specjalistów, leczenie, rehabilitację. Ale mózgowo-

porażenie dziecięce to nie choroba i nie da się go wyleczyć farmakologicznie. Konieczna jest systematyczna i ciągła rehabilitacja. Dzięki determinacji i wsparciu moich rodziców miałem ją zapewnioną. Nikt nie czuje się komfortowo, kiedy musi prosić o pomoc. Ja byłem zmuszony się tego nauczyć. Bo co innego począć w sytuacji, gdy schody są strome albo krawężnik zbyt wysoki?

Kiedy chodziłem do szkoły podstawowej, mama pomagała mi docierać do klasy, ponieważ w szkole były bariery architektoniczne. Także towarzyszyła mi na pierwszym roku studiów ze względu na moją terapię jåkania. Życie nauczyło mnie, że nie ma sytuacji bez wyjścia. Muszę działać i próbować różnych zadań. Nie mogę rozczulać się nad sobą, ponieważ to i tak w niczym mi nie pomoże.

KRYSTIAN CHOLEWA

# Z kijkami jesienią

28 października w Wielkopolskim Parku Narodowym odbył się kolejny IX Wielkopolski Rajd Integracyjny Osób Niepełnosprawnych z Kijkami po Wielkopolskim Parku Narodowym. Organizatorem przedsięwzięcia był prowadzony przez Powiat Poznański Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy im. Janusza Korczaka w Mosinie. Wsparcia organizatorom udzielił Wielkopolski Park Narodowy oraz wspomniany Powiat Poznański. Sponsorem rajdu była Grupa Bemo Motors.

W wydarzeniu udział wzięli zawodnicy z warsztatów terapii zajęciowej w Kościanie, Kórniku, Grodzisku Wielkopolskim, Domu Pomocy Maltańskiej w Puszczykowie, Zespole Szkół w Krosinku, Zespole Szkół w Głogowie i Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. J. Korczaka w Mosinie.

Start i meta rajdu znajdowały się na Stacji Turystycznej Osowa Góra. W tym roku startowały dwie kijek-

we na dystansach 9,5 km i 13 km. Obie trasy przebiegały obok urokliwej Wyspy Zamkowej oraz po malowniczych szlakach Wielkopolskiego Parku Narodowego, które dzięki pięknej pogodzie i jesiennym barwom były jeszcze piękniejsze.

Po przekroczeniu mety każdy zawodnik otrzymał unikatowy medal. Pamiątkowe dyplomy i drobne upominki wręczała dyrektor SOSW Bożena Mazur oraz przedstawiciele Państwowej Straży Pożarnej Przemysław Bąkowski i Bartosz Mroczek.

Na zmęczonych sportowców czekało ognisko i pyszna grochówka.

Wydarzenie odbyło się pod patronatem starosty poznańskiego Jana Grabkowskiego.

Dzięki uczestnikom, wolontariuszom i organizatorom rajd przebiegł w miłej atmosferze, a wszyscy mieli możliwość wspólnie spędzić czas oddając się aktywności na świeżym powietrzu.

ANNA SKORCZYK



# Lekkoatletyka w Kaliszu

17 listopada po dwuletniej przerwie spowodowanej pandemią koronawirusa, odbyły się kolejne, XVI Międzynarodowe Halowe Mistrzostwa Kalisza Osób Niepełnosprawnych w Lekkoatletyce. Organizatorem Mistrzostw była Fundacja Inwalidów i Osób Niepełnosprawnych „Miłosierdzie” i Warsztat Terapii Zajęciowej, przy współorganizacji Ośrodka Sportu, Rehabilitacji i Rekreacji w Kaliszu. Na jego obiekcie odbyły się zawody.

W tegorocznych zawodach udział wzięło 18 zespołów z

Polski, oraz jeden z Charkowa na Ukrainie. Łącznie w 8 konkurencjach, w kategoriach kobiet i mężczyzn, startowało 150 zawodników i zawodniczek. W klasyfikacji zespołowej pierwsze miejsce zajął Warsztat Terapii Zajęciowej z Gniezna, drugie ekipa sportowców z Charkowa na Ukrainie, a trzecie Środowiskowy Dom Samopomocy w Nowych Skalmierzycach.

Dalsze siedem miejsc w pierwszej dziesiątce ekip zajęły: Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1 z Kalisza, Warsztat Terapii Zajęciowej z

Krotoszyna, Warsztat Terapii Zajęciowej z Przygodzic, Środowiskowy Dom Samopomocy „Wiara – Nadzieja – Miłość” z Odolanowa, Warsztat Terapii Zajęciowej przy Centrum ks. Orione w Kaliszu, Dom Pomocy Społecznej w Ślesinie i Warsztat Terapii Zajęciowej z Kuźnicy Grabowskiej. Obecni byli przedstawiciele władz miejskich, Rady Miasta Kalisza, władz Fundacji i zaprzyjaźnionych instytucji. Oprócz nagród zakupionych w ramach dotacji, nagrody ufundowali również: prezydent Miasta Kalisza oraz prezes Fundacji

„Miłosierdzie” Stanisław Bronz.

W organizacji zawodów pomogli sponsorzy: Piekarnia Paraczyński, Dorota i Romuald Bartosiak z kawiarni „Muzealnej” i PPHU „Just” Pana Edwarda Prusa.

Zorganizowanie imprezy na odpowiednim poziomie, zakup nagród i trofeów dla poszczególnych zawodników i ekip, możliwe było dzięki współfinansowaniu Mistrzostw ze środków PFRON będących w dyspozycji Miasta Kalisza, oraz środków własnych.

MARIUSZ PATYSIAK



# Obraz powie

**W** „Filantropie” wrześniowym w artykule „Pokój wszystkim ludziom i narodom” (2022 rok, str. 20 i 21) omówiliśmy twórczość literacką i dziennikarską osób z niepełnosprawnościami. Przedstawiliśmy wybór kilkunastu artykułów, wierszy, wspomnień, zwierzeń – słowem, autentyczne, wzruszające bogactwo problemów społecznych i elementarnych wartości ludzkich: pokój na świecie, miłość i przyjaźń, zagrożenie życia na Ziemi.

Tym razem podejmiemy próbę określenia tej równie wielkiej wartości, jaką obok pisarstwa, sztuki słowa – jest między innymi malarstwo, rysunek, grafika, rzeźba, fotografia. Wszystkie wymienione rodzaje sztuk plastycznych są szeroko uprawiane przez osoby z niepełnosprawnościami, także osoby z niepełnosprawnością intelektualną. To właśnie one w „Filantropie” wielokrotnie publikowały swoje niezwykle wzruszające rysunki, obrazy, rzeźby – nie posługując się piórem. Często zdarza się, że ich prace plastyczne powiedzą więcej niż słowa – co sobie bardzo cenimy. Od 1994 roku gromadzimy wszystkie wydania „Filantropa”, zwanego w nadtytule „Pismem Ruchu Twórczego Osób Niepełnosprawnych”, a w każdym wydaniu publikujemy już od wielu lat średnio 35 twórców, w tym autorów dzieł sztuk plastycznych. W tej wielości wybraliśmy kilku interesujących twórców.

Na wstępie przedstawimy osoby, które zarazem malują i rzeźbią – i równocześnie piszą o sobie, o swojej pracy twórczej, o znaczeniu i sensie swoich dzieł. Rozpoczniemy od znakomitej malarki Wirginii Kaźmierskiej. Mieszka w Buku, jest uczestniczką Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Otuszu. Publikuje swoje niezwykle, czarodziejskie obrazy razem z komentarzem na temat własnego dzieła i dzieli się pomysłami:

*Jestem samoukiem, nigdy nie uczęszczałam do żadnej szkoły plastycznej. Gdy zaczynam malować, to jestem tylko ja, mój obraz i moje myśli. Po prostu odcinam się od całego świata. Lubię malować pejzaże. Zaczynam od szkicu, a później już tylko sama przyjemność: malowanie, kolory, którymi uwielbiam się bawić, mieszam je, powstają niezwykle odcienie. (...) A największa dla mnie nagroda – gdy komuś mój obraz się spodoba i zawisnie na ścianie w jego domu (grudzień 2021, str. 4 i 5).*

Wirginia nie naśladuje natury. Tworzy poniekąd „własną naturę”. Własny świat. Zarazem jednak w tekście „Hipnotyzujące piękno” (wrzesień 2022, str. 12) zdradza swoją niezwykłą wrażliwość na niepowtarzalne piękno realnego świata:

*Jest takie zjawisko na Ziemi, które nigdy mi się nie znudzi (...). Mam na myśli zachód słońca. Wpatrując się w to zjawisko dostrzegam w nim coś magicznego (...). Bardzo lubię malować zachody słońca (...). Kilka takich namalowanych zachodów słońca wisi na ścianach w holu WTZ (...) poprawiając wszystkim nastrój.*

\*

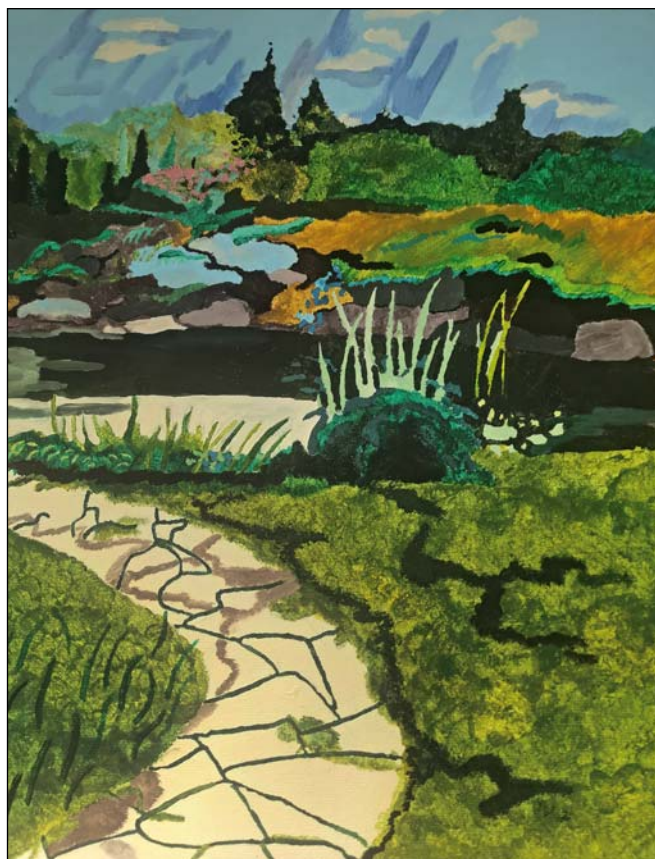
Agnieszka Andraszyk, autorka tekstu „Motyle – miłość Agnieszki” (listopad 2022, str. 10) uczestniczka WTZ „Promyk” w Otuszu, koleżanka Wirginii, ma swój specjalny sposób na utrwalanie piękna i malowanie motyli. Podstawą tej metody jest fotografowanie:

*Chcę was zabrać w mój bajkowy świat kolorowych i pięknych boskich stworzeń, zwłaszcza motyli. Fascynują ogromem barw i wzorów. Gdy jestem w Warsztacie, przenoszę je na kartki papieru rysunkiem, malowidłami, wyklejankami. Najpierw fotografuję motyle i otaczającą przyrodę. Nie jest to zajęcie dla niecierpliwych. Trudno je uchwycić, bo są płochliwe i niekiedy trzeba zrobić kilka podejść, by zrobić jedno zdjęcie. Jakaż radość jest we mnie, kiedy mi się w końcu uda! (...) Kocham motyle za ich lekkość i grację, za te piękne kolory. (...) Są moją inspiracją do zajęć w Warsztacie.*

\*

W artykule „Czarodziejskie dłonie” (lipiec 2022, str. 22), tak mówi o sobie Marcin Kasperski, uczestnik WTZ „Promyk” w Otuszu:

*Gdy już się przekonał, że glina, zaczęliśmy pracować z nią tak naprawdę i mam wrażenie, że w każdym z nas jest czarodziej. Robiliśmy prawdziwe dzieła sztuki. Poczqwszy od małych zawieszek, figurek, dużych kubki, talerze, świeczniki, ozdoby na ścianę czy dzwonki wietrzne. Te ostatnie robiłem ja z moim kolegą Filipem, wiszą na zewnątrz przed wejściem na Warsztat. Pięknie tam wyglądają i dzwonią.*



Obraz Wirginii Kaźmierskiej.



Obraz Agnieszki Andraszyk.

# więcej niż słowo



Wyroby z gliny Marcina Kasperskiego.

\*

Teraz opowiemy o malarce Justynie Matysiak, która nie mówi o swoich dziełach, o ich znaczeniach i sensie. Jej same obrazy mogą powiedzieć więcej niż słowa. Justyna jest osobą z zespołem Downa, który utrudnia mowę. Co nie znaczy, że artystka nie ma potrzeby dzielenia się swoją twórczością. Pisała o tym w „Filantropie” Adriana Domachowska-Mandziak w artykule „Spotkanie ze sztuką w Galerii TAK” (luty 2011, str. 38 i 39). Wysoko oceniła prezentowane wówczas między innymi prace Justyny w świecie „art brut”. Skądinąd tego typu twórczość określa się takimi nazwami jak „sztuka naiwna” lub „sztuka marginesu” – o zabarwieniu, niestety, pejoratywnym. Szkoda jednak rozmyślać o szufladkowych nazwach. Najważniejsze, że obrazy Justyny są absolutnie wyjątkowe, niepowtarzalne. Obraz, który załączamy, mówi o głębokich uczuciach i marzeniach autorki. Niezwykła jest jego ekspresja.

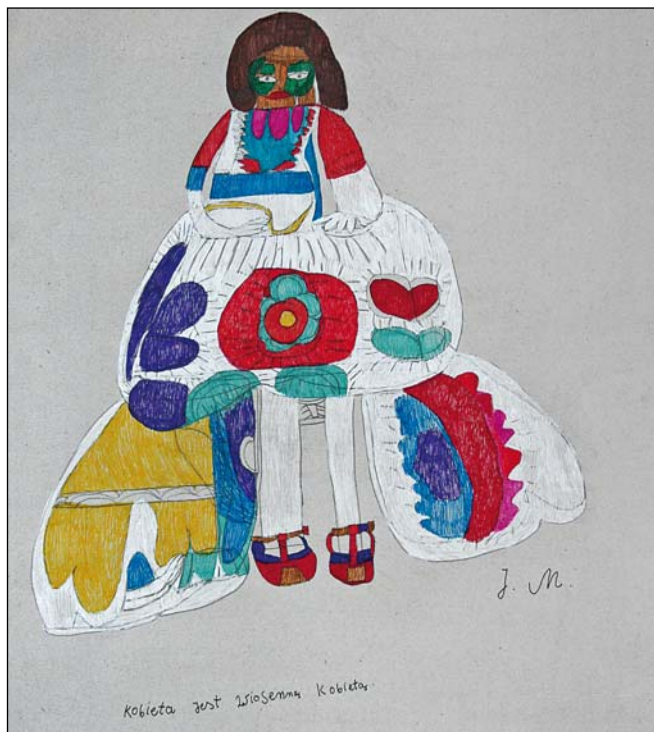
Justyna Matysiak była uczestniczką WZT „Krzemień” w Poznaniu, ul. Ognik 20c, który prowadziło Stowarzyszenie „Na Tak”.

\*

Cenne są publikowane w „Filantropie” artykuły Haliny Koselskiej-Kubiak, pedagoga specjalnego, prowadzącej w szkole specjalnej w Wiedniu katechetyczno-duszpasterskie zajęcia z udziałem osób z niepełnosprawnością intelektualną. Ostatnio w naszym miesięczniku (wrzesień 2022, str.22 do 25) wydrukowaliśmy teksty pani Haliny razem ze wzruszającymi rysunkami Thomasa Scheiflera (zmarł w roku ubiegłym na covid, miał 50 lat). Posłuchajmy pani Haliny:

*Tommi (tak się do Niego zwracała rodzina – przyp. red.) urodził się z głębszą niepełnosprawnością intelektualną i od początku swojego życia przebywał w domu dziecka. Następnie został przeniesiony do internatu (...) i uczęszczał do blisko usytuowanej szkoły specjalnej. Miał on duże szczęście, gdyż w tej szkole wychowawczynią i jednocześnie katechetką jego klasy była pani Lisi Liszka, osoba bardzo serdeczna (...). Nauczycielka ta otoczyła swojego nowego wychowanka nie tylko wielkim sercem, ale otworzyła dla niego również swój dom. (...) To w tej ukochanej rodzinie rozwijał z zapałem swój niezwykle talent, tworząc barwne, godne podziwu rysunkowe prace.*

Tommi tworzył dla osób najbliższych w swojej rodzinie zastępczej, aby w ten sposób wyrazić swoją miłość do kochających go ludzi. W słowach można dużo powiedzieć, ale jeszcze więcej w oryginalnych



Obraz Justyny Matysiak.



Rysunek „Dom rodzinny” Tommiego.

pamiętkach, własnych rysunkach, jak poniżej obra zek domu rodzinnego.

\*

Dzięki Halinie Koselskiej-Kubiak „Filantrop” mógł kilkakrotnie udostępnić naszym czytelnikom prace innego wybitnego rysownika (w wydaniu grudniowym w 2021 roku, str. 18 i 19 oraz w trzech wydaniach w roku 2022 – w styczniu, str. 14, w maju, str. 10 i październiku, str. 20). Oto rysownik:

*Odkryłam wielki talent u piętnastolatka Arama Martirosyana, uczęszczającego do naszej szkoły integracyjnej w Wiedniu – mówi Pani Halina. – Aram urodził się w 2006 roku w swojej ojczyźnie Armenii. Dotknięty jest chorobą polyarthrititis, czyli wielostawowym reumatoidalnym zapaleniem stawów. Cierpi na masywne bóle (...). Porusza się za pomocą wózka inwalidzkiego.*

ciąg dalszy na str. 24

# Obraz powie więcej niż słowo

dalszy ciąg ze str. 22 i 23

Jak nas poinformowała wychowawczyni i opiekunka Arama, razem z uczniami i nauczycielami zorganizowano wystawę jego dzieł. Prace Arama budziły zainteresowanie wśród młodzieży z Vienna Business School i grona profesorów.

Oto jeden z jego rysunków: ogromna statua na wyspie Liberty Island przed Nowym Jorkiem – to symbol wolności opromieniającej Stany Zjednoczone i cały świat. Aram narysował statwę – bez twarzy... Wolność zniewolona... Co się za tym kryje? Może tragiczna historia Ormian? Próby unicestwienia narodu? Może w świadomości piętnastoletniego chłopca utrwaliły się przeżycia przodków? Rysunek Arama daleki jest od trywialnej karykatury.



Rysunek Arama Martirosyana.

Raz tylko w ciągu prawie 30 lat zdarzyło w „Filantropie” (w wydaniu listopadowym w 2018 roku, str. 24 – 27) opublikować osiem obrazów osoby z autyzmem. Była to wówczas siedmioletnia malarka Ola Sikorska. Warto obejrzeć wszystkie jej wydrukowane w „Filantropie” dzieła (tym razem tu prezentujemy tylko jeden) i przeczytać tekst kochającego Ojca Oli. Oto jego słowa:

*Pamiętam doskonale obraz Oli, który całkowicie zmienił moje podejście do jej malowania. Z traktowania tego jak terapię przez zabawę – na proces twórczy, na sztukę. Był to obraz przedstawiający twarz ludzką lub sowę. (...) Kilkadziesiąt minut wpatrywałem się w niego i nie mogłem przestać go podziwiać. (...) Odbiorcom twórczości Oli podobają się jej obrazy z uwagi na ich abstrakcyjny charakter, wieloznaczność, kompozycję i dobór barw. Ola jest samoukiem, a w jej twórczości widać, jak eksperymentuje, bawi się i jak to, co robi sprawia jej radość.*

Twórczość plastyczna osób z niepełnosprawnościami: malarstwo, grafika, rysunek, rzeźba – jest niezwykle zróżnicowana. Autorzy tworzą własne wizje, swoje światy, podziw dla natury. Tworzą dla kochających ich ludzi. Każdy autor tworzy własną, odrębną „mowę” i styl obrazów. Jednak wszystkich jednoczy ta sama pasja tworzenia, rehabilitacji i radości życia.

MARCIN BAJEROWICZ



Obraz siedmioletniej Oli.



Uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Konarzewie prezentują utwór pt. „Żyje się raz” z repertuaru zespołu „Baciary”.



Dyplom za udział z rąk Antoniego Kalisza i Bogdana Maćkowiaka odebrali przedstawiciele Warsztatu Terapii Zajęciowej w Boduszewie.



Uczniowie Niepublicznej Szkoły Podstawowej „Zawsze Razem” w Poznaniu z piosenką pt. „Nie stało się nic” z repertuaru grupy „Wilki”.



XVII POWIATOWY PRZEGLĄD PIOSENKI OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH  
„ZŁOTY SŁOWIK”

# Muzyka dobra na wszystko

W piątek 28 października sala widowiskowa Centrum Rehabilitacyjno-Kulturalnego i WTZ w Konarzewie (pow. poznański) wypełniły dźwięki muzyki i głosy wykonawców. Osoby z niepełnosprawnościami, ich terapeuci, opiekunowie oraz rodzice po dwóch latach przerwy spowodowanej pandemią spotkali się na XVII Powiatowym Przeglądzie Piosenki Osób Niepełnosprawnych „Złoty Słowik”.

Organizatorem wydarzenia było Stowarzyszenie na rzecz Osób Niepełnosprawnych „Promyk”, a zrealizowano je dzięki wsparciu finansowemu Powiatu Poznańskiego, Gminy Dopiewo oraz ze środków własnych Stowarzyszenia. Wszyscy uczestnicy otrzymali statuetki w kształcie złotego słowika przygotowane w pracowni ceramicznej Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk”. Były też upominki w postaci słodyczy i równie lubianych przez wielu chipsów.

Kilkudziesięciu nieprofesjonalnych piosenkarzy zaśpiewało o tym, co dla nich najważniejsze – że marzenia są dla ludzi i trzeba walczyć o ich realizację, że żyje się raz, zatem warto jak najlepiej wykorzystać każdą chwilę. Wykonawcy ukazali swoje talenty wokalne i taneczne interpretując utwory znanych polskich artystów jak: Anna Jantar, Zbigniew Wodecki, Marek Grechuta czy Wojciech Gąsowski oraz zespołów muzycznych jak: „Sumptuastic”, „Cleo”, „Kwiat Jabłoni”, „Budka Suflera”.

Antoni Kalisz, członek Zarządu Powiatu w Poznaniu podczas oficjalnego otwarcia przeglądu zwrócił uwagę na dużą rolę tego wydarzenia w zwiększaniu świadomości społecznej na temat uzdolnień osób z niepełnosprawnościami, a także w pokonywaniu przez nie barier towarzyszących wystąpieniom publicznym. Prezentacjom przygłą-

dali się także m.in.: Tomasz Łubiński, wicestarosta poznański, dr Paweł Przepióra, wójt gminy Dopiewo, Tomasz Woźnica, wicedyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie, Adam Mendrala, kierownik referatu promocji i rozwoju Urzędu Gminy w Dopiewie, Elżbieta Nowicka, dyrektor Gminnej Biblioteki Publicznej i Centrum Kultury w Dopiewie, ksiądz Adam Sczaniecki, proboszcz parafii w Konarzewie, kierownicy ośrodków pomocy społecznej, warsztatów terapii zajęciowej, przedstawiciele organizacji zajmujących się rehabilitacją osób z niepełnosprawnościami.

Wystąpienia obserwowało jury w składzie: Maria Załanowska-Należyty, Piotr Należyty i Marcin Dęga. Zwyciężyli wszyscy uczestnicy przeglądu. Jury przyznało specjalne wyróżnienia kilku artystom i grupom wokalnym. Otrzymali je: Anastazja Troiskaia, Wiktoria Gniazdowska, Karolina Joks

i Tomasz Tomczak – uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy Domu Pomocy Maltańskiej w Puszczykowie oraz wykonawcy z Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie w składzie: Teresa Hoffa, Monika Andrzejewska, Mikotaj Lambryczak, Marita Napierała, Anna Dudziak i Piotr Cwojda.

KAROLINA KASPRZAK



Piotr Śliwiński, uczestnik Warsztatu Terapii Zajęciowej w Swarzędzu z piosenką pt. „Piąty bieg” Budki Suflera.



Uczestnicy wydarzenia.

# Codziennie będę tęsknić



Zbigniew Strugała  
ORZECHOWO

28 października odeszła z pracy w Warsztacie Terapii Zajęciowej w Czeszewie terapeutka Agata Dekowska-Szarzyńska. Idzie do innej pracy podobnej do tej, co w naszym Warsztacie. U nas pracowała 12 lat. Pierwszą jej pracownią była pracownia muzyczna. Nieco później została przekształcona na pracownię sztuki użytkowej. I tak pani Agata przeszła do pracowni sztuki, gdzie prowadziła zajęcia z uczestnikami.

Miała też zastępstwo w pracowni komputerowej. Pracowała też w pracowni ogrodniczej, a następnie objęła pracownię komputerową. Pani Agata była skromną

i lubianą osobą z poczuciem humoru, i dobrą dla uczestników, którym chętnie pomagała. Dobrze mi się z panią Agatą współpracowało. Kiedy pod koniec października zapytałem panią Agatę, jak się jej pracowało w naszym warsztacie przez 12 lat, odpowiedziała: „pracowało mi się z wami bardzo dobrze. Dziękuję za każdy uśmiech, żart, za wspólne zabawy i wspólną pracę”. A na pytanie, czy trudno jest pani odejść z tego warsztatu po 12 lat pracy, odpowiedziała: „Tak, odejść jest mi bardzo trudno, codziennie będę za wami tęsknić”. A my za panią.

Podczas wspólnego pożegnania, które odbyło się w pracowni gospodarstwa domowego, niektórzy uczestnicy mieli łzy w oczach. Szkoda było nam wszystkim rozstać się z panią Agatą. Mamy nadzieję, że będzie o nas pamiętać, tak jak my o niej. Życzymy powodzenia w nowej pracy.



FOT. ARCHIWUM WZT W CZESZEWIE

Każda grupa przygotowała na tę okoliczność coś innego. Prezentacje sceniczne poprzedzone były długimi treningami, dobieraniem kostiumów oraz elementów dekoracji, dopracowywaniem wszelkich szczegółów i detali. 9 listopada w sali Miejsko-Gminnego Ośrodka Kultury we Lwówku (woj. wielkopolskie) odbył się XXI Wojewódzki Przegląd Grup Teatralnych Osób Niepełnosprawnych. Organizatorem wydarzenia było Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z

Niepełnosprawnością Intelektualną – Koło we Lwówku.

Nim na zegarze lwóweckiego rynku wybiła dziewiąta rano, osoby z niepełnosprawnościami wraz ze swoimi terapeutami i opiekunami tłumnie przybyły na wydarzenie. Wszystkie odświętnie ubrane i przejęte, bowiem był to bardzo ważny dla nich dzień. Przedsięwzięcie zostało zrealizowane dzięki wsparciu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Urzędu Miasta i Gminy we



Przedstawienie pt. „Weselna Kapela” w wykonaniu uczestników Warsztatu Terapii Zajęciowej w Wolsztynie.



Środowiskowy Dom Samopomocy w Sielinku i inscenizacja teatralna pt. „Dziady”.



„Faceci w czerni”, czyli grupa z Warsztatu Terapii Zajęciowej w Zbąszyniu.

XXI WOJEWÓDZKI PRZEGLĄD GRUP TEATRALNYCH OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

# Pełne humoru i dające do myślenia

Lwówku, a także dzięki darczyńcom indywidualnym – lokalnym przedsiębiorcom, którzy mimo trudnej sytuacji gospodarczej w kraju nie odmówili pomocy.

Celem przeglądu była prezentacja dorobku artystycznego osób z niepełnosprawnościami, ich umiejętności aktorskich i improwizatorskich, a także wymiana doświadczeń terapeutów zajęciowych pracujących z osobami z niepełnosprawnością – w zakresie metod i technik pracy wykorzystywanych przy realizacji przedsięwzięć o walorach rehabilitacyjno-aktywizujących.

Prezentacje teatralne oglądali: Piotr Długosz, burmistrz Miasta i Gminy Lwówek, Maciej Piechowiak, zastępca burmistrza oraz sekretarz gminy, Piotr Przewoźny, przewodniczący Rady Miejskiej, Krzysztof Waśko, dyrektor Miejsko-Gminnego Ośrodka Kultury we Lwówku oraz Łukasz Nyczkowski, zastępca dyrektora Powiatowego Centrum

Pomocy Rodzinie w Nowym Tomysłu.

Każda inscenizacja podlegała indywidualnej ocenie jury, skład którego tworzyli: Ewa Ratajczak, nauczyciel Szkoły Podstawowej w Zębowie, Elżbieta Gaj, emerytowany nauczyciel i Paulina Nowak, pedagog specjalny (oligofrenopedagog), również ze Szkoły Podstawowej w Zębowie.

W przeglądzie udział wzięło osiem zespołów. Byli to reprezentanci następujących placówek: Warsztatu Terapii Zajęciowej w Grońsku prowadzonego przez Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną – Koło we Lwówku, Stowarzyszenia na rzecz Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej „Duszek” w Dusznikach, Warsztatu Terapii Zajęciowej w Wolsztynie Stowarzyszenia „Razem Łatwiej”, Warsztatu Terapii Zajęciowej w Kwilczu prowadzonego przez Stowarzyszenie na rzecz Osób

Niepełnosprawnych „Tęcza”, Środowiskowego Domu Samopomocy w Sielinku prowadzonego przez PSONI – Koło w Opalenicy, Warsztatu Terapii Zajęciowej w Grodzisku Wielkopolskim prowadzonym przez PSONI – Koło w Grodzisku Wlkp., Warsztatu Terapii Zajęciowej w Zbąszyniu Społecznej Fundacji Pomocy Dzieciom Niepełnosprawnym oraz Warsztatu Terapii Zajęciowej w Dusznikach, który powstał z inicjatywy Urzędu Gminy i Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Dusznikach.

Kolejna edycja przeglądu pokazała, że osoby z niepełnosprawnościami potrafią świetnie się bawić, żartować z własnych słabości, a przy tym również mają świadomość zagrożeń i wyzwań, jakie niesie życie we współczesnym świecie. Ową świadomość zagrożeń ukazała prezentacja przygotowana przez uczestników WTZ w Kwilczu. Pod tytułem „W sieci” nie kryło się nic innego, jak uświadomienie

widzów do czego doprowadzić może niekontrolowane i ciągłe korzystanie z urządzeń mobilnych. Aktorzy przekazali ważną refleksję: przyjaźń jest ważna, ale ta realna, nie pielęgnowana za pośrednictwem internetu. Nawet najbardziej udoskonalone urządzenie mobilne nie zastąpi więzi, które budujemy i podtrzymujemy spotykając się z drugim człowiekiem twarzą w twarz.

Na zakończenie członkowie jury wręczali zespołom statuetki w kształcie maski teatralnej, dyplomy oraz upominki. Nagrodzeni zostali bezsprzecznie wszyscy, ponieważ każda osoba z niepełnosprawnością biorąca udział w przeglądzie włożyła całe serce i ogrom pracy w wykonanie, a przy tym wykazała się nieprzeciętnymi zdolnościami aktorskimi, umiejętnością improwizacji oraz odnalezienia się w sytuacji wymagającej swobody i spontaniczności.

KAROLINA KASPRZAK



Statuetkę i dyplom za „Góralską biesiadę” odebrali przedstawiciele Stowarzyszenia „Duszek”.

## PREZENTACJE ARTYSTYCZNE OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

# Z tańcem przez życie

**W**poniedziałkowy wieczór, 14 listopada, po dwóch latach przerwy, osoby z niepełnością intelektualną znów mogły zaprezentować swoje uzdolnienia wokalne, taneczne i teatralne na deskach Teatru Animacji Centrum Kultury Zamek w Poznaniu. Sala wypełniła się po brzegi, a radości, pozytywnej energii i oklasków nie było końca.

Był to XI „Wieczór Przyjaciół Promyka”, zorganizowany przez Stowarzyszenie „Na Tak” w celu upowszechnienia dokonań twórczych osób z niepełnością oraz osiągnięć terapeutycznych w pracy z nimi. Stowarzyszenie prowadzi kilkanaście placówek na terenie Poznania, których działalność ukierunkowana jest na rehabilitację, terapię oraz wzmacnianie aktywności społecznej osób z niepełnościami.

„Wieczór Przyjaciół Promyka” po raz pierwszy odbył się w

2011 roku, z inicjatywy rodziców podopiecznych Stowarzyszenia „Na Tak”. W tym roku zaprezentowała się działająca przy Stowarzyszeniu grupa teatralna „Flesz” w spektaklu pod tytułem „Kolorowy Szalik”. Artyści przygotowali pełną humoru inscenizację, w której przedstawili niebanalne propozycje rozwiązania trudnych sytuacji (z dystansem do siebie i w sposób bawiący widzów niemalże do łez). Były kolorowe balony i zasługujące na szczególną uwagę stroje artystów. Najwięcej emocji towarzyszyło pierwszej prezentacji, choć w jej trakcie po tremie nie został nawet ślad. Na zakończenie każdego widowiska wszyscy uczestnicy otrzymywali kwiaty. To stały, sympatyczny akcent „Wieczoru Przyjaciół Promyka”, dzięki któremu osoby z niepełnościami czują się docenione i zauważone. Ile satysfakcji może przynieść występ dla tak licznej i żywo reagującej

publiczności, najlepiej wiedzą one same.

Wystąpiła również grupa artystyczna ze Środowiskowego Domu Samopomocy „Sokoły”, wokaliści ze szkoły Gaudium at Studium oraz zespoły taneczne – „Promyk” (z prezentacją etudy

teatralnej „Karnawał Promyka z Marylą”), „MAKI” i zespół artystyczny z Warsztatu Terapii Zajęciowej „Śmiałek”. Wydarzenie uświetniła swoim występem Urszula Lidwin.

KAROLINA KASPRZAK



Występuje zespół taneczny „Promyk”.



Kadr ze spektaklu „Kolorowy Szalik”.



Przed rozpoczęciem wydarzenia.

FOT. (3X) KAROLINA KASPRZAK

## Lektura w brajlu

**B**rajłowskie nowości wydawnicze, książki z wypukłymi rycinami i transparentne, a także audiobooki przygotowane z myślą o czytelnikach z niepełnościami narządu wzroku były tematem spotkania zorganizowanego we wtorek 15 listopada w Sali Białej Urzędu Miasta Poznania.

Wydarzenie odbyło się z inicjatywy Fundacji „Szansa dla Niewidomych”, a jego gościem był Marek Kalbarczyk, niewidomy matematyk i tyfloinformatyk.

Prócz wyżej wymienionych ciekawostek dedykowanych miłośnikom literatury można było zapoznać się ze sprzętem wspomagającym rehabilitację

i codzienne funkcjonowanie osób niewidomych oraz słabowidzących. Po spotkaniu z Markiem Kalbarczykiem przeprowadzono konferencję pt. „Aktywny senior”, stanowiącą podsumowanie realizowanego przez Fundację projektu „Akademia pełni życia”. Prelegenci odnieśli się do różnych kwestii

dotyczących zdrowia i bezpieczeństwa osób starszych jak: dieta, dostępna turystyka, samodzielność, uczestnictwo w życiu kulturalnym, nowoczesne technologie czy zagrożenia bezpieczeństwa cyfrowego.

Spotkanie zostało zrealizowane w ramach projektów: „Rozwój czytelnictwa wśród osób niewidomych i słabowidzących” oraz „Akademia pełni życia”, dofinansowanych ze środków Samorządu Województwa Wielkopolskiego. **Oprac. KK.**

# Codziennie pod górę<sup>(40)</sup>

**N**iedługo Święta Bożego Narodzenia, a tak niedawno był dzień Wszystkich Świętych. Wreszcie w tym roku poczułam się na tyle dorosła, żeby bez asysty Marka jeździć na cmentarzu: na grób mamy, babci. W moim schizofektywnym świecie jest albo nadmiar, najczęściej zbyt silnych, nieadekwatnych emocji, albo pustka, w której nie ma uczuć. Na cmentarzach sprzątałam, wybierałam kwiaty, zapalałam światełka i nawet nie udawałam, że zatrzymuję się na chwilę refleksji. W moich myślach i sercu jakby nic nie było, tylko działanie.

Wiem, że moja reakcja to obrona przed wspomnieniami, niezalatwionymi sprawami z tymi, którzy od odeszli, a także ucieczka przed wszechogarniającym smutkiem, może nawet rozpaczą. Nie raz w takich chwilach brakuje mi rozmów z terapeutą. Pokazywał mi, że choć przez chorobę przeżywam wszystko inaczej, to ludzie mają podobne problemy, przeżywają podobne uczucia. Zapamiętałam jego wypowiedź, gdy odnosząc się do męczących mnie doznań podkreślił, że problemem dla mnie nie jest to, że te uczucia są tak silne czy nieadekwatne tylko to, że ja się tak nimi przejmuję, analizuję, żyję w świecie nierealnych odczuć, a nie faktów.

Jak wspomniałam, niespełna dwa miesiące i po jednych świątach przychodzą kolejne. Nie lubię świąt. Budzą dziwne emocje i tęsknotę za czymś, co się w ten czas nie wydarzy. Wiem, że to dziecięce marzenia o szczęśliwej rodzinie, śmiechu przy wigilijnym stole i wymarzonych prezentach, nie takich „na odczepnego”, by zadośćuczynić tradycji, ale wybieranych z miłością. Nie wiem, skąd te tęsknoty za idealnymi świątami? Może właśnie takie pamiętam z dzieciństwa? Teraz mam Marka, jego rodzinę, która pomimo wszystkich moich narzekania akceptuje mnie i chyba nawet trochę lubi. Odzyskałam kontakty

z moją rodziną, które straciłam przez nadużywanie alkoholu, więc można się tylko cieszyć na nadchodzące święta, ale tak jednak nie jest. Czasem czuję się zmęczona życiem, stara, samotna, mimo tylu ludzi wokół. Już jak paranoidalny głos słyszę słowa, które powiedziałby terapeuta – każdy tak czasem się czuje. Nie chcę uwolnić się od jego głosu, bo on daje mi siłę, ale tak naprawdę to są słowa, które zasiał i które kiełkują, kwitną, dzięki niemu. Nie, nie idealizuję go, czasem mnie wkurzał niemilosierdzie, gdy przychodziłam z problemem, a on chciał rozmawiać o czym innym albo spóźniał się na nasze sesje. Nie jestem pani ojcem ani guru – mówił, a chyba mimo wszystko był nimi trochę i jest do tej pory.

Na tegoroczne święta Bożego Narodzenia po raz pierwszy będzie z nami maluszek, który urodził się 5 miesięcy temu. Dziś też z jego powodu mam dziwny humor, bo wiadomo, uciekam od złych emocji, a on dziś przechodzi już drugą ciężką operację. Myślę, że na wigilię będzie już z nami w lepszym zdrowiu i wesołutki jak zawsze. Dziś przed operacją dostałam film jak z kroplówką w małej rączce drugą ścisną zajęczką ode mnie. Dzisiaj od tego uciekam, od jego cierpienia, też nieprzespanych nocy na maleńkich policzkach, gdy puszczają środki znieczulające. To chyba też obrona, że ciągle przychodzą mi do głowy myśli, że gdy płacemy nad czymś losem, tak naprawdę płacemy nad sobą. Czasem też wydaje mi się, że ludzie, którzy zajmują się cudzymi problemami, uciekają od swoich. Ja tak robię. Czasem, jak w sytuacji tej operacji, ozywają jakieś uczucia, ale dlaczego tak naprawdę płacę nie potrafię powiedzieć. Od kiedy pamiętam, przerażało mnie to, że najczęściej w sytuacji jakiejś tragedii nie czułam nic. Śmierć, ciężka choroba albo wypadek – byłam świadkiem takich zdarzeń. Mówiłam jakieś słowa współczucia, ale

nie wypływały one z serca, lecz z głowy. Może zimne to i egoistyczne, ale często mam wrażenie, że niesiemy pomoc, by poczuć się lepiej, przypodobać innym, zapewnić sobie ich wsparcie w naszych trudnych sytuacjach.

Pisałam, że nie lubię świąt, a jednak już od dawna zastanawiam się nad prezentami i niektóre nawet kupiłam. Może chociaż tu, dla Was, mogę opisać moje idealne święta, których obraz pojawił się nagle w mojej głowie. Cała rodzina moja i Marka oraz my dwoje przy jednym stole. Uwaga siedzących skierowana na radosne dzieci, zdrowy maluszek śmiejący się do ogromnych bombek na wielkiej choince. Tak naprawdę marzę o jedności, o czymś co mam, choć może nie w tak wyidealizowanej wersji. A jakie są Wasze wymarzone święta? Jakie będą tych, z którymi w tym czasie pewnie się nie spotkam – Doroty, Nikoli? Maluszek ma dziś operację, a Nikola pierwszy dzień nowej, wymarzonej pracy. Bardzo się stresowała. Rozumiem ją doskonale, bo ja przed nowymi sytuacjami jestem jak jeden wielki kłębek nerwów albo raczej jak napięta unerwiona piłka. Ona podobnie. Cieszę się, że miałam dziś na tyle siły, by ją wspierać i uspakając. Czasem naprawdę bardzo źle się z tym czuję, że nie mam cierpliwości reagować na jej codzienne życiowe dramaty. To jeszcze młodzianka dziewczyna, dla której sprzeczek z chłopakiem o niepozmywane naczynia to powód do rozstania. Ja mam to już za sobą.

Ostatnio nie odpisuję jej często od razu, a potem piszę: to już chyba ósmy raz w tym roku się rozstajecie. I następnego dnia pytam: jak sytuacja, by dowiedzieć się, że już zgoda. W sumie to może dobrze robię, bo ona oczekuje wspólnego nakręcania się sytuacją, a to naprawdę nie ma sensu. Śmieszne to trochę, że czasem w tak prostych sytuacjach reaguję jakbym o psychologii nie miała zielonego pojęcia. Czasem obie

z Nikołą w nocy nie śpimy, bo przeżywamy rzeczy dla nas ważne. Od kiedy Marek jest na wypowiedzeniu mam problemy ze snem, ale ktoś ich nie ma? Dorota, kuzyni i kuzynka z mojej rodziny – wszyscy cierpią na to samo. Zawsze lubiłam film „Bezsenność w Seattle” z Meg Ryan i Tomem Hanksem. Ja już swojego Hanksa spotkałam. Różnie jest między mną a Markiem, czasem wkrada się nuda i zniecierpliwienie, ale dziś ucieszyłam się, bo gdy wspomniałam o wspólnym pójściu do muzeum na nową wystawę, był zainteresowany i dopytywał się o szczegóły, a zwykle przeprosza i wykręca się zmęczeniem. Wspieram go w poszukiwaniach nowej pracy. Liczę, że również przed nim utworzy się rozdział nowego życia jak przede mną, gdy porzuciłam zawód psychologa i zaczęłam pisać.

Ostatnio, kiedy jak zwykle zaczęłam się koncentrować na swoim zdrowiu, rozregulowanych przez przebyte Covid-19 cukrach oraz bezsenności, pomyślałam że każdy z moich znajomych i rodziny ma swój problemowy świat. Czasem uchylamy sobie rąbka tajemnicy i odkrywamy jak bardzo te problemy są podobne, pomimo różnic charakteru i sytuacji. Każdy potrzebuje wsparcia. I myślę, że to nieważne tak naprawdę, czy ktoś je daje z empatią, czy po prostu jest w stanie poświęcić swój czas z innych powodów. Potrzebujemy innych tak jak inni potrzebują nas. Piszę ogólnikami, ale to nie my, nie inni, to ja i moi bliscy mimo różnych pokręconych charakterów stanowimy mocną sieć, dzięki której utrzymujemy się na powierzchni życia. Właśnie dostałam wiadomość, że operacja maluszka już się zakończyła. Jeszcze nic nie wiadomo, ale wierzę, że będzie wszystko dobrze i że moja wizja świąt z nim będzie choć w części prawdziwa. Dużą, świecą bombkę kupię dla niego sama. S.A.

# Poszukiwane rodziny zastępcze

**P**owiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Śremie (woj. wielkopolskie) poszukuje kandydatów do pełnienia funkcji rodzin zastępczych dla dzieci, które z różnych przyczyn nie mogą być wychowywane przez biologicznych rodziców. Przy wjeździe do Śremu od strony Kórniką ujrzeć można baner z hasłem promującym rodzicielstwo zastępcze: „Pomóż dziecku przetrwać burzę”. W ubiegłym roku w Śremie wystartowała kampania pod nazwą „Rodzicielstwo zastępcze – miłość na zawsze”, w ramach której powstał film prezentujący codzienne życie rodziców zastępczych.

Kierownik PCPR w Śremie Karolina Gałuszka przyznaje, że przybywa dzieci, które potrzebują natychmiastowej pomocy, ponieważ w rodzinie występują np. alkoholizm, zaniedbania opiekuńczo-wychowawcze, problemy zdrowotne, śmierć rodzica/rodziców bądź inne okoliczności uniemożliwiające sprawowanie opieki nad dziećmi. Nie przybywa natomiast rodzin zastępczych gotowych stworzyć im prawdziwy, ciepły dom. Kandydaci na rodziny zastępcze przechodzą profesjonalne, nieodpłatne szkolenia, dzięki którym zyskują wiedzę dotyczącą radzenia sobie w różnych sytuacjach. Zawsze mogą też liczyć na pomoc koordynatorów pieczy zastępczej.

Rodzina zastępcza – jak informuje PCPR w Śremie – zapewnia dziecku poczucie bezpieczeń-

stwa, buduje poczucie własnej wartości, daje możliwość obserwacji dobrych, właściwych wzorców relacji między członkami rodziny. Starszym dzieciom stwarza zaś przygotowanie do samodzielnego życia.

Liczba dzieci potrzebujących schronienia w pieczy zastępczej wzrasta również z powodu coraz częściej występujących zachowań przemocowych. Pandemia koronawirusa oraz związana z nią konieczność izolacji społecznej, inflacja i problemy z terminową spłatą zobowiązań bez wątpienia mają wpływ na agresywną postawę i dopuszczanie się przemocy tak fizycznej jak i psychicznej.

Rodzinę zastępczą może stworzyć zarówno małżeństwo jak i osoba samotna. Ważne jest, aby kandydaci posiadali odpowiednie warunki mieszkaniowe, a także stałe źródło dochodu. Pierwszeństwo w utworzeniu rodziny zastępczej dla dziecka mają krewni oraz osoby wskazane przez rodziców. Rodzice zastępczy podlegają nadzorowi podczas pełnienia pieczy nad dzieckiem, nie mają pełnej władzy rodzicielskiej i otrzymują środki finansowe na częściowe pokrycie kosztów utrzymania dziecka w rodzinie zastępczej.

Osoby zainteresowane stworzeniem rodziny zastępczej proszone są o kontakt z Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie, które mieści się przy ul. Dutkiewicza 5 w Śremie, tel. 537 266 250, (61) 28 30 373, e-mail: [pcpr@pcpr.srem.pl](mailto:pcpr@pcpr.srem.pl). **Oprac. KK.**



FOT. KAROLINA KASPRZAK

# Rozwija skrzydła w inną stronę

Joanna Smelka dokonała ogromnego postępu w wyniku uczestnictwa w proponowanym jej procesie terapeutycznym. Początkowo wydawało się, że rozwinie swoje skrzydła w muzyce

jako osoba śpiewająca. Joanna zajmowała się śpiewaniem może ze trzy lata.

Jednak niespodziewanie poszła w zupełnie inną drogę i zainteresowała się komputerem i smartfonem. Coraz

więcej czasu spędza na pracy z tymi przedmiotami, chętnie zdobywa wiedzę, poszerza swoje umiejętności, rozbudowuje swoje konto na portalu „Instagram”. Joanna ma też duże zacięcie do ćwiczeń fi-

zycznych. Uważa, że jest to dla niej bardzo ważne, by utrzymać swoją kondycję i sprawność ruchową. Dlatego stara się w miarę swoich możliwości ćwiczyć i wychodzić na spacer.

TOMASZ POPADOWSKI



# Epidemia, rosnące ceny

Ten rok na kartach historii zapisze się jako wyjątkowo trudny z powodu wciąż panującej epidemii koronawirusa oraz działań wojennych, które są prowadzone od 24 lutego za naszą wschodnią granicą. Dodatkowym problemem jest inflacja i rosnące ceny podstawowych produktów spożywczych.

Dla mnie osobiście 2022 rok zapisał się jako czas pokonywania własnych słabości i podążania małymi krokami naprzód. Poprzez codzienne spacerki rehabilitacyjne usprawniałem się ruchowo, aby zachować dobry stan zdrowia oraz odpowiednią masę ciała. Praca zawodowa w charakterze autora artykułów związanych z problematyką niepełnosprawności sprawiła, że uwierzyłem w siebie i w to, że mogę spełniać swoje marzenia. Pomagałem również mamie w pracach domowych.

W wolnych chwilach podróżowałem. Odwiedziłem ciekawe zakątki Dolnego Śląska, między innymi: Duszniki-Zdrój, Kudowę i Polanicę, a także byłem na wycieczkach jednodniowych w Krakowie i na Jasnej Górze.

KRYSTIAN CHOLEWA



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Człowiek odrzucony przez społeczeństwo jest rozpaczliwie sam, a ja od samego początku nie chciałem tak żyć. Swoje miejsce widziałem wśród ludzi zdrowych. Teraz czuję się potrzebny i cieszyłem się, że doceniają moje umiejętności i chęci. Więc gdy tylko przywozili mi pracę, siadałem przy stole i pracowałem.

Gdy było ciepło, matka wynosiła mój stół na dwór, a ja ścierałem koszulę i opalając się pracowałem. Nieraz, gdy zrywał się wiatr, musiałem zabierać pracę do mieszkania, bo metki fruwały po całym podwórzu. Praca ta dawała mi satysfakcję, że ja nie byłem przegrany, lecz przegrani byli ci, co nie chcieli dać mi pracy. Nie wiem, jak się czuł lekarz, który wygonił mnie ze swojego gabinetu.

*W dziurawym bucie  
wspiął się na szczyt  
zrzucił z siebie  
obraz smutku  
wpatrzony w uśmiech  
przyszłości  
przestał udawać  
zakneblowanego  
i wzniósł okrzyk  
ograniczonej swobody.*

Człowiek czuje się jakoś lepiej, jeśli wie, że może pokonać nie tylko swoją słabość, ale jeszcze tych, którzy nie chcieli mu pomóc, bo przecież nie jest to łatwe, gdy się dźwiga własną niemoc. Więc jeśli ktoś ci nie pomoże, to z ładunkiem tym daleko nie zajdziesz. Ja miałem szczęście i spotkałem osobę, której osobiście nie znam, a która mi pomogła. Ile jeszcze osób, które tak jak ja szamocą z własną niemocą? Kto im pomoże, kto da im nadzieję na lepszy start w życiu? Cywilizowany świat pogrąża się w egoizmie i w znieczulicy.

*Niedawno sam  
wylazł z nędzy,  
dziś nie dostrzega  
żebraka...  
grabi, co się da i liczy,  
pogrąża się*

*w znieczulicy!  
Zachłannie  
garnie wszystko  
dla swojej wygody,  
nie liczy się z niczym,  
jest wrogiem matki  
przyrody!*

Tak, praca dała mi wiele, nie musiałem prosić mamy o sto złotych na zakup drobnej rzeczy. Ale mieszkając w trudnych warunkach, nie miałem jeszcze pełnej satysfakcji, ponieważ czułem się okropnie. Dom był zawilgocony i zagrzybiały, co dodatkowo negatywnie wpływało na mój stan zdrowia. Postanowiłem więc pójść drogą walki i starać się o samodzielne mieszkanie. Pierwsza moja czynność to założenie książeczki mieszkaniowej, a potem dalsze starania o przyspieszenie przydziału mieszkania. Oczywiście na początku nie było mowy o szybkim zrealizowaniu moich marzeń.

Przyjechała jedna wysoka komisja, przyjechała i druga komisja, i pani z komisji stwierdziła:

– Ludzie czekają po tyle lat, a pan ma tyle pomieszczenia i po pół roku chce pan otrzymać mieszkanie?

Zdenerwowany do ostateczności powiedziałem:

– Jak pani sobie wyobraża, że w takim stanie mam tutaj żyć? Czy nie widzi pani, że w moim stanie zdrowia nie jest to możliwe? Proszę bardzo, niech pani przyjdzie na moje mieszkanie, a ja pójde mieszkac do pani.

Nastąpiło wielkie oburzenie, konsternacja. Ta pani poszła na ustępstwo, że może za sześć lat, ale nie prędzej, a poza tym papiery moje z danymi wysłano gdzieś na komputer, no i jeśli komputer mnie wylosuje, to dostanę wcześniej. To zdenerwowało mnie do reszty, bo wynikało z naszej rozmowy, że dziś nie liczy się sumienie, serce, tylko jakiś tam komputer. Skąd taki komputer może wiedzieć, w jakich warunkach ja mieszkam, w jakim stanie psychicznym się znajduję, czy on może odczuć to, co ja czuję? W związku z tym w mojej głowie powstała fraszka:

*Ludzie! Dziś nie są  
potrzebne wam głowy,  
dziś za was decyduje  
mózg elektronowy.*

Postanowiłem swoją sytuację opisać do Towarzystwa Walki z Kalectwem. Znow zapakowałem wszystkie papiery z tym związane i wysłałem na adres tego Towarzystwa. W międzyczasie dostałem wózek inwalidzki. No, teraz miałem pojazd na miarę samochodu, choć nie samochód, ale był to kryty, motorowy wózek inwalidzki, którym można było pokonywać dalsze odległości. Kiedyś przyszedł do mnie kolega:

– Józek, może wybralibyśmy się gdzieś?

Postanowiliśmy odwiedzić kolegę w Cieplicach, Tadek Geniusza. Tadek tak samo jak ja jest człowiekiem niepełnosprawnym. W drugim roku po szczenienu odry zachorował na zapalenie mózgu. Skutkiem porażenia ośrodków koordynacji ruchu jest całkowicie pozbawiony możliwości stania, wykonywania celowych ruchów, a więc zdany jest wyłącznie na cudze ręce. Mimo tak ciężkiego poszkodowania Tadek nigdy się nie załamuje, zawsze stara się z optymizmem podnosić innych na duchu. Łączy nas jeszcze jedno. Tadek i ja piszemy nieporadne wiersze. Tadek bardzo zmysłowo odbiera świat otaczający, kreśli drobne impresje, próbuje opisać obrazy, prowadzi monolog o własnym życiu. Moje próby literackie są podobnej treści. Jest to chyba związane z naszym stanem zdrowia.

Oczywiście, Tadek przyjął nas bardzo serdecznie, mieliśmy wiele tematów do rozmowy, każda myśl jakby jeszcze bardziej nas zbliżała. Niestety, czas leciał szybko i musieliśmy wracać do domów. Wracając biwakowaliśmy na pięknej polanie. Myślałem wtedy, że przyjemnie wybrać w taką podróż i czuć niezależność. Innym razem wybrałem się do Ścinawki Dolnej, do domu „Caritas”, w którym kiedyś przebywałem. Gdzie się wybierasz na takim motorku, dziwiono się. A jak się coś stanie? Czego się bać? Wszędzie są ludzie, którzy pomogą, tym bardziej, gdy w kieszeni ma się



# Obcy wśród ludzi<sup>(12)</sup>

pieniądze. Był to mój trzeci pojazd, ale każdy z nich był inny o różnej konstrukcji i szybkości, tak jak i w życiu po wielkich trudach otrzymałem coś lepszego.

Pomyślałem wtedy, że jednak można coś otrzymać, jeśli naprawdę tego się bardzo chce. Walka i tylko walka daje efekty. Przekonałem się o tym po napisaniu listu w sprawie mieszkania do Towarzystwa Walki z Kalcetwem, bo w niedługim czasie otrzymałem swoje wymarzone mieszkanie. Radość nie do opisania. Stawałem się coraz bardziej samodzielny. Klucze i otwieranie drzwi do własnego mieszkania. Radość. Tak, ale co dalej? W kieszeni mam tylko pięć tysięcy złotych, a przecież nie może być puste. Niektórzy na czele z moją mamą nie chcieli wierzyć, że sobie poradzę. Mówili:

– Co ty sam tam będziesz robił? Jak ty sobie dasz radę?

Pomyślałem sobie, że jakoś muszę sobie poradzić. Tapczan miałem, telewizor miałem, a resztę jakoś się dokupi. Kolega Romek podarował mi dwa używane fotele, ponieważ kupił sobie dwa nowe. Siostra kupiła mi małą chłodziarkę. To już było coś. Choć początkowo nie miałem śmiałości prosić kogoś o pieniądze, to jednak odważyłem się pójść do Romka i powiedziałem:

– Romek, nie wiem, kiedy ci oddam, ale proszę cię, pożycz mi trochę pieniędzy. Muszę sobie kupić coś do mieszkania, jakąś szafę, ławę, no i do kuchni coś...

– Dobra, nie ma sprawy. Jutro postaram się coś kupić. Oddasz, jak będziesz miał.

Rzeczywiście, na drugi dzień przy pomocy siostry kupiliśmy meble. Na dodatek Roman zobowiązał się wymalować i wytapetować mi mieszkanie. A po urządzeniu jakim takim mieszkania mogłem się wprowadzić na swoją własność. Duma rosła we mnie coraz bardziej, że można jednak osiągnąć to, co wydaje się niemożliwe do zdobycia. Co to znaczy

być samodzielnym w moim przypadku? A no to, że mogę powiedzieć: to i to jest moje i o wszystkich moich czynnościach decyduję sam. Nie jestem zamknięty w czasie, mogę robić to, co mi się podoba. Mogę powiedzieć, że to mieszkanie jest moje. Tak, tyle swobody, tyle luzu. Tak długo na tę chwilę czekałem. Dziś pracuję, zarabiam na siebie. Okazuje się, że mogę być dla siebie i dla innych, że ci, co mnie przekreślili, pomylili się bardzo, jest to moja wygrana w totka.

Jedenaście lat przebywałem w Domu Pomocy Społecznej. Ciągłe myślenie o tym samym, czekałem na swoje własne mieszkanie. Dzisiaj to, o czym tak marzyłem, zrealizowało się, pokój z kuchnią i z łazienką. Pod oknem biurko, telefon, nad nim klatka z dwiema papuzkami. Żywe, kolorowe, własne. Na regale książki, a na stoliku w kuchni – praca. Tysiąc metek do tornistrów: cena... symbol... rozmiar. Prawą ręką, tą sprawną, przykładam na nie odpowiednie pieczątki. Dziś mogę być wdzięczny ojczymowi, że zmusił mnie do odejścia z domu. Cóż bym teraz robił? Siedziałbym przed domem. Przez fakt, że wyszedłem z domu, poznałem życie. Kiedyś ojczym zapytał mnie, czy mam do niego żal. Nie mam do nikogo żalu. Tym, kim jestem, jestem dzięki niemu. Na wsi prowadziliby mnie pod szopę i siedziałbym tam, oglądając rów i ptaki na dachu.

*Ziemia, niebo i matka*

*niby trzy pojęcia,*

*a jednak to samo.*

*Więc tobie ziemi,*

*tobie niebo,*

*tobie matko*

*powiem te słowa:*

*– dziękuję za życie,*

*mamo.*

To mieszkanie na parterze, funkcjonujące przedziwnie w tym betonowym bloku. Drzwi

są zawsze otwarte, często wpadają znajomi. Często ze swoimi problemami. Przeważnie młodzież. Wspaniała młodzież, która potrafi też pomóc. Oni potrzebują porady w sprawach sercowych. Ja potrzebuję obecności tych młodych ludzi. Często też zapraszają mnie na imprezy imieninowe czy też urodzinowe. To przyjdzie siostra PCK z obiadem, to dziewczyny ze szkoły pielęgniarskiej, pogadają, pośmieją się, pędzą dalej. Mimo różnicy wieku, która nas dzieli, wszyscy mówimy sobie na ty. I to nas łączy, to nas zespała. Żyć z ludźmi w zgodzie. Nie odrzucać drugiego człowieka na bok, pomimo że trochę nie pasuje. Każdy jest inny, inaczej widzi świat. Trzeba jednak być tolerancyjnym, wtedy samemu można otrzymać wiele od innych.

Kiedy jednak chcę być sam, zamykam drzwi. A chcę być sam, gdy piszę wiersze. Kiedy długo jestem z innymi, wiersze gdzieś znikają. Umykają każdym słowem, trudno je uchwycić. Siedzę nad pustą kartką, mozolę się: znowu ktoś puka. Nie, nie będę otwierał. Wiersz w tym momencie jego powstania jest ważniejszy, właśnie złapałem myśl, potem go nie skończę. Kiedyś postanowiłem wysłać swój wiersz na konkurs regionalny. I o dziwo, wiersz otrzymuje nagrodę. Nieznane poczucie wartości. Mój wiersz przebił się przez wiersze zdrowych, oceniali też zdrowi – nic o mnie nie wiedzieli. A więc potrafię im dorównać, a nawet być lepszym od nich, bo wiem dużo wierszy odpadło. Co za radość. Ile jest odmian radości?! I pierwszy wiersz w druku. A potem następne w „Nowinach Jeleniogórskich”, w „Sprawach i Ludziach”, w „Twórczości Robotników” i w „Karkonoszach”. Prezentowałem też swoje utwory na spotkaniach poetyckich, gdzie również wiersze otrzymywały poklask.

Jest rok 1984. Parę minut po siódmej, leżę sobie jeszcze w łóżku. Dzwoni telefon, kto to może być o tej porze, myślę sobie. Nie chcę mi się

wstawać, ale telefon dzwoni natarczywie. Wstaję więc i idę do telefonu.

– Tak, słucham? – zapytałem do podniesionej słuchawki.

– Niech się pan przygotuje, zaraz po pana przyjedzie samochód. Jest pan odznaczony medalem 40-lecia:

– Ja medalem? – zapytałem zdziwiony.

– Tak, pan – usłyszałem w słuchawce.

Koledzy wnoszą mnie na rękach do Domu Kultury w Zgorzelcu. Za chwilę – podczas uroczystej akademii, dostaniemy odznaczenia, ja i jeszcze paru kolegów z pracy. Medale, dyplomy. Potem zaproszono nas do najlepszej w mieście restauracji i kelnerka nie miała odwagi powiedzieć, że takich o kulach tutaj nie wpuszczają. Bo muszą przecież dbać o samopoczucie takich gości. Kiedyś mojej koleżance na wózku tak powiedziano – dziewczyna się cofnęła. Mam nadzieję, że ja bym się nie cofnął.

Już dawno wybaczyłem swojemu prawdziwemu ojcu. Gdybym jednak go kiedyś spotkał, zapytałbym:

– Popatrz, jak wyglądam. Czy cieszysz się z tamtych pięciu minut, czy już zapomniałeś? I nic więcej bym nie powiedział.

Tyle się zmieniło w moim życiu, ale ludzie się nie zmienili. Nieraz dają mi odczuć moją inność. Czuję ich lęk, ten lęk ich odpycha. Gdyby przyjęli mnie normalnie, tak, jak biorą bochenek chleba. Mogę wtedy miałbym odwagę na następny krok. Wobec tego celu – czasami wydaje mi się, że dotąd jeszcze nic nie osiągnąłem.

*Życie jest piękne  
nawet kiedy zamiera,  
a jeśli śmierć nagła,  
nie prosz o więcej.*

WIERSE ALDONY WIŚNIEWSKIEJ

# Cały świat się raduje

\*  
*Cały świat  
 Się raduje!  
 Świat jaśnieje,  
 Bóg się rodzi!  
 Jego Matka  
 Promienieje,  
 Syn jej się urodził!  
 Dziecięciu temu  
 Prorocy wróżą  
 Wielką przyszłość.  
 Pośród pól  
 Anioł brodzi.  
 Zbłądził biedaczysko  
 Pod nasz dach  
 Skromny  
 Pan ogromny zawitał  
 W chwale.*

\*  
*Raduje się wioska,  
 Raduje się miasto,  
 Jezusek  
 W żłobku zasnął.  
 Maryja rączki złożyła  
 I cieszy się cicho,  
 Bo małeńki śpi.  
 A płakał noc całą  
 Nad ludzką głupotą  
 I Ziemią całą.*

\*  
*Jak dobrze  
 Cię obserwować  
 Jezusku malutki  
 W sianie położony  
 Pośród wołków  
 I owieczek.  
 Pieczę nad tobą  
 Ma Józef stary,  
 Ja też pomogę,  
 Tyle ile mogę,  
 Wymoszczę ci dróżki  
 Do mojej duszy.*

\*  
*Kto się pyta  
 O Jezusa,  
 Ten nigdy  
 Nie zabłądzi.  
 Będzie szedł  
 Wprost  
 Do stajenki,  
 Gdzie trzej  
 Królowie  
 Witają  
 Dzieciąteczko  
 W żłobie.  
 Pan we własnej  
 Osobie  
 Z serca błogosławi.  
 Nie zostawi  
 Bez pomocy.  
 Nawet najgorszy  
 Złoczyńca  
 Godzien jest  
 Miłości  
 Tej ziemskiej  
 I tej boskiej.  
 Panie mój,  
 Dokąd iść,  
 Bo cię odnaleźć?  
 Betlejem daleko,  
 A wiem,  
 Że na mnie  
 Czekasz.  
 Małą rączkę  
 Wyciągasz  
 Niezdarnie,  
 Płaczesz  
 I wołasz mnie.  
 Gdzie ja jestem?  
 Na drogach  
 Rozstajnych  
 Cierpię niedostatek.  
 Lecz uczuciem  
 Niebieskie Pacholę  
 Dane mi  
 Przez Boga*

*Na rozstajnych  
 Drogach.*

\*  
*Wół  
 Ciepłym oddechem  
 Omiótł stajnię.  
 Jeśli chcesz Maryjo,  
 To Małeństwem  
 Się zajmie.  
 Zanuci mu  
 Wołą kołysankę,  
 Szarą mruczankę.  
 Nie przewinie Go  
 Kopytkiem.  
 Lecz zna  
 Odpowiedzi  
 Na pytania  
 Wszystkie.  
 Gdzie trawa  
 Jest najbardziej  
 Zielona?  
 I którego stąpa  
 Anioł?  
 Ludzkość  
 Przerażona  
 Zamarała  
 I w półuśpieniu  
 Nuci wraz  
 Z wołkiem  
 Dziecięciu  
 Bożemu.*

\*  
*Panie jasny,  
 Panie złotowłosy,  
 Przyjdiesz  
 Nocą ciemną.  
 Niepotrzebne  
 Ci pozory,  
 Bogactwa  
 Ni chwały.  
 Tyś sam wielki,  
 Tyś sam wspaniały,  
 Pełen lęku pasterz.*

Nawet w najwykłej-  
 szych sytuacjach by-  
 wają chwile zaskoczenia:  
 oto idąc asfaltową drogą  
 przez wieś zwaną Kajkowo,  
 ujrzałam żyrafę. Nie żywą,  
 ale narysowaną kredą w  
 poprzek drogi.

Na rysunku było drzewo,  
 fruwał ptaszek, a obok drze-  
 wa stała sobie żyrafa sięga-  
 jąca szczyt do gałęzi drzewa.  
 Najwidoczniej miała apetyt  
 na liście. Skąd pomysł nary-  
 sowania żyrafy na wiejskiej  
 drodze? I kto ją narysował?  
 Pomyślałam o Kasi, dziew-  
 czynce mieszkającej na  
 skraju wsi, która ma nieduże  
 jeszcze, ale już utalentowa-  
 ne rączki.

Nieco później spotkałam  
 Kasię i okazało się rzeczy-  
 wiście, że to ona narysowała  
 na asfalcie żyrafę. Nie umia-  
 ła jednak wyjaśnić, dlaczego  
 wybrała właśnie żyrafę. „Tak  
 sobie pomyślałam” – powie-  
 działa. Istotnie, utalentowa-  
 ne w jakimś kierunku dzieci  
 często nie potrafią uzasad-  
 nić swoich wyborów. Niczym  
 instykt kieruje nimi talent,  
 który jest wrodzoną predys-  
 pozycją, ujawniającą się za-  
 zwyczaj już we wczesnym  
 dzieciństwie.

Jednakże nie zawsze talent  
 ma możliwość ujawnienia  
 się, bo zdarza się i tak, że  
 dorośli nie akceptują zainte-  
 resowań i dążeń dziecka, nar-  
 zuczając mu własne wybory.  
 I wówczas talent cichnie, aż  
 zgaśnie. Oczywiście zależy  
 to od temperamentu dziec-  
 ka, bowiem silne i przebojo-  
 we dziecko łatwo stłumić się  
 nie da.

Nasuwa się tu myśl o kon-  
 cepcji inteligencji wielora-  
 kich, w których duży nacisk  
 położony jest na obserwo-  
 wanie, co dziecko w wieku  
 przedszkolnym lubi robić,  
 gdy ma swobodę wyboru.  
 Oczywiście, powinno mieć  
 szeroki repertuar możliwości  
 wyboru, dlatego proponu-  
 je się, aby w przedszkolach  
 były kąciki z najróżniejszymi  
 przedmiotami, w tym taki  
 do liczenia, do rysowania  
 i lepienia, do budowania i  
 konstruowania, z także in-  
 strumenty muzyczne i wiele  
 innych przedmiotów. Wy-  
 chowawca obserwuje dziec-  
 ko i podąża za nim, pomaga  
 mu realizować jego zamiary,  
 pobudza jego pomysły. Ta-  
 kie wychowawcze działania  
 pozwalają na określenie ro-  
 dzaju przeważającej u kon-

# Żyrafa na drodze

kretnego inteligencji, a wyróżniono ich aż siedem.

Współczesną szkołę interesują przede wszystkim dwa rodzaje inteligencji uczniów: językowa i logiczno-matematyczna. A przecież ludzi sztuki charakteryzuje bądź wysoka inteligencja przestrzenna (malarze, rzeźbiarze), bądź muzyczna. Natomiast inteligencja cielesno-kinestetyczna jest właściwa tancerzom i sportowcom. Twórcy koncepcji inteligencji wielorakich (Gardner i współpracownicy) wyróżnili także inteligencję personalną, która dzieli się na interpersonalną (rozumienie innych) i intrapersonalną (rozumienie siebie). Pierwszy rodzaj inteligencji personalnej powinien cechować przede wszystkim nauczycieli i polityków, podobnie jak drugi rodzaj, będący zdolnością wglądu w siebie. Że w życiu niekiedy występuje rozdział między dominującym u danej osoby rodzajem inteligencji, a realizowanym zawodem czy funkcją społeczną – to mamy to, co mamy.

Daleko odbiegła moja myśl od narysowanej przez Kasię żyrafy. Interesujące jest to, że niezwykle kształty tego zwierzęcia fascynują wiele dzieci. Jego długa szyja i bardzo wysokie nogi, niewielkie rogi na głowie pokryte owłosioną skórą, jak równie wyraziste przeżuwanie – wszystko razem przyczynia się do tego, że żyrafa jest „taka kosmiczna” (jak powiedział Kuba). Zresztą fascynuje nie tylko dzieci, bo chyba każdy dorosły zna płonącą żyrafę w wykonaniu Salvadora Dali. Co do dzieci, to chętnie ją obserwują i rysują, a Karusia kiedyś śniła, że żyrafa położyła swój łeb na jej poduszce. Nie było w tym nic dziwnego, bo jedna babcia Karusi mieszka w Afryce.

A ja widziałam chłopców, którzy w zabawie przebrali jednego spośród siebie za żyrafę. To było trudne zadanie, przy czym podstawowym rekwizytem była opleciona szalami szcotka do zamiatania, a do konstru-

owania łba posłużył futrzany kołnierzyk babci. Zanim dzieciaki wybiegły do ogrodu (bo żyrafa chciała zjadać łąkę z drzew), zagrożona była zwiśnięta z sufitu lampa. Jednak żyrafa okazała się ruchowo zgrabna. Najwidoczniej miała wysoki poziom inteligencji cielesno-kinestetycznej.

## WAKACJE I LODY

„Jakie masz życzenia na wakacje?” – zapytała babcia, a Boguś, rozchyłając ramiona, zawołał: „Dużo, dużo lodów!”

Dla wielu dzieci lody są „podstawowym daniem wakacyjnym” – powiedziała mama Jagusi i dodała: „niekoniecznie zdrowym, ale jaka żywność jest teraz zdrowa?” Jagusia wykorzystuje słowa swojej mamy, domagając się lodów przy każdej okazji. Zna różne ich smaki, ale najbardziej lubi... i tu wymienia wszystkie rodzaje lodów, jakie zna.

„Lodożercą” jest także Mariuszek, który domaga się „po jednej kulce w różnych kolorach”. Właściwie to dopiero na lodach nauczył się odróżniać kolory – twierdzi jego tata. Także Bartek (sześć lat) i Hubert (trzy i pół roku) „pożerają entuzjastycznie”. Ich mama mówi, że Bartek potrafi naraz zjeść trzy kulki, a chciałby więcej. Obaj chłopcy najbardziej lubią lody śmietankowe i gruszkowe.

Z kolei dwuipółletni Wojtuś mający jak na swój wiek

zadziwiająco bogaty słownik, liżąc loda, powiedział: „Ale pychotne zimno”.

A sześciolatnia Małgosia jest zdania, że „chyba jest takie prawo, które powinno obowiązywać, że w Dzień Dziecka je się lody”. Z kolei jej koleżdy sądzą, że takie prawo powinno obowiązywać przez całe wakacje.

Jest więc pomysł na uzupełnienie Karty Praw Dziecka.

Z lodami dzieci mają różne skojarzenia. Marysia mówiąc o lodach, myśli o nadmorskiej plaży, na której roznosiciel lodów wołał „lody dla ochłody”, a gdy był blisko niej, to dodawał: „i dla osłody”. Hubertowi lody kojarzą się ze śmietanką i z „zimnem w brzuszku”, a Bartkowi z „chmurką i lataniem”.

Małe dzieci niekiedy chcą swoimi lodami kogoś poczęstować i wcale nie łatwo jest im zrozumieć, że to niehigieniczne. „Dlaczego mój język jest <nie>...” znowu coś na <nie>... żalił się Filip, który nie znał wyrazu „higieniczne”. A Sebastian (dwa lata i siedem miesięcy) telefonując do babci, powiedział: „Babciu, mam loda!” I gdy w odpowiedzi usłyszał: „Daj polizać!” – przyłożył loda do słuchawki. Taki to dobry wnuczek.

Z lodami, oprócz radości, bywają i kłopoty. Bo lodami można poplamieć ubranie i to nie tylko własne. Niekiedy lody spadają na ziemię, a na

kolejne brak pieniędzy. Mogą też być powodem zazdrości i rozżalenia, kiedy inne dzieci je liżą, a samemu nie można. Latem można natrafić na dzieci proszące obcych ludzi na ulicy o pieniądze na lody. Jeżeli znajdują się one w pobliżu, dziecko otrzymuje loda wprost do rączki, co wydaje się dobrym rozwiązaniem sytuacji. Należy jednak zawsze zapytać dziecko, dlaczego prosi o lody i gdzie są teraz rodzice.

Czy liżąc lody, dziecko może się czegoś nowego dowiedzieć o świecie? Z całą pewnością jest to świetna okazja do wzbogacenia jego wiedzy, jeżeli rodzice albo wychowawca na kolonii zainteresują dzieci tym, co jest językowo powiązane z lodami. „Lodołamacz” – zainteresuje szczególnie chłopców, ale „lodowiec” – każde dziecko. Warto przy tej okazji powiedzieć o topnieniach lodowców, o globalnym ociepleniu. A także o zmianach klimatycznych i o odpowiedzialności ludzi za planetę, na której żyją. Także o tym, co każde dziecko może uczynić dla ratowania klimatu: oszczędnie używać światła elektrycznego, bo żarówki nagrzewają powietrze. Można też zachęcać dzieci do zabawy tematycznie z tymi zjawiskami powiązanej, do rysowania, do wymyślenia wierszyków.

Byłam kiedyś świadkiem lekcji, na której padło pytanie, co znaczy słowo „lodołamacz”. Dzieci miały różne pomysły, a na koniec nauczycielka zapytała: „A jak rozumiecie słowa <serce zlodowaciała z trwogi>?”. Klasa zamilkła, a zastanowienie się nad tymi słowami było zadaniem domowym.

Daleko odeszliśmy od lizania lodów. I nie zawsze i wszędzie należy dzieci uczyć. Najczęściej lody mają służyć tylko do lizania i sprawiania przyjemności. Jednak wakacje trwają długo, letnie wieczory też, w dodatku niekiedy pada deszcz. A dorosłym często brak tematu do rozmów z dziećmi. Dlatego proponuję myślową drogę od „loda” do „lodołacza” i jeszcze dalej.

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



FOT. KAROLINA KASPRZAK



Zbigniew M.  
Nowak  
KOŁOBRZEG

# Szczygieł(53)

**W**łodek zbliżył się do niego. – Spróbuj sam się odwrócić. Nie bój się, w razie czego cię złapię.

Zaczął obrót od stanięcia przodem do poręczy po lewej stronie. Chwytał ją oburącz i kiedy poczuł się pewniej, lewą rękę przełożył na drugą poręcz. Wytrzymał chwilę i odwrócił się. Znow miał przed sobą całą długość bieżni.

– Udało się!

– Chyba główną barierą był strach, że upadnę – analizował i już kroczył dalej.

– Jeszcze parę takich samodzielnych zwrotów i oswoisz się, nabierzesz pewności.

– Poradzę sobie.

– To rozumiem.

Obszedł poręcz i stanął za Hubertem. Chwytał go za biodra i sprawdził, jak bardzo są stabilne.

– Powinieneś bez problemu zrobić jeszcze kilka nawrotów – rzekł, schodząc z bieżni pod zewnętrzzną poręczą.

– Najważniejsze to dojść do końca.

Zaśmiał się i energicznie zartał ręce.

– Wiesz, jak to jest – powiedział. – Przejdziesz połowę, później resztę... – Włodek rzucił ukradkowe spojrzenie w stronę korytarza. – Gdzie ten stary?

– Profesor?

– Pewnie znowu gdzieś tnie komara.

– Jest taki nierówny. Czasem jak infantylne dziecko, a czasem rozumny i mówi niczym mędrzec.

– Co chcesz. Uraz mózgu... Myśli w jego głowie robią, co im się żywnie podoba. Raz pojawiają się, innym razem giną gdzieś bez śladu.

– Rzeczywiście jest profesorem?

– I to prawdziwym... podobno sławą w swojej dziedzinie.

– Jakiej?

– Jest briologiem.

– Briologiem?

– Badał leśne krzaki.

Kiedy siostra Alicja wprowadziła profesora na salę, Włodek klasnął w dłonie.

– Co tak późno dzisiaj! – zawołał. Wychylił się przez poręcz i rzucił do Huberta: – Będę musiał zostawić cię teraz na chwilę.

– Jasne, no problem – zgodził się. Przeszedł ponad połowę bieżni i teraz stanął na chwilę.

– Zapraszam do UGUL-a, panie profesorze! – Włodek ruszył w jego stronę.

– Znow chcesz mnie wsadzić do klatki? – zaskrzeczał starzec.

– Tygrysy tego nie lubią, co?

– Nawet małpy tego nie lubią.

– To ja idę przygotować panu owoce – oświadczyła siostra Ala.

– Dbają tu o profesora, aż zażłość chwytą. Lubią pana.

– Ta! Srały konie w maratonie. Córka dała komuś w łapę, żeby tak mnie tutaj tresowali.

Hubert spojrzął przed siebie. Do końca bieżni były jeszcze trzy metry. Nie czekał dłużej, zaczął kroczyć dalej. Na sali panował ruch. Wszystkie stanowiska były zajęte. Przy stołach stały fizjoterapeutki. Było głośno. Za głośno, zdecydowanie. Chłopak bez prawego podudzia ćwiczący na atlasie, umięśniony jak atleta, rytmicznie trząsał opuszczanymi ciężarami. Co kilka sekund niczym uderzający kafar generował huk, który nieprzyjemnym impulsem wibrował w okolicy kości krzyżowej.

„Z pewnością na sali przydałaby się muzyka – Hubert mówił do siebie w duchu. – Taka jak w Instytucie”.

Zastanawiając się, czy ośrodek byłoby stać na odpowiedni sprzęt, dotarł do końca bieżni. Rozejrzał się. Włodek w UGUL-u jeszcze podwieszał profesora. Postanowił wobec tego, że samodzielnie wykona zwrot w tył. Jak poprzednim razem stanął przodem do barierki, którą miał po lewej stronie i przełożył lewą rękę na drugą. Wykonał zwrot... Łomot, który powstał przy upadku, zagłuszyły uderzenia na siłowni. Poza chłopakiem z atlasa, który przyglądał się jego poczynaniom, nikt nie zauważył katastrofy. Chłopak trzasnął puszczone ciężarami i zawołał w stronę magistrów.

Pierwsza zareagowała dziewczyna stojąca tyłem do pozostałych, która pocila się, wspomagając siady młodzieńkiej pacjentki. Kiedy podbiegła, Hubert już siedział z wyciągniętymi nogami. Po jego czole spływała czerwona strużka.

– Nic ci nie jest? – spytała. – Rozciąłeś sobie czoło.

– Uderzyłem chyba o tę metalową tuleję – powiedział, dotykając rany palcami. Był cokolwiek zamroczony i nie do końca rozumiał, co się wokół niego dzieje.

– Masz, przyłóż sobie – dziewczyna podała mu kilka wyjętych z kieszeni gazików.

Przyłożył je do czoła.

– Pokaż. – Ujęła jego głowę i obróciła do światła. – Głęboka rana? – Przymrużyła oczy. – To tylko otarcie – rzekła. – Krwawi, ale do wesela się zagoi. Chyba nie jesteś już żonaty? – uśmiechnęła się ujmująco.

– Żyjesz? – usłyszał głos Włodka, który niespodziewanie wyłonił się zza pleców dziewczyny.

– Wyłożyłem się jak długi – odparł, przyciskając do czoła gaziki. Czuł, że rana zaczyna puchnąć.

– Rozbił sobie czoło – powiedziała fizjoterapeutka. – Obejrzyj go – poleciła, wracając do swojej pacjentki.

Włodek nachylił się nad nim.

– W porządku?

– Raczej tak... Zwykły upadek. Nawet się cieszę. Coś normalnego, jak za dawnych lat. Posiedzę trochę, a potem pozbięram się i dokończę kolejkę.

– Dobra. Posiedź, a ja skończę podwieszać profesora, bo zaraz smyci mnie tu przy wszystkich. Moment i jestem u ciebie.

Hubert oparł się o słupek poręczy i swobodnie wyciągnął nogi. Sytuacja na sali wróciła do poprzedniego stanu. Znow uderzenia ciężarów atlasa rytmicznie wbiły się w uszy pneumatycznym tłokiem. Ćwiczący chłopak nie przejmował się hałasem. Nie spowalniał w ostatniej fazie ruchu, żeby go ściszyć. Przeciwnie, jeszcze bardziej akcentował każdą gwałtowniejszymi pociągnięciami, najwyraźniej upajając

się hukiem. Zgrzany już mocno, zdjął koszulkę, odsłaniając wspaniale wyrzeźbiony tors. Hubert musiał przyznać w duchu, że sam ćwiczy podobnie, że mocuje się z atlasem siłą tym większą, im głośniejszy jest grzmot opadającego żelaza. Jakby jedno potęgowało drugie i było nieodłącznym jego warunkiem.

Spojrzał w stronę stołów. Włodek i obie dziewczyny były zajęte stawianiem połowicznie sparaliżowanego mężczyzny. Profesor podnosił lewą rękę, ciągnąc za sznurek prawą. A on? Nikt nie zwracał na niego uwagi, nikt go nie widział. Czy kogoś w tej chwili obchodził? Czy komuś teraz zależało na nim? Komuś poza nim samym?

„Czy ja tutaj w ogóle interesuję kogoś? – myślał. – A jeśli, to czy zainteresowanie wykracza poza ramy zawodowej ciekawości nietypowym przypadkiem? Czy jestem dla nich coś wart jako ja, czy jedynie pozostaję obszarem działań warunkującym ich zarobki? Ich dochód i standard życia? Może jestem jedynie matematycznym ułamkiem ich pensji? Współczynnikiem w tabeli płac? Albo szczeblem w drabinie kariery i uzasadnieniem istnienia ośrodka jako miejsca ich pracy?”

cdn.



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

# Były duchy i wampiry

**W** tym roku nasz kierownik wraz terapeutami zorganizowali nam Halloween. Było trochę strasznie i mrocznie, ponieważ byliśmy poprzebierani.

Była sztuczna krew, były duchy i wampiry. Mieliśmy maski, stroje i przebrania. Był słodki poczęstunek, wszystko odbyło się w „Iskrze” i było bardzo fajnie. Paweł miał super maskę, którą wszystkich rozśmieszał. Pan Marcin robił nam zdjęcia na pamiątkę. Pozostały nam wspomnienia i zdjęcia. Czekamy na Halloween za rok.

FILIP GRZEŚ  
UCZESTNIK ŚDS „ISKRA” W POZNANIU



# Wizja świata za sto lat

**W** listopadowym wydaniu „Filantropa” (str. 3) ukazało się omówienie Karoliny Kasprzak wojewódzkiego etapu konkursu „Sztuka Osób Niepełnosprawnych”, pod tytułem „Świat za sto lat”, którego organizatorem jest Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Wielkopolska gala podsumowująca dwudziestą edycję konkursu odbyła się, przypominamy, 20 października w Muzeum Leśnictwa w Gołuchowie, w powiecie pleszewskim. Wręczono nagrody, wyróżnienia, upominki.

Tym razem w grudniowym wydaniu „Filantropa” prezentujemy konkursowe dokonania uczestników i terapeutów Warsztatu Terapii Zajęciowej w Wiardunkach, gmina Ryczywół. **MB**

\*

Na uroczystej gali konkursu „Świat za sto lat” Warsztat reprezentowała Katarzyna Dorociak, która zdobyła zaszczytne drugie miejsce w konkursie plastycznym. Uczestniczyły też: podopieczna Patrycja Gularska oraz instruktorki: Bożena Oleksy i Joanna Bedyńska. W ich pracowni i pod ich opie-

ką powstawało konkursowe dzieło.

Wojewódzka komisja konkursowa przyznała naszej uczestniczce drugie miejsce w kategorii tkanina i aplikacja. Przy wyborze prac zwracano uwagę na kreatywność i indywidualne podejście do tematu. Konkursowa praca Katarzyny Dorociak została wykonana z kolorowych tkanin, przy wykorzystaniu różnorodnych technik. Uczestniczka samodzielnie ręcznie naszyła wszystkie aplikacje. W przedstawionym przez Katarzynę „Świecie za sto lat” rośliny mają głowy, ręce i nogi, a przy zachodzie słońca zaczynają tańczyć. Wesołe zwierzęta z jej obrazu szybują w chmurach, a domy poruszają się na gąsienicach, zmieniając miejsce postoju. Wszystko wiruje i wygina się w rytm muzyki.

Organizatorzy przygotowali wspaniałe upominki dla wykonawców prac. Podczas wydarzenia goście mieli okazję posłuchać występu na żywo Regionalnego Zespołu Pieśni i Tańca „Tursko”. Zaproszono wszystkich na poczęstunek i zwiedzanie z przewodnikiem zbiorów Muzeum Leśnictwa.

Jubileuszowa edycja konkursu okazała się dla nas szczęśliwa. Dziękujemy organizatorom, że na tle tylu pięknych prac, wyróżnili twórczość naszej zdolnej uczest-

niczki. Mamy nadzieję, że jej wyobrażenie „Świata za sto lat”, pełnego kolorów, muzyki, tańca i radości – spełni się.

SARA KABAT



FOT. ARCHIWUM WITZ W WIARDUNKACH



FOT. KAROLINA KASPRZAK

# Zagubienie? Słońce pokaże drogę.



A.M. Krystosik  
Gromadzińska  
SZCZECIN

**C**zasami przychodzi „zagubienie”. Nieprzespane noce z powodu dolegliwości Pawła, wyjazdy na badania do odległych miast, piętrzące się zaległości w szkole i pracy również z powodu powracających jak bumerang infekcji, poczucie braku możliwości zmiany sytuacji na lepszą, powodują, że czasami zaczynamy się gubić w codzienności, która przytłacza.

Codziennosc przytłacza Pawła, bo liczba bieżących i zaległych sprawdzianów oraz tych, które trzeba poprawić, zaczyna być dwucyfrową. Partie materiału mieszają się w czasie. Dni coraz krótsze, jesienna pogoda nie nastraja do nauki, a jak grzyby po deszczu rosną nowe tematy do przeczytania i zrozumienia, stare do powtórzenia.

– A jak boli brzuch, noga, ciśnienie skacze? Jak mam się skupić, jak mam się uczyć? – pyta Paweł. Jest już zmęczony swoim gorszym samopoczuciem, brakiem siły, pomimo dobrych wyników badań laboratoryjnych.



Zamyślenie.

Codziennosc przytłacza rodzica, bo jadę do pracy zostawiając Pawła samego na jakiś czas z tym wszystkim. Musi o siebie zadbać, a ja i tak nie przestaję się martwić. O świcie gotuję obiad, potem pędzę na zajęcia do pracy, w międzyczasie realizuję z Pawłem jego program szkolny, gdy musi zostać w domu. Nie umiem już rozwiązać każdego zadania, nie pamiętam wiadomości z geografii, historii. Próbuję zrozumieć, wytłumaczyć, a dni zdają się kurczyć, czasu wciąż jest za mało.

Gdy Paweł jest w szkole, pisze do mnie. Zazwyczaj źle się czuje. Ledwo daje radę przetrwać wszystkie zajęcia. Tylko czasami wychodzi ze szkoły uśmiechnięty. Na razie zbyt rzadko. Zazwyczaj powłóczy nogami, zmęczony i zniechęcony.

Ale musi chodzić do szkoły. Jeżeli tylko zdrowie pozwoli, będzie chodził. Musi mieć kontakt z „normalnością”, musi uczyć się relacji międzyludzkich, musi uczyć się radzić sobie z niepowodzeniami i cieszyć się z sukcesów, nawet tych najmniejszych. Szkoła powoduje stres, ale jest też na niego lekarstwem. Wiele rzeczy trudno przychodzi, ale myślę, że z czasem się ułożą. Paweł musi zbudować w szkole swoją pozycję, dać się poznać również nauczycielom. Gdy zacznie się angażować w życie społeczności szkolnej, poczuje się jej częścią. Może w końcu chorować będzie mniej, a każdy tydzień obecności na zajęciach nie będzie przeplatany dwoma spędzonymi w domu z powodu choroby. Tą nadzieją się karmimy.

Na razie Paweł denerwuje się, że nie może sobie poradzić w szkole. Ja jadę do pracy i denerwuję się, że coraz trudniej jest mi wszystko ogarnąć. Gubimy się w codzienności. Czy będzie kiedyś normalnie? Czy będzie spokojniej? Kiedy?

Nie śpię w nocy. Myślę. Myślę, co zmienić. Jak pomóc Pawłowi. Paweł nie śpi w nocy. Martwi się, jak sobie da radę. Szukamy pomocy na zewnątrz. Nie od razu dobrze trafiamy. Po

pierwszych spotkaniach ze specjalistą Paweł wcale już nie śpi. Stres osiąga apogeum. Po rozmowie z korepetytorem, który odkrywa przede mną otchłanie zaległości Pawła, nie mogę sobie znaleźć miejsca.

Co się stało? Dlaczego tak się zagubiliśmy?

Może to przez dwa lata pandemii w izolacji i rok walki o nową nerkę? To w końcu prawie trzy lata wyrwane z życia. Z życia każdego z nas. Jak ten czas nadrobić? Szukam gorączkowo sposobu. Zaległości narastają. Jak z nich wyjść? Rozważamy już nawet pozostawienie Pawła na jeszcze jeden rok w tej samej klasie, by na spokojnie nadrobił zaległości. Ale on nie chce nawet o tym słyszeć...

Myślę, że nie tylko my mierzymy się z takimi problemami. Przewlekłe choroby, ich zaostrzenie lub komplikacje powodują, że codzienność ląduje na dalekim planie. Ale potem trzeba do niej wrócić. Nie jest to proste, bo wiele ograniczeń pozostaje. Nie można po prostu robić wszystkiego tak, jak wcześniej.

Może więc trzeba zmienić rzeczywistość wokół siebie? Ale to chyba jeszcze trudniejsze niż chodzić, nawet potykając się co chwilę, utartymi szlakami. Przez prawie trzy lata wiele się zmieniło. Przede wszystkim zmieniły się relacje. Szczególnie w otoczeniu Pawła. Nowa szkoła, wszystko nowe.

Na pewno coś można zrobić, tylko jeszcze nie wiem co, i w jaki sposób.

Przecież inni sobie jakoś radzą. Jacy inni? Czasami stawiamy sobie pytanie: częścią którego świata jesteśmy? Czy powinniśmy skupić się na relacjach z rodzicami chorych przewlekłe dzieci i wśród nich szukać dla Pawła kolegów? A może wręcz odwrotnie, zabiegać o znajomości z osobami, które wolne są od takich problemów? Jesteśmy gdzieś pośrodku. Tak jak byśmy nie należeli do żadnego z tych światów. Raz w jedną, raz w drugą stronę, próbujemy stawiać kroki.

Dzisiaj śnieg przykrył cały nasz mały świat. Spadł pierwszy raz



Bez troskie kamienie.

FOT. (2X) ARCHIWUM RODZINNE

tej zimy. Może to dobry nowy początek? Jakiś znak z nieba? Można zacząć od czystej, białej kartki. Poszarzałe jesienne krajobrazy zmieniły się, jak za dotknięciem czarodziejskiej różdżki, w białe, czyste przestrzenie. Może właśnie dziś znaleźliśmy się w punkcie „0”? Czas wypłynąć na szersze wody. Słońce pokaże drogę!

Rozświetli swoimi promieniami i pozwoli zobaczyć ją z innej perspektywy. Może potrzeba więcej odwagi. Może nawet trzeba się trochę mniej wszystkim przejmować. Trochę mniej się martwić. Nasz ład gdzieś jest. Może trzeba żeglować po wzburzonej wodzie, ale „Czas nareszcie wyruszyć gdzieś stąd”. Czas poczuć się jak ryba w wodzie. Nawet gdy wiele oczu wokół bacznie się nam przygląda.

Wszystkim, którzy wracają ze świata, w którym choroba musiała być na pierwszym miejscu przez długi czas, wszystkim który szukają swojego nowego miejsca, którzy próbują dopasować zmienionego siebie do rzeczywistości, która też się zmieniła, życzymy wiele wytrwałości. Niech słońce Wam świeci! Wyruszajcie! My próbujemy! Któryś już raz z kolei. Ile jeszcze początków przed nami? Pewnie wiele.

# Radość wypieków rogalii

**11** listopada w Warsztacie Terapii Zajęciowej „Pomost” świętujemy nie tylko rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości, ale też celebруем imieniny Świętego Marcina. W związku z tym już 21 października, jak co roku, odwiedziliśmy poznańskie Muzeum Rogala.

Mistrz kucharz opowiedział

nam o tradycji poznańskich świętomarcińskich rogalii z białym makiem i poprowadził nasze warsztaty tych wspaniałych wypieków. Ubraliśmy fartuchy i czapki kucharskie i razem z prowadzącym zrobiliśmy ciasto, nakładaliśmy farsz i poznaliśmy technikę zawijania rogalii.

Było dużo radości i śmiechu, a także dzielenia się

wiedzą, bo zostaliśmy przepytani ze znajomości gwary poznańskiej. Sam prowadzący był bardzo wesołym człowiekiem, który dodał uroku całemu wydarzeniu! Na koniec obejrzelśmy krótki film o legendzie opowiadającej o Świętym Marcynie, który dawno, dawno temu, podzielił się swoim płaszczem z ubogim człowiekiem,

a także oddał mu część swojego rogalia.

To był wspaniały dzień z ogromem wrażeń. Wizyta w muzeum została zwieńczona oglądaniem trykających się koziołków na poznańskim ratuszu, równo o godzinie 12 w południe!

KATARZYNA  
NAPRUSZEWSKA  
UCZESTNICZKA W TZ „POMOST”





# Pielegnowali ogród, pomagali osobom starszym

**W** listopadzie podpisaliśmy umowę ze Spółdzielnią Socjalną „Wykon” z Pobiedzisk w sprawie organizowania nieodpłatnych praktyk zawodowych dla naszych uczestników. Już zaczęli pierwsze działania wraz z instruktorem zawodu Joanną Pelczyk-Zielińską.

Uczestnicy pomagali w pielęgnacji ogrodu w Czachurkach oraz robieniu zakupów

dla osób starszych w markecie i aptece. Praktyki mają na celu zwiększenie niezależności uczestników, nabywanie nowych i doskonalenie już posiadanych umiejętności oraz przygotowanie do wejścia na rynek pracy. W ramach zadań będą wykonywane usługi opiekuńcze, ogrodowe i porządkowe.

EDYTA SOSNOWSKA  
WTZ W POBIEZISKACH



# Lisek Ibisek

**F**undacja im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ powitała nowy rok szkolny nowymi materiałami edukacyjnymi. Po ubiegłorocznym sukcesie opowiadań o Lisku Ibisku, który pomaga dzieciom lepiej zrozumieć świat, powstały trzy filmy video.

Podopieczni i pracownicy Fundacji tłumaczą, na czym polega rehabilitacja i dlaczego jest ważna w życiu osób z niepełnosprawnością. Przybliżają problem barier architektonicznych oraz pokazują, jak osoby na wózkach uczą się pokonywać przeszkody w terenie. Ostatni film to spotkanie z koszykarzami na wózkach, którzy opowiadają, jak ważny jest sport i że na wózku też można zdobyć mistrzostwo Polski w koszykówce!

– Lisek Ibisek jest częścią drużyny PODAJ DALEJ, która każdego dnia uczy wrażliwości, pokazuje, że są wśród nas osoby, które poruszają się na wózkach, z białą laską albo które zamiast mówić do siebie – migają. To bardzo ważne, aby od najmłodszych lat oswajać dzieci z tematem niepełnosprawności, wytłumaczyć im na czym niepełnosprawność polega, pokazać ogromny potencjał, jaki

mają w sobie osoby z niepełnosprawnościami i sukcesy, jakie odnoszą – podkreśla Zuzanna Janaszek-Maciaszek, prezes Fundacji PODAJ DALEJ.

Bezpłatne materiały i scenariusze lekcji do pobrania są dostosowane dla uczniów klas 1-3 szkoły podstawowej opracowała przez Anna Rosiak-Walczak. Można wejść na <https://liseki-bisek.pl>. Tu w zakładce POBIERZ>DLA NAUCZYCIELI znajdziesz materiały do pobrania. Są to publikacje w PDF (scenariusze podlegają licencji Creative Commons „Bez utworów zależnych”) oraz filmy edukacyjne do obejrzenia na kanale YouTube.

3 grudnia obchodziliśmy święto Międzynarodowego Dnia Osób Niepełnosprawnych. Można było pobrać materiały i przeprowadzić lekcje. Na stronie <https://liseki-bisek.pl> można było pobrać kolorowe opowiadania w języku polskim i ukraińskim. Można też było odsłuchać ich w formie nagrań. Wystąpili podopieczni i wolontariusze Fundacji PODAJ DALEJ!

Więcej o działaniach Fundacji im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ oraz #LisekIbisek na: [www.facebook.com/Fundacja-PodajDalej](http://www.facebook.com/Fundacja-PodajDalej) NA

**O**bachodom Narodowego Święta Niepodległości w Warsztacie Terapii Zajęciowej w Dusznikach towarzyszyły barwy i symbole państwowo. Na początku odśpiewano hymn narodowy i przypomniano informacje na temat Polski oraz narodowego święta. Obejrzano prezentację multimedialną i wysłuchano audycji o św. Marcinie i rogalikach.

Następnie uroczyste wywieszono flagi na budynku, po czym spacerem udano się pod pobliski pomnik. Uczestnicy z terapeutami poszczególnych pracowni zapalili znicze i oddali cześć lokalnym bohaterom. Nie zabrakło wspólnego świętowania przy kawie i rogalikach.

REMIGIUSZ PRZEWOŹNY



FOT. ARCHIWUM FUNDACJI „PODAJ DALEJ”

FOT. KAROLINA KASPRZAK

# Święto Niepodległości



**FILANTROP NASZYCH CZASÓW**

Miesięcznik

**ZESPÓŁ REDAKCYJNY:**

Marcin Bajerowicz – redaktor naczelny,  
Karolina Kasprzak – zastępca redaktora  
naczelnego, Krystian Cholewa,  
Agata Krystosik-Gromadzińska,  
Marcin Kaczyński, Marek Kalbarczyk,  
Zbigniew Nowak, Andrzej Rossa,  
Agata Sierota, Jerzy Szulc.

**ADRES REDAKCJI:**

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

**WYDAWCA:**

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

**KONTO:**

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

**DRUK:**

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

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

Za treść reklam i ogłoszeń  
redakcja nie ponosi odpowiedzialności.

Nakład: 2.000 egzemplarzy.



Jerzy  
Szulc  
WARSZAWA

**OFIARNOŚĆ**

Rzekł żółw do ślimaka:  
Władz na mnie, sąsiedzie,  
Uciekajmy z szosy,  
Bo samochód jedzie.

**FIKOŁEK**

Wypij, jeszcze się  
Taki nie narodził,  
Co by mu jeden  
Kieliszek zaszkodził.

**BANDYTYZM**

Nie zrób kuku bandycie,  
Trzymaj ręce z dala,  
Bo trafisz do pierdla,  
A on do szpitala.

**POMYSŁY**

Nie myśl zbyt głośno,  
Dzielny zuchu,  
Kiedy cię mają  
Na podsłuchu.

# Fraszki

**BUFON**

Był efektywny,  
Lecz w afekcie  
Doznał defektu  
Na intelekcie.

**CHOROWITY**

Natychmiast wyzdrowiał,  
Nawet zwrócił leki,  
Gdy mu pokazali  
Rachunek z apteki.

**ZALEWAJKA**

Kto ma dobre serce,  
Też zawały miewa.  
Bo zła tyle wokół,  
Że go krew zalewa.

**SLALOM**

Jedno bydlę pijane  
Za kierownicą  
Prowadzi zygzakiem  
Sto koni ulicą.

**KONOWAŁY**

Jaka ich płaca,  
Taka ich praca.  
Hipokrates w grobie  
Się przewraca.

**IDYLLA**

Spokój, cisza błoga,  
Sielanka prawdziwa.  
Siódmy dzień teściowa  
Już się nie odzywa.

**NIEOBLICZALNI**

Dwoją się i troją  
Zajęci karierą,  
A jednak rośnie  
Im na mniej niż zero.

**WINOBRANIE**

Grosik do grosika,  
Grosik od frajera,  
Aż się na całego  
Sikacza uzbiera.



# Czy wyćpić ławeczki precz?

**N**a naszym podwórzu jest- ta ławeczka, na której w ciepłe dni siadają sobie kobicka. Istne szpiczują, kto wchodzi i wychodzi zez sini i obrabiają gó jynzorami. Styndy pytanie:

– Czy ławeczka jestta potrzebna?

Jedno wiara godo, że tak, a inno, że nie.

Nosz problem to ziarno- ko pieprzu. Naczelnio Admini- strancja w kraju zacza propa- gować konstrukjom ławeczek patriotycznych, inacyj – „ławec- czeczek w kastach”. Zostały one zrobione wew winkszych miastach. Trzebno dodać, że urzyndasy wymyśliły tyż, regulamin korzystania zez tego sprzynu.

Dejma na to, zez ławki moż-

na ino korzystać wew pozy- cji siedzuncej, nie wolno przy- tulać kejterków, zabroniune jest tyż polenie ćmików i picie oko- wity. Zakazów razem pietnaście. Niewiada, czy przepisy nie roz- ciungnom na wszystkie ławki w kraju.

Styndy Wom opowimy, co zdarzyło sie naszym znajóm- kom wew Poznaniu. Zdzichu i Michu robiom jako baniorze na kolei, cheba kole trzydziestu lot. Jednom razem wew Poznaniu wracali zez uroczystych imnie- nin i toštali się na dworzec kole- jowy wew Poznaniu, żeby ja- chać do Gniezna. Cheba mieli le- kujtko wzinte, bo się cholybali. Tak jeim wyszło, że bez pomył- ke wtoštali się do kasty zez ławeczkom. Wydawało się onym, że weszli do bany i zaccli nynać.

Po pół godzinie Zdzichu brdynk- nył do Micha:

– Łotwórz okno, opuść szybe i kikinij czy nie stoimi pod sygna- lem.

Michu wyciungnył szyje jak jaki gonsiór i mruknył:

– Sygnału nie widać, winc cheba stoimy gdzieś wew polu.

Po tym oba wpadli w śpik i dopiero po godzinie doszli do wniosku, że się pomelili i nie siedzom wew banie. Dojachali zaś dryndom na dworzec głów- ny. Wew Gniżynie byli po trze- cij rano i dotoštali się na ulice Mickiewicza. Obadwa mieszka- li wew blokach kolejowych od dziecinstwa.

I tu zaccli się bachandry- je (awantury). Jeich kobicka wy- zwiały onych od ochlapusów i ław- tyndziorzy (próżniaków). Dys-

kusje były tak głośnie, że pół uli- cy Mickiewicza i Mieszka I, które- ne są położone przy gamaji, to lokatory jeich nie spali do rana.

My zaccliom dyskusje zez ciot- kom Adelom. Ryniu nosz magi- sterek przypomnył, że w staro- żytnej Grecji na agorze (centrum miasta), Ateńczyki nie mieli ławek. Uwożali, że siedzynie spo- walnia myślenie.

– Styndy – powiedziała Adela – może normalne, wygodne ławki niech pozostanom, ale takie wykombinowane trzebno wy- ćpić.

Tero tyż wiymy, czymu atra- mynciorze tak wolno myślom. No bo cołkie dnie ino siedzom na półzytach.

– To zaś spowalnia myślenie – dokonczyła ciotka Adela.

BOLECH ZEZ CIERPIENGÓW



# JAMNIKOWE KOŁOROWANKI



Pokoloruj obrazek według wzoru.

# Bezcenne chwile

**W** tym miesiącu przypadają święta Bożego Narodzenia. To szczególnie czas, w którym powinniśmy pamiętać o ludziach potrzebujących pomocy. Te święta nie dla każdego będą radośne. Samotność i pustkę będą wyjątkowo dotkliwie odczuwały osoby, które w 2022 roku straciły bliskich.

Okażmy im ciepło i serdeczność, zaprosimy do swojego domu na wigilijną wieczerzę, a w szczególności wspierajmy w ciągu roku, w zwykłe dni. Zapukajmy do sąsiadów: może ktoś potrzebuje jedzenia, a nie ma odwagi o nie poprosić?

Na każdym etapie życia święta przeżywamy inaczej. Będąc dzieckiem zawsze z niecierpliwością wyczekiwałem gwiazdora, który przynosił prezenty.

Teraz, gdy jestem dorosły, upominki nie mają dla mnie znaczenia. Najważniejsze są relacje z bliskimi, wspól-

nie spędzany czas przy wigilijnym stole, dzielenie się opłatkiem, śpiewanie kołęd, uściski, rozmowy. To bezcenne chwile, których nic nie zastąpi.

Święta Bożego Narodzenia to tradycja, która kulturowana jest wśród wyznawców różnych religii, nie tylko rzymskokatolickiej. Obchodzą je między innymi również osoby wyznania prawosławnego, kościoły wschodnie (głównie cerkiew greckokatolicka).

Redakcji i czytelnikom miesięcznika „Filantrop Naszych Czasów” życzę zdrowia, spokoju, niezapomnianych spotkań z bliskimi, a w Nowym Roku 2023 spełnienia marzeń, sukcesów, radości oraz przyjaciół, którzy nie opuszczą w trudnych chwilach.

KRYSTIAN CHOLEWA



FOT. ARCHIWUM AUTORA

## Wybrałem się do Czech

**17** października tego roku wybrałem się na jednodniową wycieczkę do miejscowości Rejviz. To część miasta Zlaté Hory, położona około 10 kilometrów na północny wschód od miejscowości Jeseník (czes. Jeseník) w Czechach, na wysokości 750 – 899 m n.p.m., przy granicy z Polską. Historycznie położona na Śląsku. Przed wyjazdem zaopatrzyłem się w korony (korona to waluta naszych południowych sąsiadów), za które mogłem uiszczać opłaty w Republice Czeskiej.

Trasa do osady Rejviz, czyli narodowego rezerwatu przyrody, wiodła przez kręte asfaltowe drogi. Udało mi się bezpiecznie dotrzeć do celu. Zaraz po przyjeździe na miejsce zobaczyłem zabytkowe domy. Następnie wybrałem się nad wielkie jezioro torfowe. Trasa wio-

dła przez las, jednak dzięki kijkom nordic walking nie miałem z pokonaniem jej najmniejszego problemu, gdyż teren nie był stromy. Po przejściu 1,5 kilometra dotarłem do celu.

Przed oczami ujrzałem wielkie czarne jezioro, a to za sprawą torfu. Miałem wrażenie, że jestem w Zakopanem nad morskim okiem. Cisza, spokój i promienie słoneczne pozwoliły mi zapomnieć o troskach dnia codziennego. Po półgodzinnym odpoczynku, spożyciu posiłku i uzupełnieniu płynów wyruszyłem w trasę powrotną. Od dawna interesuję się kulturą naszych południowych sąsiadów. Ta jednodniowa wycieczka wzbogaciła mnie o nowe doświadczenia i lepsze poznanie kuchni czeskiej.

KRYSTIAN CHOLEWA

**DRUKARNIA**

**KOM - DRUK**

- DRUK DO FORMATU B2
- ULOTKI i PLAKATY
- WIZYTÓWKI
- KSIAŻKI
- FOLDERY
- KALENDARZE
- SZTANCOWANIE
- PROJEKTOWANIE GRAFICZNE
- DRUK OFFSETOWY I CYFROWY

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



# **NEUROLOGICZNY NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ**

## **CENTRUM LECZENIA STWARDNIENIA ROZSIANEGO OŚRODEK BADAŃ KLINICZNYCH**

**im. dr n. med. HANKI HERTMANOWSKIEJ**

- ✓ badania kliniczne w zakresie chorób neurologicznych i psychicznych
- ✓ kompleksowe, monitorowane leczenie stwardnienia rozlanego
- ✓ kompleksowe, monitorowane leczenie choroby Alzheimera
- ✓ kompleksowe konsultacje neuropsychologiczne
- ✓ konsultacje neurologiczne – trudne diagnostycznie zaburzenia i objawy neurologiczne: diagnostyka różnicowa, opracowanie programu leczenia, monitorowanie przebiegu choroby
- ✓ borelioza i zakażenia odkleszczowe w chorobach neurologicznych – diagnostyka i leczenie
- ✓ konsultacje psychiatryczne – diagnostyka, leczenie, porady
- ✓ konsultacje dietetyczne – diagnostyka, opracowanie planu żywienia



Zapraszamy:

**62-064 Plewiska, ul. Fabianowska 40**

Rejestracja telefoniczna (poniedziałek–piątek w godz. 10.00–16.00):

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

e-mail: [neurologiczny.nzoz@gmail.com](mailto:neurologiczny.nzoz@gmail.com)

[www.hertmanowska.pl](http://www.hertmanowska.pl)