

PISMO RUCHU TWÓRCZEGO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

FILANTROP

n a s z y c h c z a s ó w

Nr (338) 1 • Poznań • styczeń 2023 • Nr indeksu 327948 • ISSN 1231-8876

**Na zdjęciu Jan Lis, uczestnik WTZ w Swarzędzu,
w towarzystwie Mikołaja. Więcej w artykule
„Święty Mikołaj bez różgi”. Str. 4 i 5**



FINANSUJĄ



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych



POWIAT
POZNAŃSKI

PATRONUJE



W NUMERZE:

- Aniołowie
odrobili lekcję**
str. 6 i 7
- Chrystus
rodzi się w sercu**
str. 12
- Tu powstało
państwo polskie**
str. 24 i 25
- Groźna,
bolesna choroba**
str. 28
- Zbiór wielkich gwiazd**
str. 30 i 31
- Wyspa marzeń**
str. 34
- Pomaganie jest super**
str. 37
- U smoka wawelskiego**
str. 40
- Kón upomnył kuczera,
wej!**
str. 45
- Dla nas dzisiaj
świat się zatrzymał...**
str. 46

Pokonywać bariery

Prawo do dostępności przestrzeni publicznej oraz różnego rodzaju usług powszechnych jest podstawowym prawem każdego człowieka. Doświadczenia osób ze specjalnymi potrzebami wynikającymi z niepełnosprawności pokazują, że w tej kwestii jest jeszcze wiele do zrobienia, zaś kluczową sprawą jest edukacja, tak w zakresie właściwych zachowań w kontakcie z osobą z niepełnosprawnością jak i w temacie dostępności. Rozmawiano o tym 12 grudnia 2022 roku w Sali Sesyjnej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Wielkopolskiego podczas wydarzenia pn. „Dostępność prawem człowieka. Inspiratorium”.

Organizatorem spotkania był Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Poznaniu będący jednostką organizacyjną Samorządu Województwa Wielkopolskiego. Udział wzięli przedstawiciele instytucji pomocy społecznej z terenu Wielkopolski – powiatowych centrów pomocy rodzinie, ośrodków pomocy społecznej, domów pomocy społecznej, klubów seniora czy organizacji pozarządowych zrzeszających osoby z niepełnosprawnościami. Doświadczenia prelegentów w temacie dostępności miały zainspirować do poczynienia zmian w lokalnych społecznościach w tym aspekcie. Wydarzenie związane było z przypadającym 10 grudnia Międzynarodowym Dniem Praw Człowieka.

– Międzynarodowy Dzień Praw Człowieka to szczególna okazja, aby powiedzieć, czym tak naprawdę te prawa są. Chodzi o to, aby każdy człowiek czuł się dobrze w przestrzeni publicznej i aby ta przestrzeń była dla niego w pełni dostępna. Szczególną uwagę zwracam na proces edukacji, ponieważ nigdy nie jest za późno, abyśmy się uwrażliwili. Nigdy dość mówienia o tym jak ważna jest dostępność i jak wiele od nas samych w tej kwestii zależy – podkreśliła Paulina Stochniałek, członkini Zarządu Województwa Wielkopolskiego.

Z kolei Marta Mazurek, koordynatorka dostępności w UMWW i ROPS, zwróciła uwagę, że dyskryminacja ze względu na niepełnosprawność to pogwałcenie godności człowieka. 6 września

2022 roku obchodzona była 10 rocznica ratyfikacji konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych. Niestety, wcześniej instytucje publiczne nie realizowały zasad wynikających z konwencji. Pomogła w tym dopiero ustawa z dnia 19 lipca 2019 roku o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami. Ten akt prawny określa środki służące zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami oraz obowiązki podmiotów publicznych w tym zakresie. Ustawa nakłada obowiązek zapewniania dostępności – na przykład przez zapewnienie wolnych od barier poziomych i pionowych przestrzeni komunikacyjnych budynków. Dostępność ma obowiązek zapewnić każdy podmiot publiczny, w tym również organizacja pozarządowa.

Jak wygląda wdrażanie standardów dostępności w praktyce mówił Paweł Placzkiewicz, ekspert, audytor dostępności, człowiek z niepełnosprawnością narządu wzroku. Zaznaczył, że dostępność w jego odczuciu to przede wszystkim możliwość samodzielnego przemieszczania się po wnętrzu budynku. W każdym obiekcie potrzebny jest

plan tyflograficzny – powinien być on zamieszczony przed wejściem do budynku, aby nie trzeba było szukać np. pomieszczeń sanitarnych. Dostępność, zdaniem P. Placzkiewicza, winna być powtarzalna, co oznacza, że należy stale i ciągle wdrażać rozwiązania służące poprawie jej jakości. Równie istotne jest właściwe umieszczenie opisów w brajlu, aby osoba niewidząca nie miała trudności z ich znalezieniem. Doświadczenia prelegenta pokazują, że niekiedy dostępność jest zapewniana w danym budynku w sposób nie spełniający standardów dostępności, gdyż np. ścieżka naprowadzająca jest umiejscowiona w odległości 3 centymetrów od ściany.

Zadania ROPS na rzecz osób z ograniczoną sprawnością scharakteryzował dr Grzegorz Grygiel, dyrektor ROPS w Poznaniu. W ich skład wchodzi m.in. realizacja Wielkopolskiego Programu Wspierania Osób z Ograniczoną Sprawnością na lata 2021 – 2025. To również inspirowanie i promowanie nowych rozwiązań w zakresie działań na rzecz osób z niepełnosprawnościami. ROPS wspiera merytorycznie i finan-

sowo organizacje pozarządowe, realizujące zadania z zakresu rehabilitacji zawodowej i społecznej, współfinansując ich działania ze środków PFRON będących w dyspozycji Samorządu Województwa Wielkopolskiego. ROPS jest także partnerem inicjatyw zmierzających ku wspomaganiu aktywności zawodowej i społecznej osób z ograniczeniami sprawności – m.in. projektu pn. „Przystanek WTZ” Fundacji im. Królowej Polski św. Jadwigi. Jest również realizatorem konkursu „Wielkopolska Otwarta dla Osób z Niepełnosprawnościami”, w ramach którego promowane są i nagradzane inicjatywy zasługujące na uznanie Wielkopolan.

Podczas inspiratorium poruszono ponadto zagadnienie aktywności osób z niepełną sprawnością w życiu kulturalnym. W temat ten wprowadziła słuchaczy Mariola Olejniczak, kierowniczka Działu Edukacji Muzealnej, koordynatorka dostępności w Muzeum Pierwszych Piastów na Lednicy. Wydarzenie zakończył głos artystyczny – spektakl pt. „Całe życie w dresach” w reżyserii Przemka Prasnowskiego.

KAROLINA KASPRZAK



„Każdy ma coś,
co może dać innym”
Barbara Bush

Przełącz 1,5% podatku
na rzecz Fundacji „Filantrop”
KRS 0000271857

MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI W POWIECIE POZNAŃSKIM

Najlepsi, niezwyciężeni



Karolina
Kasprzak
POZNAŃ

Kilka lat temu Powiat Poznański zorganizował z okazji Międzynarodowego Dnia Osób z Niepełnosprawnościami spotkanie integracyjne w obiekcie sportowo-rekreacyjnym NIKU Bowling. Możliwość gry w bowling dostarczyła satysfakcji i radości. Bowling okazał się – prócz bocci i kilku innych jeszcze

dyscyplin – atrakcyjną aktywnością sportową, która integruje środowisko osób z niepełną sprawnością oraz pozwala skutecznie pokonywać opory i ograniczenia. Nic zatem dziwnego, że również w roku 2022 zaproszono uczestników placówek rehabilitacyjnych na spotkanie w tym właśnie miejscu.

12 grudnia zebrali się tam przedstawiciele warsztatów terapii zajęciowej i środowiskowych domów samopomocy z terenu powiatu poznańskiego ze swoimi opiekunami. Życzenia z okazji Międzynarodowego Dnia Osób z Niepełnosprawno-

ściami składał m.in. Antoni Kalisz, członek Zarządu Powiatu w Poznaniu, Elżbieta Tonder, dyrektor Wydziału Spraw Społecznych i Zdrowia Starostwa Powiatowego i Tomasz Woźnica, wicedyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie. Każda placówka otrzymała na tę okoliczność pamiątkowy upominek. Rywalizacja sportowa przyniosła wiele emocji, bo choć nie wynik był najważniejszy, to każdy z uczestników chciał wypaść jak najlepiej.

Bowling to rodzaj gry w kręgle. Jak informuje wikipedia.org, w odmianie tej występuje dziesięć pinów ustawionych w

trójkąt. Gracz ma za zadanie strącić je w jak najmniejszej liczbie rzutów. Aby strącić je wszystkie w pierwszym rzucie, należy uderzyć kulą między pierwszy a trzeci pin (kręgiel) – w przypadku graczy praworęcznych. Między pierwszy a drugi pin dla osób leworęcznych. Gra składa się z dziesięciu rund dla każdego gracza. Na początku każdej rundy piny są ponownie ustawiane. W każdej rundzie gracz ma dwa rzuty. Runda kończy się, gdy zawodnik strąci wszystkie piny lub kiedy skończą mu się rzuty. Za każdy strącony pin gracz dostaje 1 punkt.



Święty



W świąteczny nastrój wprowadzili gości uczestnicy WTZ w Swarzędzu.



Burmistrz Marian Szkudlarek i Barbara Kucharska, przewodnicząca SPDST im. Leszka Grajka w towarzystwie Mikołajów i Mikołajek.

Mikołaj bez różgi

Ów święty, niegdyś kojarzony z Gwiazdorem, wzbudzał trudne emocje jak lęk i strach. Już sam jego głos wybrzmiał w pytaniu: „czy są tu grzeczne dzieci?” powodował gęsą skórę. Na szczęście było to lata temu i jest już w większości polskich domów dawno zapomnianą przeszłością. Obecnie Święty Mikołaj przynosi dzieciom wymarzone prezenty oraz rozdaje słodycze. Najmłodszych bierze na kolana i serdecznie przytula. Taki właśnie życzliwy Mikołaj, wraz z kilkuosobową grupą swoich pomocników – Mikołajów i Mikołajek, gościł 4 grudnia 2022 roku w Szkole Podstawowej nr 3 im. Polskich Noblistów w Swarzędzu (pow. poznański).

Była to kolejna edycja dorocznie odbywającego się wydarzenia pod nazwą „Bal z Mikołajami”, na które swoich podopiecznych z niepełnosprawnościami oraz ich bliskich zaprasza Stowarzyszenie Przyjaciół Dzieci Specjalnej Troski im. Leszka Grajka. Dzieci i gości powitała Barbara

Kucharska, przewodnicząca Stowarzyszenia. Głos zabrał burmistrz Miasta i Gminy Swarzędz Marian Szkudlarek. Uroczystość uświetlił śpiewem Halina Benedyk. Uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Swarzędzu zaśpiewali utwory: „Jest taki dzień” z repertuaru Czerwonych Gitar oraz „Świeć gwiazdeczko” z repertuaru Arki Noego.

Wydarzenie zbiegło się z obchodzoną w przeddzień Międzynarodowym Dniem Osób Niepełnosprawnych i przypadającym 5 grudnia Międzynarodowym Dniem Wolontariusza. Oba te święta są niezwykle ważne dla członków SPDST im. Leszka Grajka w Swarzędzu, gdyż i osoby z niepełną sprawnością i wolontariusze mają do przekazania sobie nawzajem wiele bezcennych darów – to uśmiech, życzliwe słowo, gest w potrzebie. Wspólnie realizują wiele przedsięwzięć ukierunkowanych na integrację oraz rehabilitację społeczną. 4 grudnia to również tradycyjna Barbórka, czyli imieniny Barbary, zatem nie mogło zabraknąć „Sto lat!” odśpiewanego dla

przewodniczącej Stowarzyszenia. Mikołaje były bardzo dokładne i sprawdziły wszystkie zakamarki pomieszczeń szkoły w poszukiwaniu osób do obdarowania. Jeden z Mikołajów, gdy szukał, zapytał: „czy są tu grzeczne dzieci?”, ale różgi nie miał. Zabawa taneczna trwała w najlepsze.

W rolę Mikołajów i Mikołajek wcielili się pracownicy firmy „Blum”, którzy również ufun-

dowali słodycze dla uczestników wydarzenia. Organizację „Balu z Mikołajami”, prócz wyżej wymienionej firmy „Blum”, wsparli: władze Gminy Swarzędz i Powiatu Poznańskiego, Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Poznaniu, Ośrodek Pomocy Społecznej w Swarzędzu, Szkoła Podstawowa nr 3 im. Polskich Noblistów oraz Spółdzielnia Mieszkaniowa.

KAROLINA KASPRZAK



Były mikołajkowe czapki, a także ciekawe przebrania.



Jan Lis i Święty Mikołaj.



Jak bal, to i tańce!

Bowling i zabawy

Mikołajki przypadające 6 grudnia to szczególny dzień dla dzieci, zwłaszcza tych przebywających w pieczy zastępczej bądź w placówkach opieki instytucjonalnej. W przeżywaniu smutku spowodowanego rozłąką z biologicznymi rodzicami pomagają czasem zwykłe, serdeczne gesty i chwile spędzone z rówieśnikami na zabawie. Aby „ośłodzić” im ten trudny czas, Powiat Poznański po raz kolejny zorganizował

Mikołajki z atrakcjami. Odbły się one 5 grudnia 2022 roku w Centrum Rozrywki MK Bowling i Fitness Point w poznańskiej Galerii MM.

W wydarzeniu wzięła udział łącznie ponad setka dzieci – byli to wychowankowie rodzin zastępczych z terenu powiatu poznańskiego, a także Domu Dziecka w Kórniku-Brinie. Starsi uczestnicy mogli zagrać w bowling, zaś na młodsze dzieci czekały gry i zabawy z anima-

torami. Była pizza, smakołyki i oczywiście z niecierpliwością wyczekiwane prezenty. Celem spotkania była integracja dzieci i młodzieży oraz podtrzymanie umiejętności spędzania czasu wolnego z grupą. Wydarzenie było tym bardziej wyczekiwane, że zostało wznowione po ponad dwuletniej przerwie spowodowanej pandemią. Upominki wręczał m.in. Antoni Kalisz, członek Zarządu Powiatu w Poznaniu. *Oprac. KK.*



Na zdjęciu uczestnicy powiatowych Mikołajek z opiekunkami.

POMAGAJ, Bo ...
„WSZELKIE DOBRO, KTÓRE DAJEMY, ZATACZA KOŁO I WRACA DO NAS”

1.5%

KRS 00000 21 128

STOWARZYSZENIE PRZYJACIÓŁ DZIECI SPECJALNEJ TROSKI IM. LESZKA GRAJKA W SWARZĘDZU
 OS. KOŚCIUSZKOWCÓW 13, 62-020 SWARZĘDZ E-MAIL: SPDS@WP.PL WWW.SPDS.ORG.PL

Wniepowtarzalnej atmosferze świąt Bożego Narodzenia, zimowej, południowej aury i wśród przyjaciół, osoby z niepełnosprawnościami z terenu powiatu poznańskiego wzięły udział w dorocznie organizowanym „Wieczorze z Aniołami”, który odbył się 8 grudnia 2022 roku w sali Jana Pawła II parafii pw. świętego Józefa w Puszczykowie, z inicjatywy Fundacji Polskich Kawalerów Maltańskich Pomoc Maltańska w Poznaniu. Kluczowym celem wydarzenia była jak zwykle prezentacja dorobku twórczego osób z niepełną sprawnością, ich talentów oraz osiągnięć w zakresie różnych form sztuki.

Przy stołach wraz ze swoimi opiekunami i terapeutami zasiedli przedstawiciele warsztatów terapii zajęciowej z Murowanej Gośliny, Swarzędza, Lubonia, Drążgowa, Konarzewa i Otusza, Tarnowa Podgórnego, Boduszewa, Poznania, a ponadto reprezentanci Domu Pomocy Społecznej w Lisówkach, Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. Janusza Korczaka w Mosinie, środowiskowych domów samopomocy w Kórniku, Swarzędzu i Puszczykowie, instytucji publicznych oraz goście z miejsc związanych z rehabilitacją i terapią osób z niepełnosprawnościami.

Antoni Kalisz, członek Zarządu Powiatu w Poznaniu podkreślił, że w ten szczególny czas, jakim jest Boże Narodzenie, jak również w pozostałe dni w roku, powinniśmy obdarowywać siebie nawzajem miłością i darzyć drugiego człowieka szacunkiem oraz zrozumieniem. Życzenia świąteczne złożyła uczestnikom także m.in. Elżbieta Bijaczewska, radna Puszczykowa. Atmosfera spotkania była łącznie uroczysta, a dodatkowego blasku dodały jej wystąpienia artystów – na scenie tradycyjnie pojawili się aniołowie, w role których wcieliili się uczestnicy ŚDS DPM w Puszczykowie. Tym razem przygotowali przedstawienie zatytułowane: „Ośiem lekcji trudnych i jedna łatwa”.

Można było obejrzeć wystawę prac plastycznych wykonanych różnorodnymi technikami. Prace zostały przygotowane przez uczestników placówek i nadesłane na konkursy: „Bożonarodzeniowy stroik” (konkurs na dekorację stołów, przy których zasiedli przedstawiciele

Aniołowie odrobili lekcje

placówek), „Gwiazda kołędnicza” i „Świąteczna kartka” (prace należało przygotować w formie A5). Był także konkurs muzyczny na nagranie kołedy lub

pastorałki w wykonaniu solistki bądź solisty, duetu albo zespołu – spośród grupy osób wybrana została piątka wokalistów, która zaśpiewała podczas „Wieczoru

z Aniołami”. Pięknie zaprezentował się Jarosław Trepto z WTZ w Boduszewie – przypomnijmy – zwycięzca ubiegłorocznego „Złotu Talentów”. W konkursie literackim pn. „Wigilia jest zawsze wtedy, kiedy my tego chcemy...” (cytat z filmu „Edi”) osoby z niepełnosprawnościami mogły podzielić się refleksjami dotyczącymi świąt.

„Wieczór z Aniołami” został zrealizowany jako zadanie publiczne współfinansowane ze środków Powiatu Poznańskiego. Wsparły je również instytucje: Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Miasto Puszczykowo oraz Zgromadzenie Ducha Świętego.

KAROLINA KASPRZAK



Śpiewa Roma Tomczak z ŚDS DPM w Puszczykowie.



Antoni Kalisz, członek Zarządu Powiatu w Poznaniu.



Przy stole uczestnicy WTZ „Promyk” w Otuszu.



Mini-spektakl pt. „Osiem lekcji trudnych i jedna łatwa”.

Pachnące świece

W naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie już w okresie jesiennym rozpoczęliśmy przygotowania do naszego świątecznego kiermaszu. Pracowaliśmy w swoich pracowniach przygotowując swoje prace na grudniowy kiermasz świąteczny. Byłam w pracowni technik różnych. Bardzo lubię tę pracownię, zdobywam w niej nowe umiejętności.



Basia Hoffa.

Wspólnie szyliśmy ozdobne poduszki, odmieraliśmy odpowiednie wymiary materiału, następnie wykrawaliśmy i fastrygowaliśmy materiał. Tak przygotowane poszewki uzupełnialiśmy ociepliną. Tworzyliśmy świąteczne stroiki, obrazy, kolorowe świece sojowe o aromatycznych zapachach świątecznych: czekolady, pomarańczy, cynamonu, piernika.

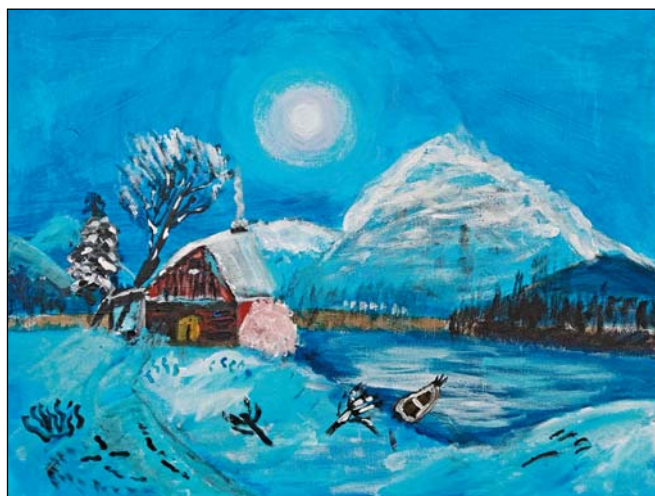
Były zapachy kwiatowe z dodatkami suszonych kwiatów, goździków czy wanilii. Świece wykonywane w naszym Warsztacie są wykonywane ekologicznie i bezpiecznie dla środowiska. Przygotowywany воск jest przelewany do szklanych naczyń, po wystygnięciu są zdobione suszonymi kwiatami i innymi dodatkami.

W naszych pracach staraliśmy się zachować estetykę i dokładność. Wszystkie prace można było zakupić na naszym grudniowym kiermaszu świątecznym.

BASIA HOFFA
MAJA MIELCAREK
UCZESTNICZKI W TZ „PROMYK”
W KONARZEWIE



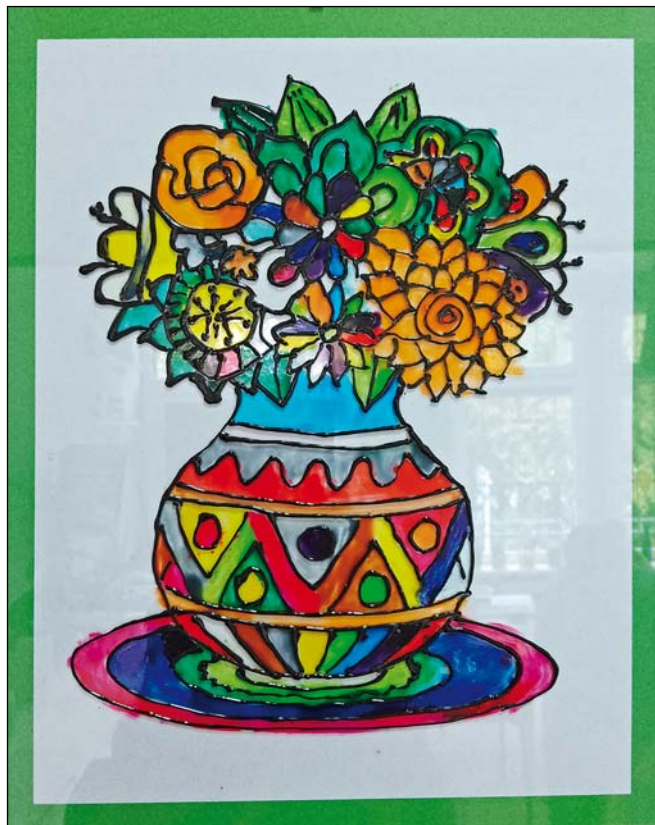
Maja Mielcarek.



Zima w pełni.



Wspomnienie lata. Mateusz w koszulce z wilkiem.



Kolorowy bukietek.

Pomoc pełna uśmiechu

POZNAJMY SIĘ LEPIEJ

Nadszedł czas na odkrycie kolejnej karty z cyklu „Poznajmy się lepiej” i przybliżenie sylwetki naszego kolegi Mateusza Rajcheltha. Mateusza znam i obserwuję od początku 2019 roku, kiedy po raz pierwszy dołączył do naszego grona, jako bardzo życzliwy i pomocny kolega. W Warsztacie odkrył swoją pasję do malowania obrazów.

Bardzo byłem zaskoczony, gdy zobaczyłem przez niego namalowany pierwszy obraz w pracowni plastycznej. Obraz przedstawiał „Jesień” i był odwzorowany z grafiki znalezionej w Internecie. Pod okiem terapeutki pani Joli nasz kolega potrafił precyzyjnie i z wielką dokładnością dobierać kolory.

Mateusz odznacza się ogromną cierpliwością w wykonywaniu powierzonych mu zadań w każdej pracowni. Oprócz malowania lubi jazdę konną, ale nie może jej uprawiać ze względu na zdrowie, nad czym bardzo ubolewa.

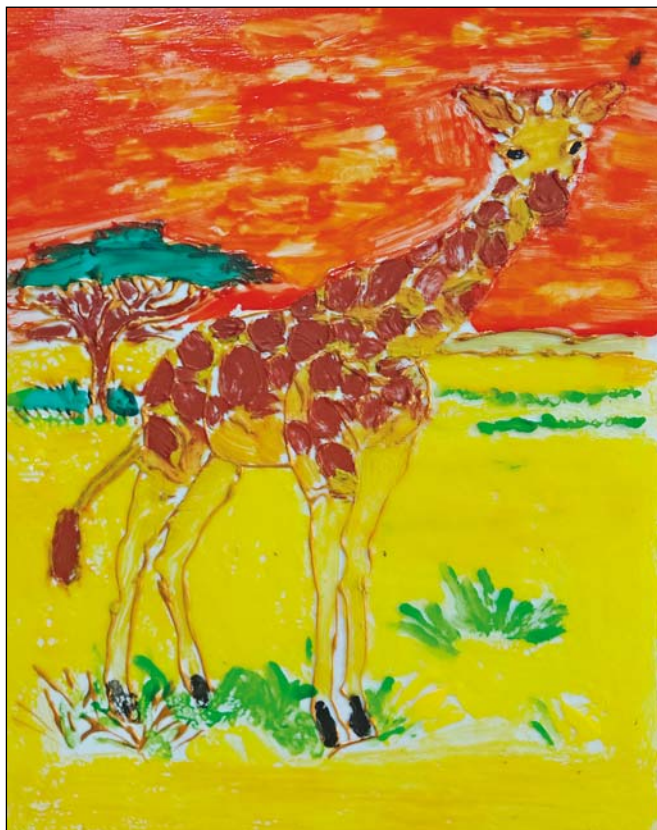
Interesuje się książkami o dinozaurach, a jego ulubiony aktor to Paweł Dełag. Początki naszej przyjaźni były niepewne, ale teraz jest inaczej. Gdy trafił do naszego warsztatu, potrzebował czasu i nabierał z każdym dniem większej pewności siebie. Choć ma lepsze i gorsze dni, jak każdy z nas, to zawsze wyciąga pomocną dłoń do wszystkich, którzy jej potrzebują. Cieszę się bardzo, że poznałem takiego fajnego kolegę jak Mateusz, ponieważ lubię ludzi, którzy czerpią z życia radość i swoją wrażliwością obdarowują innych.

Na twarzy Mateusza, zawsze gości uśmiech, a równowagi dodaje mu muzyka, która go wycisza. Dziękujemy, że jesteś z nami.

AGATA KIEJDROWSKA
MICHAŁ OGONIAK
UCZESTNICY WTZ W SWARZĘDZU



Mateusz Rajchelth pracuje twórczo.



Żyrafa.



Wiewiórka.

Wróżby i marzenia

Dzień 29 listopada 2022 roku był dla nas radosny. Świętowaliśmy andrzejki. Była zabawa, uczestnicy tańczyli wokół krzeseł w rytm muzyki. Gdy muzyka się zatrzymała, zawodnicy musieli zająć miejsce. Przegrywała osoba, która nie znalazła wolnego miejsca.

Były wróżby: laliśmy wosk, a potem tradycyjnie odczytywaliśmy wróżby z cienia na ścianie. Było też wróżenie z kubków. Pod kubkami takie przedmioty: cukierek, który symbolizował słodkie życie, pieniążek był znakiem bogactwa oraz pierścionek, który wróżył szybkiego ożenku. Mamy nadzieję, że nasze wróżby i marzenia spełnią się.

ALEKSANDRA TONDER
UCZESTNICZKA WTZ „PROMYK”
W OTUSZU



FOT. ARCHIWUM WTZ „PROMYK”



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Nasze talenty aktorskie

18 listopada 2022 roku pojechaliśmy do Poznania, do Centrum Kultury „Zamek”. Tego dnia odbył się „Festiwal Filmów Niecodziennych”, na którym można było zobaczyć dziewięć filmów konkursowych oraz trzy pozakonkursowe. Wszystkie filmy były interesujące, krótkometrażowe, o bardzo zróżnicowanej tematyce.

We wszystkich filmach aktorami były osoby z niepełnosprawnościami. Nasz film „Iskra Nadziei” zajął na festiwalu drugie miejsce, co sprawiło nam wiele radości i satysfakcji. Dzięki festiwalowi możemy pokazać swoje talenty aktorskie i dowiedzieć się, jak je rozwijać. Na festiwalu można było spotkać bardzo ciekawych ludzi ze sceny filmowej,

miedzy innymi aktorów i reżysera serialu „Na Wspólnej”.

Wzięliśmy również udział w zajęciach muzycznych, które polegały na tworzeniu muzyki do czarnobiałej animacji. Te zajęcia sprawiły nam wiele radości, bo używaliśmy przeróżnych instrumentów. Mogliśmy nauczyć się czegoś nowego i zobaczyć, jak powstaje na żywo muzyka do animacji. Mogliśmy też posłuchać bardzo ciekawego koncertu jazzowego w wykonaniu zespołu „Trombers” z Poznania. Muzyka ta bardzo się nam podobała, a każdy z utworów był wielką i miłą niespodzianką. Brawom nie było końca. Otrzymaliśmy pamiątkowe medale, dyplom, statuetkę, pamiątkowe torby oraz pieniężną gratyfikację na zakup sprzętu filmowego.

Festiwal Filmów Niecodziennych jest bardzo ważną imprezą, bo pokazuje osobom sprawnym inaczej nasze życie i to, co na co dzień robimy. Uczy wrażliwości, zrozumienia potrzeb i ograniczeń, z jakimi się spotykamy każdego dnia. Z niecierpliwością oczekujemy na kolejną edycję tak ważnej i ciekawej imprezy. Szczególnie dla nas, osób z niepełnosprawnościami, festiwal pozwala pokazywać talenty aktorskie i filmowe. Dzięki temu spełniamy swoje największe marzenia i przełamujemy wiele barier, jakie niesie życie każdego z nas. Serdecznie dziękujemy za możliwość udziału w festiwalu filmowym.

MIROŚŁAWA PENCZYŃSKA
UCZESTNICZKA WTZ W SWARZĘDZU



FOT. ARCHIWUM SPÓD

Bale mojego dzieciństwa

W okresie karnawału organizowane są bale przebierańców, zarówno dla dzieci jak i dorosłych. Gdy byłem dzieckiem, bardzo chętnie brałem w nich udział, czy to w przedszkolu, czy w szkole. Były to czasy, gdy tego rodzaju wydarzenia odbywały się w salach gimnastycznych lub remizach strażackich ulokowanych na ogół na pierwszym piętrze, bez dostępu do windy. Obecnie coraz większą uwagę zwraca

się na dostępność obiektów użyteczności publicznej, aby osoby z niepełnosprawnościami mogły bez przeszkód się do nich dostać.

Na jednym z bali przebrałem się za karatekę, czyli osobę trenującą sztuki walki. Miałem specjalny strój – białe nakrycie i czarny pas uszyty przez moją mamę. Przebranie to wybrałem, ponieważ w zaciśniętym domowym próbowałem ćwiczyć. W codziennym życiu od

najmłodszych lat toczą walkę o zdrowie i sprawność, zatem próba podjęcia walki w sensie fizycznym nie stanowiła dla mnie trudności. Podczas balu przebierańców w dzieciństwie wcieliłem się także w rolę strażaka. Będąc na turnusie rehabilitacyjnym miałem okazję brać udział w balu maskowym. Było to dla mnie niezapomniane przeżycie.

KRYSTIAN CHOLEWA

Największy cud na świecie

Wieczór wigilijny jest dla mnie najpiękniejszy w roku. Przy blasku choinki tuż przed wieczorą spotykam się z bliskimi. Odświętnie ubrani kłękamy i wspólnie się modlimy za tych, których już nie ma z nami. Oczekując na pyszne potrawy wspominamy tych, których już nie ma, przypominamy sobie zabawne sytuacje z naszego życia.

Jest chwila, by spojrzeć na puste miejsce przy stole dla zbłąkanego wędrowca. Magiczna, tajemnicza cisza, a po chwili łamanie opłatka i płynące ze wszystkich serc gorące życzenia. To wyczekiwanie, co znajdę pod choinką, szelest papieru i radość z wymarzonego prezentu. Wspólnie śpiewamy kolędy w oczekiwaniu na pasterkę i na największy cud na świecie – narodzenie Chrystusa. W moich myślach i w sercu powracają wspomnienia tych niezapomnianych wigilii z dziecięcych lat, gdy cała rodzina w wielkim gronie

zasiadała w ten najpiękniejszy wieczór w roku. Przypominać mi będzie zapach świerku i tych cudownych chwil, które na zawsze pozostaną w moim sercu, pełne szczęścia i radości.

Taka wigilia jest ze mną zawsze wtedy, kiedy tego gorąco pragnę, by odpędzić smutki. Właśnie ten czas tak sobie wyobrażam i jest on dla mnie zawsze pełen uroku i niespodzianek. Taki magiczny, jakby z bajki i powtarza się co roku. O zmroku rodzi się Boża Dziecina, a z nią najpiękniejsze uczucie – miłość do drugiego człowieka. To na ten moment czekam cały rok, bo wtedy otwieram swe

serce i daję to, co najpiękniejsze – siebie. Towarzyszy mi radość, że zrobiłam coś dobrego nie tylko dla innych, ale i dla siebie. Dobrze z tym się czuję i jestem lepszym człowiekiem. Wigilia jest wtedy, kiedy my tego chcemy, a nie tylko wtedy, gdy ona jest.

MIROŚŁAWA PENCZYŃSKA



Chrystus rodzi się w sercu

Wigilia jest dla mnie wyjątkowym czasem, choć jest zależna od naszego nastroju i potrzeb duchowych. Najważniejsze jest to, co czuje się w sercu, a Wigilia będzie wspaniała. To czas oczekiwania na przyjście Jezusa. Dla człowieka wierzącego jest to ogromne przeżycie duchowe i od nas zależy, w jaki sposób je przeżyjemy.

Święta Bożego Narodzenia w moim przekonaniu to najpiękniejszy czas w roku. Dzielimy się opłatkiem i spożywamy wraz z rodziną wspólną wieczerzę wigilijną przy kolędach i pasteralkach, składając sobie życzenia. Mam ogromną satysfakcję, gdy mogę obdarować prezentami innych i sama lubię je otrzymywać. Gdy wi-

dzę w swoim pokoju piękną, wysoką choinkę przybraną świątecznymi ozdobami, to w moim sercu panuje radość z nadchodzących świąt Bożego Narodzenia. W ten świąteczny nastrój wprowadza nas panująca w tym okresie zima, chociaż nie zawsze, ponieważ od kilku lat nie pada śnieg jak to bywało kiedyś.

Ciepło jest wtedy, jak widzimy ulice naszych miast przybrane gwiazdkowymi ozdobami. Lubimy unoszący się w powietrzu zapach przygotowywanych świątecznych potraw i pieczonego ciasta. W dzieciństwie bardzo lubiłam chodzić na pasterki, śpiewać i przyjmować Ciało Jezusa. Z radością oczekiwałam przyjazdu mojej babci Halinki, która

z elegancją i kulturą wносиła do naszego domu wiele radości. Po wieczerzy i podzieleniu się opłatkiem był czas na wypoczynek. Po pasterce przyjeżdżaliśmy do domu, by wspólnie przy herbach i cięście, powspominać wydarzenia z życia.

Teraz wszystko się zmieniło przez pandemię i chorobę rodziców. Nie ma już z nami babci Halinki i wujka Zbyszka, z którym również spotykaliśmy się w czasie świąt. Życie nikogo z nas nie rozpieszcza i na każdego przyjdzie czas. Przeżywamy dobre i złe chwile, ale Chrystus rodzi się w sercu każdego z nas, by pokonać śmierć na krzyżu i dać nam zbawienie. Szkoda, że nastały takie trudne czasy. Mało ludzi chodzi do kościoła, a dla wielu święta nie istnieją. Mimo wszystko święta Bożego Narodzenia przynoszą radość, miłość i pokój, cieszymy

się nimi. Nigdy nie wiemy, co nam przyniesie kolejny dzień. Wszystkim życzę i sobie, aby te święta zadowoliły się w każdym domu przynosząc radość, miłość i pokój w tym niespokojnym świecie.

Święta szybko mijają, przygotowanie do świąt zajmuje nam bardzo dużo czasu, ale i tak każdy z nas oczekuje na nie z utęsknieniem. Dziękuję Ci Panie Jezu, że codziennie otaczasz moje serce bezgranicznym miłosierdziem i nie tylko w tym świątecznym okresie wigilijnym. Wszystkim innym życzę wewnętrznej przemiany, by każdy odnalazł siebie i zaznał takiego uczucia, jak ja odczuwam. Aby ten piękny radosny czas poruszył każde serce, również tych, którzy nie wierzą w istnienie Boga. Chrystus rodzi się w sercu każdego z nas, gdy tego chcemy.

AGATA KIEJDROWSKA
UCZESTNICZKA WTŻ W SWARZĘDZU



Patrycja walczyła o życie

poczta
FILANTROPIA

Zwracam się z uprzejmą prośbą o pomoc w leczeniu i rehabilitacji mojej córki Patrycji. Urodziła się 31 sierpnia 1999 roku jako skrajnie wcześniak w 24 tygodniu ciąży o wadze 660 gramów. To dużo za wcześnie. Po urodzeniu przez 6 miesięcy przebywała w Centrum Zdrowia Dziecka w Warszawie, gdzie walczyła o życie. Jaki ogromny wpływ na zdrowie i samodzielność Patrycji miał przedwczesny poród, dostrzegamy każdego dnia.

Nie chodzi samodzielnie, jest dzieckiem niedowidzącym – retinopatia wcześniacza, wodogłowie pokrwotoczne – stabil-

ne z wszczepieniem zastawki. Stwierdzono również zespół mózdkowy. Oznacza to niedorozwój robaka w mózdku, co wiąże się z zaburzeniami równowagi. Ma także nie w pełni rozwinięty pień mózgu, który odpowiada za funkcje życiowe.

Tylko specjalistyczna i systematyczna rehabilitacja może zapewnić Patrycji zdrowie i lepszą przyszłość. Uczestniczy, w miarę możliwości finansowych, w indywidualnych zajęciach terapeutycznych w Centrum Stymulacji i Rozwoju w Toruniu. Jednak rehabilitacja ta w jej przypadku jest nie wystarczająca i została skierowana na turnus rehabilitacyjny do Ośrodka Rehabilitacyjnego „Zabajka 2” w Złotowie, gdzie została objęta specjalnym programem leczniczo-rehabilitacyjnym. Koszt turnusu wynosi 6.600 zł.

Nie jestem w stanie bez Państwa pomocy zbierać tak wysokiej kwoty i dlatego proszę o pomoc dla Patrycji. Zrealizowanie choć w części tego programu jeden lub dwa turnusy w roku to dla Patrycji bardzo wiele.

W związku z chorobą córki nie mogę podjąć pracy. Wychowuję samotnie dwoje dzieci, ponieważ mąż okazał się zbyt słabym człowiekiem, by walczyć o zdrowie i samodzielność swojego dziecka. Moje dochody składają się ze świadczeń rodzinnych.

Patrycja wytrwale dąży do samodzielności, walczy o dzisiaj i oby jej sił nie zabrakło. Na pewno dzielnie wykorzysta Państwa, aby spełnić swoje największe marzenie i w przyszłości samodzielnie chodzić.

Będę wdzięczna za każdą, nawet najdrobniejszą pomoc, bo

bez pomocy nie jestem w stanie zapewnić jej dalszej rehabilitacji.

Proszę kierować wpłaty na konto:

Fundacja Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”, ul. Łomiańska 5, 01-685 Warszawa,

Alior Bank SA, nr 42-2490-0005-0000-4600-7549-3994, z dopiskiem 2776 Taczkowska Patrycja, darowizna na pomoc i ochronę zdrowia.

Albo na konta:

Ośrodek Rehabilitacji Dzieci „Zabajka 2”, BGŻ S.A. O/Złotów
23-20300045-11100000
02291510

SBL Zakrzewo O/Złotów 63-8944-0003-0000-1889-2000-0010

Z dopiskiem: na leczenie: Taczkowska Patrycja

MONIKA TACZKOWSKA
MATKA

Pełen nadziei Wigilijny stół

Każdy człowiek ma w pamięci ludzi, którzy choć już nie żyją, są dla nas wzorem do naśladowania. Ja również znam takie osoby. Jedną z nich jest Zenon, którego postać przybliżyłem w artykule opublikowanym w tym numerze naszego miesięcznika.

Chciałbym również opowiedzieć czytelnikom „Filantropa Naszych Czasów” o panu Teofilu, który przeżył ponad dziewięćdziesiąt lat i do końca swojego życia był aktywny i zaradny, oczywiście na miarę swoich możliwości.

Osoba pana Teofila uświadomiła mi, że nie zawsze możemy liczyć na wsparcie najbliższych. Ludzie starsi, schorowani i wymagający pomocy w codziennym życiu często zostają sami.

Całodobowa opieka nad człowiekiem w wieku sędziwym przeraża, bo oznacza konieczność rezygnacji z pracy zawodowej na rzecz poświęcenia się tej osobie.

Pan Teofil miał dwoje dzieci, ale mieszkaly za granicą i nie interesowały się losem

ojca. Uważali, że skoro sobie nie radzi na co dzień, to powinien zamieszkać w domu pomocy społecznej.

Nie załamywał się trudną sytuacją rodzinną. Ponieważ z zawodu był ślusarzem, dopóki miał siły, z chęcią wykonywał drobne naprawy w swoim domu lub pomagał sąsiadom. Systematycznie odwiedzał grób swojej małżonki.

W okresie zimowym lubił grać na akordeonie. W codziennych sprawach pomagała mu opiekunka domowa – pani Danusia. Miał z nią bardzo dobrą relację. Nie tylko robiła zakupy, ale też pomagała mu się umyć czy ubrać.

Pan Teofil na zawsze pozostanie w moim sercu jako osoba ciepła, serdeczna, otwarta na kontakty z ludźmi, nie załamująca się trudnościami i z nadzieją spoglądająca w przyszłość. Takiego Go zapamiętałem.

KRYSTIAN CHOLEWA

Dnia 9 grudnia 2022 roku w restauracji „Bambaryła” w Tulcach odbyło się spotkanie przy wigilijnym stole. Było ono zorganizowane dla uczestników Klubu Samopomocy i kombatantów z koła kleszczewskiego wraz z pracownikami Ośrodka Pomocy Społecznej.

Na Wigilię gościli: Bogdan Kemnitz – wójt gminy, Ewa Iczakowska – sekretarz gminy, Mariusz Mikołajewski – Zarząd Okręgowy Związku Kombatantów Rzeczypospolitej i Byłych Więźniów

Politycznych w Poznaniu, Halina Kowalewska – prezes Stowarzyszenia Powstania Wielkopolskiego, Halina Jeger – prezes Stowarzyszenia „Pomagam” w Kleszczewie. Wszyscy złożyli sobie życzenia świąteczne, aby miłość nowo narodzonego Jezusa towarzyszyła nam zawsze. Wszyscy też wzajemnie obdarowali się prezentami. Klubowicze przekazali zgromadzoną upominki, które powstały podczas prac ręcznych.

MIROŚŁAWA RADZIMSKA



FOT. ARCHIWUM OPS

Mieszkać bez barier

Likwidacja barier architektonicznych w mieszkaniach – to jeden z kluczowych celów programu „Samodzielność – Aktywność – Mobilność”, realizowanego przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Lokale nie spełniające standardów dostępności powodują znaczące utrudnienia w codziennym funkcjonowaniu osób z niepełnosprawnościami. Dzięki programowi Funduszu możliwe jest uzyskanie dopłaty do zmiany mieszkania na pozbawione barier architektonicznych.

Dofinansowanie może uzyskać osoba z niepełnosprawnością, która nie ukończyła 65 roku życia i posiada orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu znacznym bądź orzeczenie na równi traktowane z orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności, z tytułu niepełnosprawności narządu ruchu uniemożliwiającej poruszanie się bez użycia wózka. Osoba spełniająca te kryteria powinna złożyć oświadczenie o barierach architektonicznych wraz z dokumentacją fotograficzną dotyczącą barier, z przyczyn których nie można samodzielnie opuścić mieszkania. Należy ponadto dołączyć oświadczenie o dysponowaniu tytułem prawnym do lokalu na mocy prawa własności lub spółdzielczego własnościowego prawa do lokalu. W przypadku, gdy wniosek dotyczy osoby niepełnoletniej lub ubezwłasnowolnionej, wniosek składa jej opiekun prawny.

Wysokość dofinansowania zależna jest od lokalizacji, w której nabywane jest mieszkanie i stanowi różnicę pomiędzy ceną mieszkania nabywanego i sprzedawanego. Program „Dostępne mieszkanie” – jak informuje PFRON – realizowany jest przez samorządy powiatowe, które przyjmą zaproszenie Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych do jego realizacji. Osoba z niepełnosprawnością bądź jej opiekun prawny składa wniosek za pośrednictwem Systemu Obsługi Wsparcia dostępnego pod adresem: <https://sow.pfron.org.pl> Wniosek można złożyć w każdym czasie, ale nie później niż do dnia 31 grudnia 2024 roku, jednak nie dłużej niż do wyczerpania budżetu programu. *Oprac. KK.*

Makramowy świąteczny klimat

Zbliżał się okres przedświąteczny. W sklepach pojawiało się coraz więcej ozdób bożonarodzeniowych. Za oknami pojawił się pierwszy śnieg. W naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej w Konarzewie czuło się świąteczny klimat.

W pracowniach powstawały różne stroiki, świece, kartki i ozdoby bożonarodzeniowe. Moja grupa w pracowni komputerowej na początku miesiąca pomagała w wykonywaniu kartek bożonarodzeniowych wycinając podkłady. Po wycięciu wszystkich podkładów wzięliśmy się za tworzenie aniołów, choinek i wianków na obręczy techniką

makramy. Ta technika na początku wydawała się bardzo trudna, jednak z każdym spotem szło mi coraz szybciej, łatwiej i łatwiej.

Choć wykonanie wianka wymagało ode mnie największej pracy i skupienia, to jednak makrama sprawiła mi największą przyjemność, a efekt końcowy spowodował, że jestem z siebie dumny. Dałem radę i większość tej pracy zrobiłem sam. Już nie mogę się doczekać kolejnych wyzwań, które mnie czekają. Myślę, że jak się czegoś bardzo chce, to można się nauczyć.

JACEK SZWED
UCZESTNIK WTZ „PROMYK”
W KONARZEWIE



FOT. ARCHIWUM WTZ „PROMYK”

FOT. KAROLINA KASPRZAK

Kolejka oczekujących ustawiła się pod drzwiami sali konferencyjnej budynku Starostwa Powiatowego w Poznaniu przy ul. Słowackiego 8. W poniedziałek 5 grudnia 2022 roku odbyła się tam giełda pracy dla osób z niepełnosprawnościami. Organizatorem wydarzenia była Fundacja Aktywizacji Zawodowej Osób Niepełnosprawnych FAZON oraz Polska Organizacja Pracodawców Osób Niepełnosprawnych, a partnerem – Powiatowy Urząd Pracy w Poznaniu.

Giełda pracy została zorganizowana w ramach projektu pn. „Katalizator Aktywizacji Zawodowej Osób Niepełnosprawnych” dofinansowanego ze środków Państwowego Funduszu Osób Niepełnosprawnych w ramach konkursu „Kierunek AKTYWNOŚĆ”.

– Nasz projekt koncentruje się na umożliwianiu osobom z niepełnosprawnością zdobycia określonych umiejętności i kwalifikacji, aby mogły odnaleźć się na rynku pracy. Organizujemy dla tych osób pozostających bez pracy kursy i szkolenia oraz płatne staże, jak również zapewniamy wsparcie doradcy zawodowego, psychologa, prawnika czy kreatora kariery. Podczas dzisiejszej giełdy pracy do dyspozycji zainteresowanych są oferty pracy administracyjnej w urzędach oraz różnego typu oferty zatrudnienia uwzględniające możliwości psychofizyczne pracowników – mówiła Marta Jastrzębska z Fundacji FAZON.

W sali szybko zrobiło się tłoczno. Wśród poszukujących pracy byli osoby, które przyszyły z gotowym CV, jak również takie, które najpierw chciały zorientować się, jakiego rodzaju pracę i na jakich warunkach oferują konkretni pracodawcy. Każdy mógł podejść do stolika wybranego pracodawcy bądź przedstawiciela instytucji publicznej i wypytać o wszelkie szczegóły. Bogatą ofertę informacyjną w zakresie praw przysługujących osobom z niepełnosprawnościami oraz możliwości rehabilitacji zawodowej i społecznej przygotował Oddział Wielkopolski PFRON. Do przedstawicieli Zakładu Ubezpieczeń Społecznych podchodziły osoby zainteresowane przede wszystkim orzecznictwem emerytalno-rentowym, ale i szansą podjęcia pracy w tej instytucji.

Biegiem po pracę

– Ukończyłam szkołę policealną o kierunku technik administracji. Mam też doświadczenie w handlu i gastronomii. Kilka lat temu z chorobałam i z tego powodu zaprzestałam aktywności zawodowej. Po zakończeniu pobytu w szpitalu, gdy mój stan zdrowia się ustabilizował, rozpoczęłam poszukiwanie pracy. Parę razy zostałam zaproszona na rozmowę kwalifikacyjną. W jednym miejscu obiecano mi nawet zatrudnienie, ale gdy przyniosłam dokumenty związane z podjęciem pracy i pracodawca zobaczył w moim orzeczeniu o niepełnosprawności wpisany kod 02-P (problemy zdrowia psychicznego, przyp.red.), to na obietnicy się skończyło. Podobno nie spełniałam wymagań. Szukam tu pracy i mam nadzieję, że uda mi się ją znaleźć. Rozmawiałam już z jedną panią i może spróbuję jako salowa w szpitalu. Nie boję się wyzwań, chcę pracować – mówiła Agnieszka.

Powiatowy Urząd Pracy w Poznaniu oferuje osobom bezrobotnym pomoc w znalezieniu pracy, uzyskaniu kwalifikacji zawodowych i rozpoczęciu działalności gospodarczej, a pracodawcom w zakresie bezpłatnego pośrednictwa pracy, wsparcia w procesach rekru-

cyjnych czy w obsłudze kosztów tworzenia nowych miejsc pracy. Jeśli osoba bezrobotna przed 30 rokiem życia podejmie pracę po raz pierwszy, to pracodawca ją zatrudniający może ubiegać się o refundację kosztów składek na ubezpieczenia społeczne. Z kolei pracodawca, który zatrudni osobę bezrobotną w wieku 50+ może otrzymać dofinansowanie wynagrodzenia. To przykładowe formy wsparcia w powrocie na rynek pracy.

Firma „Lavoro” sp. z o.o. poszukiwała kandydatów na stanowisko pracownik produkcji. Do obowiązków pracownika należą prace związane ze wsparciem produkcji, kontrola jakości produkowanych elementów oraz utrzymanie czystości stanowiska pracy. Wymagane jest orzeczenie o niepełnosprawności, chęć do pracy, skrupulatność, odpowiedzialność i samodzielność. Zainteresowani mogą przysłać CV na adres: praca@lavoro.com.pl

Salowych i salowe do szpitali rekrutowała stacjarekrutacja.pl Pracodawca zapewnia środki ostrożności, pracę w bezpiecznych dla zdrowia warunkach, wsparcie doświadczonych przełożonych, a także możliwość długotrwałej

współpracy. Zainteresowani mogą kontaktować się telefonicznie: 510 013 640.

Prezentował się również będący w fazie przygotowawczej Zakład Aktywności Zawodowej w Poznaniu. W ZAZ Poznań będzie można pracować przy pakowaniu produktów, w palarni kawy i kawiarni, przy niszczeniu dokumentów, w pralni ekolo-

gicznej. Zapewnione będzie stałe zatrudnienie, rehabilitacja oraz dobre warunki pracy. Dodatkowych informacji dotyczących ZAZ Poznań udziela przedstawiciel Stowarzyszenia na rzecz Spółdzielni Socjalnych Przemysław Piechocki, e-mail: przemyslaw.piechocki@spoldzielnie.org

KAROLINA KASPRZAK



Porady i konsultacje na stanowisku Zakładu Ubezpieczeń Społecznych.

FOT. (3X) KAROLINA KASPRZAK



Kompleksowe informacje dostępne były na stanowisku Oddziału Wielkopolskiego PFRON.



Pierwszy kontakt z pracodawcą.

Ceramiczne cudeńka

Mam na imię Filip i od kilku już lat chodzę do Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Otuszu, który ma kilka pracowni o różnym profilu. Co miesiąc każda grupa zmienia się i przechodzi do kolejnej pracowni. W listopadzie razem z moimi kolegami Agatą, Agnieszką i Moniką z pracowni plastycznej przeszliśmy do pracowni ceramicznej, gdzie naszą terapeutką jest pani Asia.

Mieliśmy bardzo dużo pracy. Tworzyliśmy najróżniejsze ozdoby świąteczne. Także ciasteczka przy pomocy różnych foremek.

Wykorzystaliśmy różnego rodzaju przedmioty, aby je odcisnąć jak pieczętkę w glinie. Robiliśmy bombki na choinkę, półmiski na karpia w formie ryby, świeczniki, stroiki i dużo innych rzeczy. Malowaliśmy je szklivem w kolorach czerwieni, zieleni, granatu, złota śnieżnej bieli.

Pani Asia podpowiadała, który kolor najlepiej pasuje do danej ozdoby. Tak było miło, jak by duch świąt zakradł się do naszej pracowni. Nuciliśmy kolędy i nie wiedzieć kiedy, nadszedł koniec miesiąca. Nasze gotowe już prace zapako-

waliśmy w cylofan, dodając wstążeczki i etykiety. Trafiły na kiermasz świąteczny 5 grudnia 2022 roku w Konarzewie.

FILIP KALINOWSKI
UCZESTNIK W TZ „PROMYK”
W OTUSZU



FOT. (3X) ARCHIWUM W TZ „PROMYK”

Staże po studiach

27 stycznia obchodzony jest Dzień Pracownika Publicznych Służb Zatrudnienia. Obchodzą go pracownicy wojewódzkich i powiatowych urzędów pracy. Za priorytet sfery zatrudnienia uważa się ochronę istniejących miejsc pracy oraz wsparcie pracodawców. Jako osoba z niepełnosprawnością kilkakrotnie dzieliłem się

na łamach różnych czasopism własnymi doświadczeniami w kwestii poszukiwania pracy. W tym artykule chciałbym krótko opowiedzieć jak wyglądało moje poszukiwanie pracy tuż po ukończeniu nauki.

Gdy ukończyłem studia, zgłosiłem się do Powiatowego Urzędu Pracy (PUP) w Krapkowicach. Mimo niepełnosprawności i

wynikających z niej ograniczeń chciałem pracować na tzw. otwartym rynku pracy. Na początku zarejestrowałem się jako osoba poszukująca pracy, ponieważ wtedy pobierałem jeszcze rentę socjalną. Pieniądże przeznaczone na mój staż zawodowy pochodziły z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Musiałem

znaleźć sobie firmę, która umożliwi mi odbycie przygotowania zawodowego bądź wybrać instytucję wskazaną przez urząd. Wolałem samodzielnie dokonać wyboru ze względu na dobrą znajomość danej organizacji.

Z PUP w Krapkowicach skorzystałem z dwóch staży zawodowych. Pierwszy odbył się w Oddziale Opolskim PFRON, a drugi w Banku Spółdzielczym w Strzelcach. Brałem również udział w szkoleniach, dzięki którym mogłem podnieść kwalifikacje zawodowe.

KRYSTIAN CHOLEWA

Przygotowania do świąt

W naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie, w pracowni gospodarstwa domowego, wraz z początkiem grudnia rozpoczęliśmy przygotowania do świąt Bożego Narodzenia. Na zajęciach terapeutycznych spisaliśmy listę produktów potrzebnych do wypieku pierników.

W pobliskim markecie zakupiliśmy niezbędne składniki i ozdobne posypki do dekoracji pierników. Następnie przygotowaliśmy ciasto, dodając wszystkie niezbędne składniki. Z tak przygotowanego ciasta przy pomocy foremek wykrawaliśmy pierniki o świątecznych wzorach. Przygotowane

pierniki upiekliśmy w naszym piekarniku, w końcowym etapie zostało nam tylko lukrowanie i zdobienie. Pierniki były bardzo smaczne.

We wszystkich pracowniach trwały przygotowania do świąt i naszego grudniowego kiermaszu. Stroiki wykonane z szyszek i orzechów, sojowe świeczki o różnych świątecznych zapachach, kartki świąteczne, ceramiczne gwiazdorki – to wszystko było można zakupić na naszym kiermaszu. Cieszyliśmy się, gdy nasze prace ozdobiły domy i wigilijne stoły.

MONIKA ANDRZEJEWSKA
UCZESTNICZKA W TZ „PROMYK”
W KONARZEWIE



Mają poczucie własnej wartości

Zakład Aktywności Zawodowej w Przyjezierzu to miejsce, w którym pracują osoby z niepełnosprawnością. W tym zakładzie znajdują się hotel i restauracja.

Podczas wycieczki my, uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Pobiedziskach, zwiedzaliśmy budynek, głównie kuchnie i pokoje hotelowe, recepcję oraz pralnie. Był rów-

nież poczęstunek, tańce i obiad. Rozmawialiśmy z pracownikami, czym się zajmują, jakie mają hobby i stanowiska na swoim miejscu pracy. Mówili o tym zgodnie, że praca daje im dużo

satysfakcji, poczucie własnej wartości, pieniądze, samodzielność i odpowiedzialność.

DAWID KARPIŃSKI

NORBERT KOWALEWSKI

UCZESTNICY WTZ W POBIEDZISKACH



FOT. (4X) ARCHIWUM WTZ W POBIEDZISKACH



FOT. KAROLINA KASPRZAK

WERNISAŻ WYSTAWY FOTOGRAFICZNEJ „MOŻLIWE NIEMOŻLIWE”

Nigdy się nie poddawaj

Osoby z niepełnosprawnościami jak wszyscy ludzie mają marzenia i plany. Wychowankowie Dziennego Ośrodka Adaptacyjnego nr 1 w Poznaniu (DOA) przez kilka chwil wykonywali różne zadania, które sobie wymarzyli. Umożliwił to projekt pod nazwą „Możliwe Niemożliwe”, realizowany w DOA od lipca 2021 roku pod kierunkiem dwóch instruktorek terapii – Pauliny Kosteckiej i Jolanty Dawid-Fabianowskiej. Podsumowanie przeprowadzonych do tej pory działań projektowych odbyło się 2 grudnia 2022 roku w Klubie Osiedlowym „KRAĆ” Spółdzielni Mieszkaniowej Grunwald przy ul. Dmowskiego 37 w Poznaniu.

W toku zajęć rehabilitacyjno-terapeutycznych dla dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną okazało się, że mają one wiele różnych zainteresowań i marzeń związanych z poznaniem specyfiki pracy m.in. strażaka, policjanta, cukiernika, tramwajarza, pracownika warsztatu samochodowego, ratownika medycznego, florystki czy botanika. Ponieważ z różnych przyczyn nie mają możliwości podjęcia pracy bądź wolontariatu w wybranej profesji, kadra DOA nawiązała kontakty z przedstawicielami instytucji i firm,

które pomogły w spełnianiu marzeń zapraszając do swoich siedzib wychowanków, aby mogli zobaczyć jak wygląda na co dzień praca w danym zawodzie, z jakimi wyzwaniem się wiąże, jak dobrze się do niej przygotować i jak należy wykonywać poszczególne obowiązki.

Nie były to wyłącznie zajęcia teoretyczne, lecz przede wszystkim praktyka, gdyż każdy uczestnik projektu pod okiem doświadczonych w danym zawodzie osób mógł wcielić się w wymarzoną rolę. Jedna osoba uczyła się na fantomie ratować ludzkie życie, inna z kolei tworzyła ciekawe kompozycje kwiatów, jeszcze inna mogła przejechać się samochodem rajdowym, kolejna miała okazję poprowadzić audycję telewizyjną w Swarzędzkiej Telewizji Kablowej. Rezultatem tychże działań są fotografie prezentujące ich samych podczas wykonywania różnych zadań. Łącznie w projekcie udział wzięło 19 osób.

„Wystawa fotograficzna uwiecznia przeżycia wychowanków Dziennego Ośrodka Adaptacyjnego nr 1 w Poznaniu i obrazuje wybrane przez nich wymarzone role, które są spełnieniem najrozmaitszych pragnień. (...) Przez chwilę, przez parę godzin dały one radość i przyjemność wcie-

lenia się w atrakcyjną postać, zaistnienie w upragnionej roli zawodowej lub fikcyjnej” – czytamy w opisie projektu.

Wernisaż wystawy prowadziła Swiżłana Staszak. Głos zabrał m.in. Janusz Heller, kierownik Klubu „KRAĆ”. Dla rodziców, opiekunów oraz zaproszonych na wernisaż gości wystąpił zespół wokalo-instrumentalny „Puszka Band”, działający w DOA. W kilkunastominutowym występie wychowankowie placówki ukazali całe bogactwo talentów artystycznych,

a prezentacja przyniosła wszystkim wiele radości. Był to wyjątkowy dzień. Osoby z niepełnosprawnością intelektualną swoją determinacją i zaangażowaniem pokazały, że potrafią dobrze wykorzystać daną szansę. W tle jednej z fotografii widniało hasło: „Nigdy się nie poddawaj”. Oby każda osoba z niepełnosprawnością – wzorem wychowanków DOA – miała odwagę z takim samym zaangażowaniem walczyć o swoje marzenia.

KAROLINA KASPRZAK



Ryszard Tomaszewski ze Swarzędzkiej Telewizji Kablowej odebrał od wychowanków DOA podziękowanie za umożliwienie poprowadzenia telewizyjnych wiadomości.



Występuje grupa „Puszka Band”.



Goście oglądają wystawę.

Od najmłodszych lat chciała pomagać

Od listopada 2022 roku w naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej, jest nowa osoba pani Kinga Szaroszyk. Będzie pracować jako terapeutka w pracowni komputerowej. Zastąpiła na tym miejscu panią Agatę, która zrezygnowała z pracy. Pani Kinga mieszka w Książu Wielkopolskim.

Studiuje psychologię na Uniwersytecie SWPS na Wydziale Psychologii we Wrocławiu. W lipcu 2022 roku obroniła tytuł licencjata z psychologii kryminalistyczno-śledczej. Aktualnie kontynuuje studia na tym samym kierunku, jednak na innej specjalności. Tym razem jest to psychologia kliniczna. Pani Kinga ma bardzo ciekawe zainteresowania. Szczególnie interesuje ją kryminologia, psychogeriatra oraz seksuologia. Nauka i zagłębianie się w tajniki ludzkiej psychiki

sprawiają jej ogromną przyjemność.

W wolnych chwilach uwielbia spędzać czas z najbliższymi, a w szczególności ze swoim psem, który największą radość czerpie z długich spacerów. Jest także ciekawa świata, dlatego szczególnie zadowala ją planowanie wszelakich podróży po różnych zakątkach świata. Podczas jesiennej chandry dobra książka albo film wystarczą, aby wieczór był udany.

Kiedyś zapytałam panią Kingę, co sądzi o osobach niepełnosprawnych, odpowiedziała: „Miałam już wiele razy styczność z osobami niepełnosprawnymi w różnym stopniu i rodzaju. Przez ten czas nauczyłam się podchodzić do osób niepełnosprawnych z największym zrozumieniem, tolerancją i miłością, gdyż one właśnie tego najbardziej potrzebują. Kocham pracować z takimi

ludźmi. Nagrodą dla mnie jest ich szczerzy uśmiech i optymizm”.

A na pytanie: „Jest pani bardzo młoda osobą. Co panią skłoniło, aby tu pracować? Praca z osobami niepełnosprawnymi nie należy do łatwych”? Usłyszałam: „Od najmłodszych lat chciałam pracować z drugim człowiekiem, a wybranie psychologii utwierdzi-

ło mnie w przekonaniu, że jest to właściwa dla mnie droga. Cieszę się, że obrałam taki kierunek”. Po za tym pani Kinga jest miłą, wyrozumiałą osobą. Mamy nadzieję, że długo u nas pozostanie. Życzymy jej miłej i spokojnej pracy.

ZBIGNIEW STRUGAŁA
UCZESTNIK W TZ W CZESZEWIE



Życie z Piotrem na wesoło

24 listopada nie zawsze tak wypada,
że 8 lat na warsztacie nam przypada.
Lecz teraz to się zdarzyło,
by Piotrkowi Śliwińskiemu było miło
i pokazać, jak się w warsztacie żyło.
Na wesoło i z dystansem
parę wspomnień powróciło.
Moment jeden i daję głowę
i skojarzenia te gotowe,
w nich zawarte przeżyć chwile,
więc zapytać, no to ile?
Osiem lat nam Piotr podsumował,
prezentację przygotował
i za wszystko podziękował.

MICHAŁ OGONIAK



FOT. (2X) ARCHIWUM W TZ W ŚWARZĘDZU

Aktywny także zimą

Od najmłodszych lat dojrzewało we mnie przekonanie, że mimo niepełnosprawności powinienem być aktywny, nie poddawać się i stawiać czoła przeciwnościom losu. Jako dziecko robiłem tak zwane „pajacyki” na śniegu, zjeżdżałem z górki na sankach, bawiłem się z koleżankami i kolegami, nawet przy bardzo niskiej tempera-

turze. Urodziłem się w grudniu i stąd być może moje dość łatwe przystosowywanie się do zimowej aury.

Pewnego razu, podczas nauki w szkole podstawowej, skończyłem lekcję wcześniej i nie mogąc skontaktować się z rodzicami postanowiłem wrócić do domu pieszo w śniegu. Przeszedłem kilka kilometrów, a po dotarciu do domu byłem

cały i zdrowy. Była to dla mnie wielka radość.

Do szkoły średniej i na studia dojeżdżałem samodzielnie autobusem, dlatego musiałem stawić czoła barierom w postaci śliskich chodników i śniegu. W styczniu 2006 roku podczas turnusu rehabilitacyjnego terapii mowy i jękania w Zakopanem, gdy na dworze panował siarzysty mróz, musiałem cho-

dzić po Krupówkach i zadawać pytania treningowe turystom. Takie polecenie otrzymaliśmy od terapeuty – miało to na celu usprawnienie mowy. Zima nauczyła mnie, że trzeba starać się pokonywać różne przeszkody, także te, które przytrafiają się w życiu codziennym i nie są związane z trudnymi warunkami atmosferycznymi.

KRYSTIAN CHOLEWA

Dzień Życzliwości

Po raz pierwszy z okazji Dnia Życzliwości udaliśmy się do Szkoły Podstawowej im. Kawalerów Orderu Uśmiechu w Kobylnicy. Spotkanie odbyło się 2 grudnia 2022 roku, a organizację i pomysł przygotowali nauczyciele wraz z uczniami.

W szkole odbył się również kiermasz naszych prac. Nasza koleżanka Sandra w podziękowaniu zaśpiewała dwie piosenki „Zamiast” oraz „Tolerancja”. Tego dnia w pięknej sali gimnastycznej mogliśmy opowiedzieć uczniom i nauczycielom o tym, z czym zmagają się osoby z niepełnosprawnościami oraz pokazać używany na co dzień sprzęt ułatwiający nam życie.

Była też możliwość zobaczenia, jak się pisze i czyta alfabetem brajla. Pokazaliśmy też nasze teledyski oraz film, aby uczniowie mogli zobaczyć, co robimy i jak żyjemy. Było to miłe spotkanie, bo ciekawym rozmowom nie było końca. Uczniowie poszerzyli wiedzę o osobach z niepełnosprawnościami. Serdecznie dziękujemy za zorganizowanie tego spotkania dyrekcji, nauczycielom i uczniom.

MIROSŁAWA PENCZYŃSKA
UCZESTNICZKA WTZ W SWARZĘDZU



Święta to nie tylko prezenty

Uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej „Promyk” w Konarzewie i Otuszu (pow. poznański), a także wszyscy członkowie Stowarzyszenia na rzecz Osób Niepełnosprawnych „Promyk”, z największą drobiazgowością przygotowywali się do tego wydarzenia. 21 grudnia 2022 roku zasiedli przy stołach na tradycyjnej, stowarzyszeniowej wigilii. Osoby z niepełnosprawnościami przy wsparciu terapeutów zajęciowych przygotowały w przeddzień rybę po grecku, sałatki śledziowe, barszcz, kapustę z grzybami i inne potrawy. Przygotowano również na tę okoliczność piękną muzyczno-teatralną inscenizację bożonarodzeniową.

Talenty gospodarzy wydarzenia miały okazję podziwiać po raz pierwszy Senator RP Jan Filip Libicki. Obecni byli także: wicestarosta poznański Tomasz Łubiński, członek Zarządu Powiatu w Poznaniu Antoni Kalisz, radny Rady Powiatu w Poznaniu Sławomir Skrzypczak, wójt Dopiewa Paweł Przepióra, wicedyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Poznaniu Tomasz Woźnica, proboszcz Parafii pw. Św. Marcina i Św. Piotra w Okowach w Konarzewie ks. Adam Sczaniecki oraz przedstawiciele władz gmin-

nych i lokalnych mediów. Powitał ich Bogdan Maćkowiak, prezes Stowarzyszenia.

Jak zwykle z niecierpliwością wyczekiwane było przez rodziców osób z niepełnosprawnością oraz zaproszonych gości przedstawienie. Każda taka publiczna prezentacja to rezultat codziennej pracy terapeutycznej z osobami z niepełnosprawnościami – dążenie do wzmacniania ich samodzielności, nauka umiejętności radzenia sobie z treścią i formą występu, a przede wszystkim wzajemne pokonywanie ograniczeń i współdziałanie. Tym razem uczestnicy WTZ „Promyk” w Konarzewie zaprezentowali mini-spektakl odnoszący się do sposobu przeżywania świąt w aktualnych czasach. Zamiast cieszyć się z narodzin Jezusa i z obecności najbliższych, z którymi spędzać będziemy święta, biegamy po sklepach w poszukiwaniu wysokiej jakości porcelany, luksusowych, markowych prezentów, czerwonej bielizny, pościeli z wizerunkiem choinki i świątecznych bombek – jednym słowem wszystkiego, co ze świętami się kojarzy, lecz co nie jest w ich przeżywaniu najważniejsze. Uczestnicy „Promyka”, tak jak i – z pewnością – czytelnicy „Filantropa Naszych Czasów” – chcieliby, aby święta

przeżywano dziś jak dawniej: „aby para zwykłych trzewików i garść pierników cieszyła jak najdroższy podarek” (cytat z przedstawienia).

Z kolei talenty wokalne zaprezentowali uczestnicy WTZ „Promyk” w Otuszu wykonując kolędy i pastorałki oraz utwory o tematyce świątecznej. Nie mogło zabraknąć Maryi, Józefa i dzieciątka Jezus – role te zostały profesjonalnie odegrane przez osoby z niepełnosprawnościami i stanowiły o wysokim potencjale ich umiejętności artystycznych.

Boże Narodzenie jest najważniejszym świętem dla każ-

dego wierzącego człowieka. Nie choinki ani nie prezenty stanowią o jego wartości. Przygotowane przez uczestników WTZ „Promyk” przedstawienie i występy bez wątpienia na długo pozostaną w pamięci widzów, ponieważ przypomniły o tym, o czym na co dzień nie pamiętamy goniąc od jednego do drugiego sklepu – że najważniejszy jest człowiek, wiara w niego, nadzieja w pomyślność jutra, a w szczególności miłość, którą powinniśmy obdarzać innych każdego dnia, nie tylko w święta.

KAROLINA KASPRZAK



Śpiewa Mikołaj Lambryczak z chórkim.



Uczestnicy WTZ „Promyk” w Otuszu wykonują utwór w języku angielskim.



Przy wigilijnym stole.

Tu powstało



Grupa z trasy Rajdu Niepodległości.



W podziemiach katedry można oglądać fragmenty preromańskich grobów Mieszka I i Bolesława Chrobrego.



Zdjęcie przy dawnym Ratuszu w Murowanej Goślinie. Tu są tablice pamiątkowe poświęcone Powstańcom Wielkopolskim i setnej rocznicy Odzyskania Niepodległości.

Listopad w internacie Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych w Owińskach spędziliśmy bardzo aktywnie. Z Kołem Turystyczno-Krajoznawczym udaliśmy się na dwa rajdy. Pierwszy wyjazd spędziliśmy w Poznaniu na Ostrowie Tumskim. Naszym przewodnikiem była Ewa Baran – przewodnik miejski z BORT PTTK, która oprowadzała nas przez dwie godziny po „Wyspie Katedralnej” i opowiadała o początkach państwa polskiego.

Zobaczyliśmy, gdzie był pierwszy gród i gdzie prawdopodobnie został ochrzczony Mieszko I. Dowiedzieliśmy się, że w tym miejscu powstało pierwsze, na ziemiach polskich, biskupstwo misyjne, które objął biskup Jordan, a także pierwsza polska katedra, w której pochowano m.in. Mieszka I i pierwszych królów Bolesława I Chrobrego, Mieszka II oraz Przemysła II. Zeszliśmy również do podziemi katedry i obejrzeliśmy krótki film o jej historii oraz prezentowane tam odkrycia archeologiczne.

Pani Ewa oprowadziła nas także po wnętrzu Bazyliki Archikatedralnej św. Apostołów Piotra i Pawła, opowiadając ciekawe historie związane z tym miejscem, ukazując jednocześnie jej piękno, w tym Złotą Kaplicę z sarkofagiem i pomnikiem Mieszka I i Bolesława Chrobrego. Kiedy opuściliśmy wnętrze Katedry, na dworze było już ciemno, ale dzięki temu mogliśmy zobaczyć, jak piękne są iluminacje świetlne w tym uroczym zakątku Poznania. Na kolejny

ostatni rajd pieszy w tym roku kalendarzowym, udaliśmy się do Murowanej Gośliny. Na Plac Powstańców Wielkopolskich (Stary Rynek) dojechalśmy autokarem. Zapaliliśmy znicz pod pomnikiem poświęconym Poległym Powstańcom Wielkopolskim oraz Żołnierzom i Ofiarom Terroru Hitlerowskiego.

Następnie udaliśmy się pod budynek dawnego Ratusza gdzie umiejscowione są dwie tablice pamiątkowe poświęcone Powstańcom Wielkopolskim w 45 rocznicę Powstania oraz w 100 Rocznicę Odzyskania Niepodległości. Do Owińsk udaliśmy się pieszo. Czekala nas 8 kilometrowa trasa wiodąca uliczkami Murowanej Gośliny, ścieżkami leśnymi Puszczy Zielonki oraz polnymi drogami aż do zabudowań Bolechówka. Na skraju lasu zatrzymaliśmy się w miejscu Pamięci Narodowej poświęconemu 9 rozstrzelanym w 1939 roku, Polskim Obywatelom Patriotom.

Po zapaleniu znicza udaliśmy się w dalszą drogę. Po około godzinnym marszu czekała na nas niespodzianka. W Hotelu „Jaśmin” w Owińskach odbyło się zakończenie rajdu i naszego sezonu turystycznego. Spotkaliśmy się tam z grupą uczniów z krótszej trasy rajdu, którzy zapalili znicze na grobach żołnierzy na pobliskim cmentarzu. Zjedliśmy wspaniałą gorącą pizzę i przy dźwiękach muzyki rozpoczęły się tańce. Mimo zmroku i zimna w pogodnym nastroju wróciliśmy do Ośrodka. Czekamy do wiosny na nowe przygody na szlakach.

MARLENA GIŻYCKA
ZBYSŁAW KACZMAREK



Niepodległość to radość. Był także bal.

państwo polskie



Zdjęcie na tle Mostu Biskupa Jordana i Śródki.



Przy Kościele NMP, gdzie miał prawdopodobnie miejsce chrzest Mieszka I.



Wędrówka do Bolechówki.



Damian kładzie znicz pod Pomnikiem Poległych Powstańców Wielkopolskich, Żołnierzy i Ofiar Terroru Hitlerowskiego w Murowanej Góslinie.

Nastawieni na cele społeczne

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Krakowie opublikował 24 listopada 2022 roku na swojej stronie internetowej wyniki konkursu „Małopolski Lider Przedsiębiorczości Społecznej 2022”, który organizuje od 12 lat w celu promocji dobrych praktyk w zakresie przedsiębiorczości i integracji społecznej. Honorowy patronat nad konkursem objął Witold Kozłowski, marszałek województwa małopolskiego. Nagrody zostały wręczone laureatom w listopadzie 2022 roku podczas uroczystej gali konkursu w Muzeum Lotnictwa Polskiego.

„W ramach konkursu nagradzane są najlepsze w regionie przedsiębiorstwa społeczne, czyli firmy, które dbają o wysoką jakość produktów i usług, a przy tym z sukcesem łączą działalność ekonomiczną z realizacją celów społecznych jak tworzenie miejsc pracy dla osób w trudnej sytuacji czy realizacja usług społecznych w społecznościach lokalnych” – czytamy na stronie lider2022.pl

Pierwsze miejsce w ubiegłorocznej edycji „Małopolskiego Lidera” zajęła Fundacja na rzecz Wspierania Osób Niepełnosprawnych „Wydź z domu” w Moszczenicy – za stworzenie oferty turystycznej dla osób z niepełnosprawnościami oraz za przemyślane, kompleksowe

działania na rzecz osób niesamodzielnych, które przynoszą stabilność przychodów i zatrudnienia oraz umożliwiają realizację misji społecznej Fundacji.

Wyróżnienie w kategorii głównej konkursu przyznano Spółdzielni Socjalnej „Czystość” z Sękowej. Doceniono ją za konsekwentne inwestycje w kwalifikacje pracowników skutkujące rozwojem usług na rzecz społeczności lokalnej. W kategorii Debiut Roku 2022 zwyciężyła Fundacja „Razem dla Życia” z Proszowic. Kapituła doceniła wykorzystanie przez nią potencjału branży rehabilitacyjnej oraz aktywizację osób słabowidzących i niewidomych. Tytuł „Podmiot Reintegracyjny Roku” otrzymał Warsztat Terapii Zajęciowej w Pobiedzianach Małym prowadzony przez Chrześcijańskie Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych „Ich Rodzin” i Przyjaciół „OGNISKO” – za wieloaspektową współpracę w środowisku lokalnym na rzecz reintegracji społeczno-zawodowej.

Wyróżnienie w kategorii „Podmiot Reintegracyjny Roku” otrzymał Warsztat Terapii Zajęciowej im. Jana Pawła II prowadzony przez Fundację Rozwoju, Edukacji, Pracy i Integracji w Tarnowie. W kategorii Samorząd Przyjazny Ekonomii Społecznej kapituła wyróżniła Gminę Stary Sącz – za szerokie włączenie organizacji pozarządowych w działania ma-

jące na celu budowę społecznie odpowiedzialnego terytorium poprzez utworzenie spółdzielni socjalnej. Laureatami w kategorii Biznes Przyjazny Ekonomii Społecznej w Małopolsce zostały firmy UBS Business Solutions Poland sp. z o.o. oraz Herbewo International S.A. Nagroda publiczności trafiła natomiast do Spółdzielni Socjalnej „Albert” z Chelmka, która zdobyła najwięcej głosów w internetowym plebiscycie organizowanym na stronie internetowej konkursu: www.lider2022.pl

Ponadto organizator w publikacji na swojej stronie zaznacza również, że organizacja konkursu nie byłaby możliwa bez zaangażowania wrażliwych i aktywnie działających na rzecz rozwoju ekonomii społecznej partnerów strategicznych: Małopolskich Parków Przemysłowych sp. z o.o. – sponsora nagrody głównej oraz firm: Banku Gospodarstwa Krajowego, Tauron, Airport Kraków – Międzynarodowego Portu Lotniczego im. Jana Pawła II Kraków-Balice sp. z o.o., Kopalni Soli „Wieliczka” S.A., Spółki Koleje Małopolskie sp. z o.o. oraz Związku Lustracyjnego Spółdzielni. Przedsięwzięciu patronowali również: Małopolska Łoża BCC, Forum Odpowiedzialnego Biznesu, Małopolski Fundusz Ekonomii Społecznej, TVP Kraków, Radio Kraków oraz Głos24. *Oprac. RED.*

pocztą
✉ **FILANTROPIA**

Nazywam się Damian Rodak. Mam 36 lat. Jestem osobą niepełnosprawną od urodzenia i obecnie najniższym dorosłym Polakiem wpisanym do polskiej księgi rekordów i osobiowości. Mam 106 centymetrów wzrostu, zniekształcenie wszystkich kończyn i stawów oraz wiele innych schorzeń. Dwa lata temu byłem ofiarą wypadku komunikacyjnego. Ledwo uszedłem z życiem, a mój stan zdrowia mocno się pogorszył. Spędziłem ponad dwa miesiące w szpitalu, na nowo musiałem uczyć się chodzić, chociaż i tak większe odległości pokonuję na wózku inwalidzkim. Czekają mnie jeszcze co najmniej dwie poważne operacje.

Gdy chodziłem do szkoły średniej i przebywałem w internacie, moi rodzice się rozstali. Tato został na wsi, a mama przeprowadziła się do oddalonego o 50 kilometrów miasta, gdyż tam mieliśmy rodzinę. Po ukończeniu szkoły zamieszkałem z mamą. W mieście miałem więcej możliwości rozwoju i rehabilitacji. Mieliśmy kontakt z tatą, ale rodzicom na odległość żyło się lepiej. Kiedy tylko zdrowie mi na to pozwalało, pracowałem z dziećmi jako animator i klaun. Graliśmy spektakle i przedstawienia, często również charytatywnie w szpitalach dziecięcych. Ta praca sprawiała mi ogromną radość i satysfakcję. Widok zadowolonych i szczerze uśmiechniętych twarzy dzieci pozwalał mi choć na chwilę zapomnieć o niepełnosprawności i trudach życia codziennego.

Rok temu tato zmarł i postanowiliśmy z mamą, która ma 71 lat, wrócić do naszego rodzinnego pomieszczenia domu. W mieście wynajmowaliśmy dwa pokoje, na trzecim piętrze bez windy, ze wspólną łazienką, jednak ciągle rosnące koszty wynajmu sprawiały, że z coraz większym trudem zamykaliśmy nasz budżet. Na wsi obecnie jest o wiele lepiej – cisza, spokój, a przede wszystkim są mniejsze opłaty niż za wynajem w mieście.

Zwracam się z serdeczną prośbą do czytelników miesięcznika „Filantrop Naszych Czasów” o wsparcie w zebraniu pieniędzy na remont dachu naszego pomieszczenia domu. Jest mi bardzo niezręcznie prosić Was o wsparcie, ponieważ zawsze to ja pomagałem innym. Dom jest wpisany na listę zabytków gminnych, co podnosi koszty



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Pomagałem innym, teraz sam potrzebuję pomocy



wszelkich remontów. Mamy już trochę pieniędzy odłożone, ale to ciągle zdecydowanie zbyt mało, aby rozpocząć remont dachu. Sama „robocizna” po wstępnej wycenie to koszt 33-35 tysięcy złotych. Materiały – to kolejne 35-40 tysięcy złotych. Sami nie damy rady zebrać takich sum i stąd moja prosba.

Jeśli jesteście Państwo w stanie w jakikolwiek sposób mi pomóc (czy to przez pomoc finansową czy w zorganizowaniu materiałów budowlanych lub każdy inny możliwy sposób) to proszę o kontakt. Jest to dla mnie ogromnie ważne, aby zapewnić sobie i mamie odrobinę spokoju związanego z miejscem zamieszkania. Darowizny na remont można przekazywać na mój rachunek bankowy: 88 1320 1537 0152 3135 3000 0001. Za okazane wsparcie z góry serdecznie dziękuję.

DAMIAN RODAK
DAMIANOKIA5@GMAIL.COM



FOT (4X) ARCHIWUM AUTORA



Niewidomi programiści

Technologie cyfrowe – to ważna dziedzina w edukacji i rehabilitacji osoby z niepełnosprawnością narządu wzroku. Stowarzyszenie „Pomóż Dziecku Niewidomego” w Owińskach (pow. poznański) realizuje program rozwoju organizacji nastawiony na wdrażanie w środowisku osób niewidomych i słabowidzących innowacyj-

nych działań w zakresie edukacji informatycznej.

Na stronie internetowej <https://powiat.poznan.pl> czytamy, że „w trakcie trwania projektu niewidomyprogramista.pl – program rozwoju Stowarzyszenia „Pomóż Dziecku Niewidomego”, realizowanego ze środków Narodowego Instytutu Wolności Centrum Społeczeństwa Obywatelskie-

go (Program Rozwoju Organizacji Obywatelskich – priorytet 1a.) powstała jedyna w Europie strona internetowa i platforma e-learningowa (dedykowana wyłącznie niewidomym i słabowidzącym). Strona www.niewidomyprogramista.pl zawiera artykuły technologiczne związane z dostępnością dla niewidomych nowych technologii oraz opis innowacji stworzonych w ramach działalno-

ści organizacji”, zaś platforma ciekawe e-kursy.

Na uwagę zasługuje fakt, że zarówno strona internetowa jak i platforma e-learningowa zostały zaprojektowane z uwzględnieniem obowiązujących standardów dostępności dla osób ze specjalnymi potrzebami. Narzędzia służące edukacji i pogłębianiu umiejętności przydatnych na rynku pracy są przygotowane w oparciu o standard WCAG 2.1. Wszystkich zainteresowanych zapraszamy do odwiedzenia strony i platformy. **Oprac. KK.**

Groźna, bolesna choroba

Małżeństwo Alina i Paweł Kitlas, od co najmniej 2014 roku, przeżywają oboje groźną, bolesną i tragiczną chorobę, która z roku na rok nieustannie narasta. Lekarze, niestety, są bezradni, jak walczyć z chorobą zwłaszcza pana Pawła i jakie są jej przyczyny. Mimo wszystko chorzy chcą żyć. Nie tracą nadziei. Proszą o wsparcie, liczą na pomoc u lekarzy za granicą, jeśli nie pomogą specjaliści w Polsce.

Pani Alina choruje na epilepsję, ma poważnie chory kręgosłup i przepukliny, grozi jej wózek inwalidzki. Mąż cierpi na chorobę nieuleczalną, jak dotąd, bez diagnozy. Rosną guzy na nogach i w wielu miejscach wewnątrz całego organizmu. Żona stara się walczyć ze wszystkich sił o zdrowie męża. Wystarała się o nagłośnienie choroby Pawła między innymi w telewizji. Dzięki temu pani Katarzyna Oleksik na stronie programu „Dzień dobry TVN” tak pisała o początkach rozrastających się guzów:

„Kłopoty pana Pawła zaczęły się od puchnących stóp i kostek. Obrzęk był tak duży, że o założeniu butów nie mogło być mowy. Choć opuchlizna ustąpiła samoistnie, to problem nie zniknął. Po pewnym czasie obrzęk objął całą nogę, do tego zaczęły się na niej tworzyć bolesne guzy. Kiedy mężczyzna w 2014 roku trafił do szpitala z powodu problemów kardiologicznych, prosił lekarzy, aby przyjrzyli się guzowi, którego ma na nodze. Zmiana bardzo szybko rosła. Kiedy pan Paweł trafił na oddział, ważyła już około sześć kilogramów. Po kilku dniach w szpitalu jej masa zwiększyła się dwukrotnie”.

Przez kolejne dwa lata guzy bolały i utrudniały normalne funkcjonowanie. Rano trzeba było założyć ubranie, a wieczorem nie dało się zdjąć, trzeba było rozcinać. Lekarze odprowadzili Pawła z informacją, że nie mogą mu pomóc. Zmaga się z chorobą już co najmniej dziewięć lat. Dowiedział się, że w medycynie jego rzadka choroba określa się mianem „słoniowaczyny”. Jest to prawdopodobnie zaawansowany obrzęk limfatyczny. Niestety, dowiedział się też, że problemem jest brak specjalistycznej wiedzy i umiejętności w leczeniu „słoniowaczyny”.

– W ramach badania genetycznego, które jest w toku, otrzymałem zaświadczenie o prawidłowym genotypie – mówi pan Paweł. – Byłem leczony już chyba przez lekarzy wszystkich specjalności: onkologa, dermatologa, chirurga naczyniowca i w przychodni leczenia bólu. Niestety, nic z tego nie wyniknęło. Guzy powstają, a ich rozmiary coraz bardziej utrudniają mi życie.

Mimo ciężkiej choroby chce studiować informatykę, ma plany i marzenia. Niestety, mimo operacji guzów ciągle wyrastają nowe.

– Cierpię z powodu nieustającego bólu, który porównać można z bólem porodowym – dodaje pan Paweł. – Bólu, który odbiera spokojny sen. Wywołują go rosnące guzy porożsiewane wewnątrz i na zewnątrz mojego organizmu. Bez względu na podejmowane operacje ich usunięcia, wciąż powstają kolejne, nawet w kilka godzin. Ten najgorszy ważył 27 kg. Ten 15-kilogramowy miał szerokość 25 cm. Na domiar złego na co dzień towarzyszą mi



FOT. (2X) ARCHIWUM RODZINNE

przypadki nagłej utraty świadomości lub mowy. Czasami jest to samoistne unieruchomienie różnych części ciała, co powoduje, że moje ciało na kilka lub kilkanaście godzin dosłownie zastyga w jednej pozycji.

W skrajnie trudnej sytuacji małżeństwo Alina i Paweł Kitlas zdecydowali się szukać ratunku dla zdrowia i życia. Leczenie, diagnoza i rehabilitacja

odbędzie się prawdopodobnie poza Polską, koszt jest znaczny. Dlatego prosimy naszych Czytelników o darowizny na konto bankowe pana Pawła nr 45-1940-1076-6551-5918-0000-0000.

Można też wykorzystać link do zbiórki: <https://www.uratujecie.pl/potrzebujacy/Pawel-Noga#Oprac.MB>

Park szachowy i przyroda

Wyieczki i krótkie wyjazdy są dla każdej osoby z niepełnosprawnością ważnym elementem rehabilitacji. Jeśli tylko mamy trochę pieniędzy i czasu, wybierzmy się w podróż, choćby do miejscowości nieznacznie oddalonej od naszego miejsca zamieszkania. Podróże kształcą i pozwalają odpocząć od codziennych zmartwień. W

ostatni weekend października ubiegłego roku miałem okazję odwiedzić Polanice Zdrój.

Jest to moim zdaniem idealne miejsce wypoczynku zarówno dla osób młodych, jak i starszych oraz z różnego rodzaju niepełnosprawnościami. Urokliwe, zadbane, pełne sklepów z pamiątkami, mostków i cudów

przyrody, które wyjątkowo zachwycają zwłaszcza wiosną, latem i jesienią. Odwiedziłem pijałnię wód, gdzie piłem wodę ze źródła, teatr, zakład przyrodolecniczy, a także park zdrojowy z charakterystyczną werandą na wzgórzu. Ostatnim punktem wycieczki był wieczorny pokaz podświetlanej, kolorowej fontanny z efektami audiowizualnymi.

W Polanicy Zdrój byłem dwa dni. Drugiego dnia odwiedziłem wspomniane sklepy z pamiątkami, gdzie wybrałem dla moich bliskich kartki pocztowe i różne gadzety. Niewątpliwą atrakcją tego miejsca jest ponadto park szachowy, w którym można zobaczyć sporych rozmiarów figury szachowe. Park ten powstał w 1911 roku. Można w nim rozegrać partię szachów i sprawdzić swoje umiejętności w tej pasjonującej grze.

KRYSTIAN CHOLEWA

Codziennie pod górę⁽⁴¹⁾

Już nie po płaskim idę, jak ostatnio, ale znowu faktycznie w górę. Zmiany u nas, niby nie duże, ale jednak. Chyba dalej rozwijamy się, dojrzewamy z Markiem, choć w naszym wieku dawno powinniśmy mieć to już za sobą. Marek nie ma jeszcze nowej pracy, ale staram się nie stresować tym i wierzyć, że da radę znaleźć coś interesującego dla siebie.

Trochę przeżyłam rozczarowanie, bo prawdę mówiąc myślałam, że może jednak w tajemnicy bardziej intensywnie, niż to widać „po wierzchu”, rozgląda się za nowym miejscem i może ma coś już na oku. Niestety, z tego co rozmawialiśmy, chyba nie bardzo, ale rozumiem, że musi trochę odpocząć. Na razie został w pracy zwolniony z obowiązku i jest do końca okresu wypowiedzenia w domu, ale mu za to płacą. Potem otrzyma dwie pensje odprawy, czyli tak właściwie nowe stanowisko przyda się dopiero od marca. Próbuję rozumieć go w jego lękach. Nie tylko tych związanych ze zmianami zawodowymi, ale także z prawem jazdy. Stracił je wiele lat temu, a potem jakoś nie miał okazji i ochoty, żeby je odnowić. Raz prawie skończył zajęcia teoretyczne i nawet miał parę jazd po mieście, ale akurat wyznaczili mu termin operacji ręki i wszystko się rozmyło. Zapytałam go ostatnio z ogromną nadzieją, że może teraz pojeździe do tego prawa jazdy, ale wyszły wszystkie jego lęki i pesymistyczne nastawienie. W pierwszej chwili byłam zła i zniecierpliwiona, ale pomyślałam, że to jest mój plan na jego życie, jednak nie musi być to jego plan. Ja też mam swoje lęki, obawy, nie lubię, kiedy ktoś na mnie naciska, więc dałam spokój i powiedziałam tylko: „wiem kochanie, że to niełatwe, ale może się uda i byłoby nam wygodniej z samochodem”. Teraz Marek remontuje pokój, z czego też jestem bardzo zadowolona, bo dawno o tym marzyłam.

Oboje nie jesteśmy pedantami i nie raz wstyd mi było za nasze brudne ściany, gdy przychodzili goście. Piszę teraz za zamkniętymi drzwiami, a on burczy tam w oddali jakimś

elektronarzędziem. Jestem też zadowolona, że wreszcie robi coś u nas, bo na to nigdy nie miał czasu, a na remonty do rodziców jeździł, gdy tylko pojawiała się taka potrzeba. Zawsze miałam o to do niego żal, ale też w sumie nigdy tak wprost nie prosiłam, żeby zrobił coś u nas. Nawet teraz nie przyznał się rodzicom, że już nie musi chodzić do pracy i jest w domu, bo by mu zaraz jakąś robotę wymyślili. Śmieszne, że dorosły człowiek musi się ukrywać z tym, że ma wolne i może po prostu chce coś zrobić u siebie albo odpocząć.

Dawniej zawsze denerwowało mnie jego nadmierne przywiązanie do rodziców i ciągłe wyjazdy do nich. Teraz, kiedy odnowiłam kontakty z moją rodziną, uśmiecham się tylko, jak mówi, że do nich jedzie, a ja w tym czasie odwiedzam swoich bliskich. Rzadko jeżdżę z Markiem do jego rodziny. Powiedziałam mu wprost, że w święta, urodziny,

Często z tym Pawłem i znajomym kierowcą busa – Grześkiem jeździmy do rodziców Marka. Za każdym razem Marek z Grześkiem robią sobie z niego żarty, które dla mnie nie są w ogóle śmieszne. To okrutne, że tak kpią z jego niepełnosprawności, bo wiedzą, że nie potrafi się przed tymi żartami obronić. Patrząc zawsze na nich i szczerze mówiąc czułam niesmak, a nawet pogardę dla Marka, że tak się wobec Pawła zachowuje. Jechaliśmy niedawno na urodziny mamy Marka i powtórzyła się ta sama sytuacja. Znowu niewybredne żarty, że Paweł nie znajdzie sobie żadnej dziewczyny, więc najlepiej niech sobie kupi kozę. Mam nadzieję, że celowo nie chcą mu zrobić przykrości i są przekonani, że on też traktuje to jak żarty. Trudno mi zrozumieć, że taki wrażliwy człowiek jak Marek postępuje tak z drugą osobą.

Pomyślałam też o sobie i swoich zachowaniach. Sama niedawno pisałam, że nie



FOT. KAROLINA KASPRZAK

imieniny – tak, ale nie częściej. On też nie przepada specjalnie za moją rodziną, więc i ja „nie ciągnę” go do nich. Mam wrażenie, że w coraz większej ilości spraw zaczynamy się bardziej nie tylko dogadywać, ale i bardziej się rozumiemy. Przebrnęłam nawet przez trudną dla mnie sytuację reakcji Marka na inność.

Marek ma znajomego, który jest osobą z lekką niepełnosprawnością intelektualną.

wiem właściwie czemu ranią bliskie przyjaciółki odsuwając się od nich i przestając im okazywać zainteresowanie pod pozorem stawiania granic. Może Marek i Grzesiek inaczej nie potrafią i w taki sposób, trochę głupio i szczeniacko okazują Pawłowi swoje zainteresowanie?

Pisząc o Marku chcę też wspomnieć o naszym wspólnym wyjściu, z którego bardzo się cieszę. Byliśmy na

wystawie obrazów Zdzisława Beksińskiego. Trudno powiedzieć, że było przyjemnie, bo jego prace zawsze budzą wiele negatywnych emocji we mnie, głównie związanych ze śmiercią. Atmosfera naszego wyjścia nie była swobodna, bo czułam się trochę spięta, jak na pierwszej randce, ponieważ dawno nigdzie razem nie wychodziliśmy. Moja radość dotyczy tego, że byliśmy tam razem, coś razem przeżyliśmy, co było nowym tematem do rozmów. Terapeuta zawsze mi powtarzał, że to w związku jest bardzo ważne, ale ja jakoś nie potrafiłam się przebić przez mur zmęczenia Marka spowodowany pracą. Takie są widać plusy takich trudnych życiowych sytuacji jak jej utrata. Jedną jest tylko sytuacja, z którą nie do końca chyba się pogodziłam.

Marek ma koleżankę w pracy – kobietę wychowującą samotnie dziecko. Marek mówi mi o każdej wiadomości od niej, a ja nie chcę wyjść na zazdrośnicę i niepewną siebie. Czasem jednak gromadzi się we mnie dużo złości na niego, że kontynuuje tę znajomość i na nią, że przyczepiła się do mężczyzny w związku. Z tego, co mówi Marek, ona częściej inicjuje te kontakty, niż on, ale jakoś nie potrafi, nie chce rozluźnić tej znajomości. Po coś jest mu ona potrzebna, coś daje.

Gdy Marek dostał wypowiedzenie, przyszedł pocztą talony z mojej starej pracy na dość wysoką kwotę i jeszcze w jednym z czasopism, gdzie pisywałam nieregularnie, zaproponowano mi stałą współpracę. Uśmiecham się, bo poczułam, jakby świat dawał mi znaki, że nam sprzyja i wszystko będzie dobrze. Tak, jestem niepoprawną optymistką, która zawsze widzi szklankę do połowy pełną. Bo przecież każdego dnia zdarzają się małe radości, którymi warto się cieszyć. Czy mam jakieś noworoczne postanowienia? Może starać się być bardziej sobą, albo nie starać się tylko być. A Wy robicie noworoczne postanowienia? W Nowym Roku 2023 życzę Wam wszystkiego co najlepsze, zdrowia, miłości i zrozumienia ze strony innych. S.A.

Makrama... moja cisza, moja pasja

Mam na imię Ewa, jestem Muczeniczką Klubu Samopomocy w Kleszczewie. To miejsce jest skarbnicą inspiracji. Lubię i potrafię szyć. Opanowałam inne umiejętności, jednak najbardziej lubię pracę ze sznurkiem. To moja pasja, którą rozwijam i doskonalam.

Makrama jest sztuką, która polega na zaplataniu artystycznych supełków bez użycia igły czy szydełka, za pomocą tylko samych dłoni. Nitka nie ma mocy twórczej; to jedynie narzędzie, w które artysta zaklina swoją wolę. Sznurek jest po prostu twoją potrzebą tworzenia. Wydaje się, że wiązanie nitek jest bardzo proste? Wymaga jednak dużego skupienia, co daje niezwykle efekty. Powstają przedmioty

użyteczne i dzieła artystyczne ozdobne, żadna praca nie jest taka sama, każda jest wyjątkowa i jedyna w swoim rodzaju.

Dzięki temu, że makrama to sztuka, do której używa się tylko dłoni, ma ona wpływ terapeutyczny. Jeśli chodzi o ciało, dobrze wpływa na ćwiczenie zdolności manualnych i zręczności. Ćwiczy również synchronizację półkuli mózgowych, dzięki czemu tworzą się nowe połączenia neuronowe. Ma niesamowite działanie wyciszające. Uczy cierpliwości i dokładności. Osobiście sprawia mi radość, czuję dużą satysfakcję, kiedy ukończone dzieło wywołuje zachwyt i jest ozdobą lub przydatne do dekorowania nowej przestrzeni.

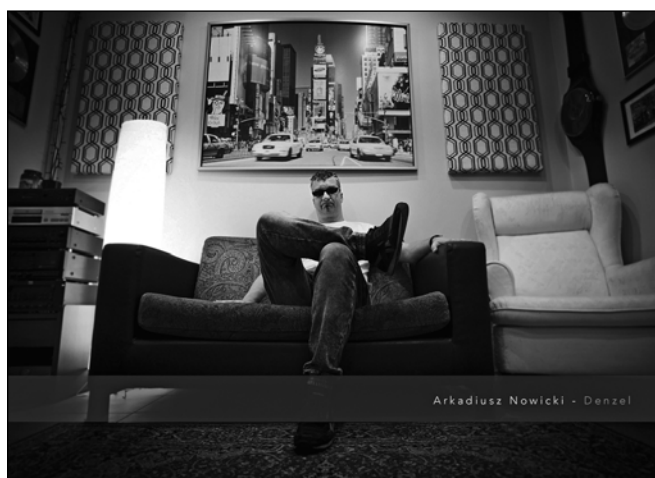
EWA JENDRASZAK



FOT. ARCHIWUM KLUBU SAMOPOMOCY W KLESZCZEWIE



Stowarzyszenie "ISKRA"



Arkadiusz Nowicki - Denzel



Piotr Wojciechowski - Jackson



Sandra z Zespołem - Sandra z Zespołem

Zbiór wielkich gwiazd

„Gwiazdozbiory” jest projektem ukazującym pragnienia osób niepełnosprawnych, które wcieliły się w swoich idoli muzycznych. Film ten jest filmem dokumentalnym z dużą dozą pięknych zdjęć i kadrów filmowych. W projekcie wzięli udział podopieczni Stowarzy-

szenia „ISKRA”. Dzięki doskonałej charakterystyce i grze aktorskiej powstał film niezwykle barwny i wesoły.

Spotkać tam się można z Michaeliem Jacksonem, Tiną Turner, Denzelem, Sandrą z zespołem, Michałem Wiśniewskim i Zenkiem Martyniukiem. Nasze

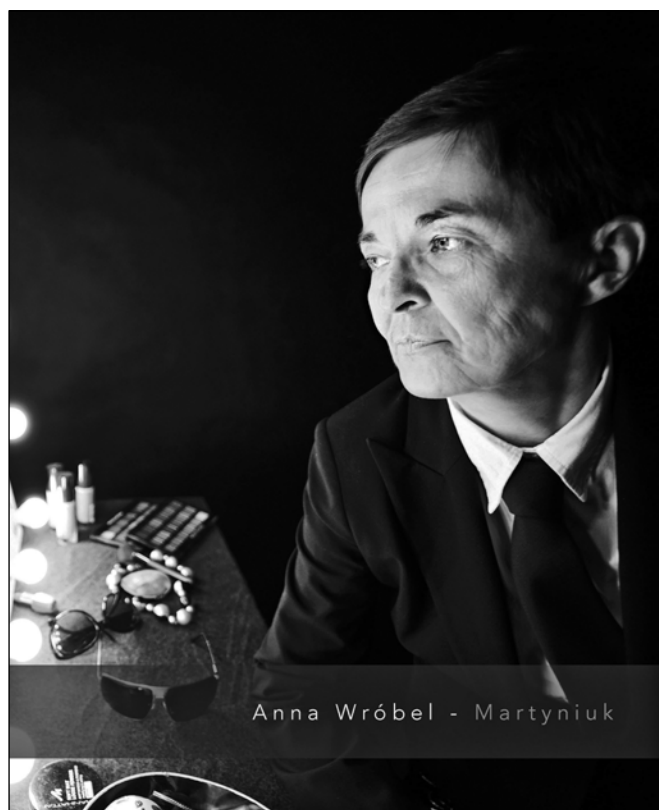
gwiazdy opowiadają, jak to jest być popularnym, a także przybliżają blaski i cienie sławy. Całość projektu okraszona została autorską muzyką – typową dla danego wykonawcy stworzoną przez naszego terapeutę – zawodowego muzyka Marcina Książaka. „Gwiazdozbiory” wieńczy teledysk do stworzo-

nej w placówce piosenki w wykonaniu uczestnika projektu Ryszarda Oudineta. Projekt jest dostępny na kanale YouTube Stowarzyszenia „ISKRA”. Serdecznie zachęcamy do jego wysłuchania i obejrzenia.

MARYSIA DOLATA
MARCIN KACZYŃSKI



Ryszard Oudinet - Wokalista



Anna Wróbel - Martyniuk



Alicja Kanikowska - Wiśniewski

FOT. (8X) MARCIN KACZYŃSKI



Andrzejki dla seniorów

Na zaproszenie Starosty Poznańskiego dziewięcioosobowa grupa seniorów z gminy Kleszczewo uczestniczyła w zabawie andrzejkowej, która odbyła się 25 listopada 2022 roku w sali widowiskowej Centrum Rehabilitacyjno-Kulturalnego w Konarzewie. Po uroczystym powitaniu przez władze powiatu i organizatorów rozpoczęły się pokazy iluzjonisty. Z zapałym tchem uczestnicy przyglądali się magicznym sztuczkom.

Potem były wspólne tańce pod kierunkiem animatorek, przy akompaniamencie bardzo energetycznej muzyki. Uczestnicy mogli się wykazać znajomością polskich piosenek w konkursie „Jaka to melodia”. Były też tańce z baloni-

kami. Każdy uczestnik biorący udział w konkursie nagrodzony został upominkiem. Zebrani mogli też podziwiać Kabaret „Humoreska” z Lubonia, który zaprezentował piosenki z lat 20-tych i 30-tych oraz walkę dobra ze złem.

Miedzy konkursami można było pisać w kółeczku czy też w parach oraz skorzystać z rad wróżki Lili. Zmęczeni tańcami uczestnicy raczyli się kawką, herbatką, dobrym ciastkiem oraz zimnymi przekąskami. Po zabawie tanecznej uczestnicy zostali poczęstowani gorącym żurkiem. Wzmocnieni fizycznie i duchowo z radością powrócili do domów. Wyjazd ten odbył się dzięki Ośrodkowi Pomocy Społecznej w Kleszczewie.

HALINA JEGER



FOT. (2X) ARCHIWUM OPS W KLESZCZEWIE

Nasze życie



w naszych domach

18 listopada 2022 roku grupa uczestników z „Iskry” wraz z terapeutami pojechała do kina w Centrum Kultury Zamek w Poznaniu na Festiwal Filmów Niecodziennych. Wyświetlano nasz film dokumentalny pod tytułem „Ja i mój świat”.

Film pokazywał nasze życie w naszych domach. Były tam też inne grupy z warsztatów terapii zajęciowej i były wyświetlane ich filmy i było wiele osób na tych filmach. Filmów było chyba osiem i wszystkie były dobre. Po każdym filmie było można wyrażać swoje zdania na temat tych filmów. Trzy filmy nie przypadły mi do gustu i byli też jurorzy i był

pan reżyser serialu „Na Wspólnej”, który nazywa się Jacek Filipiak. Była z nim też aktorka Julia, oraz nasza wspanią grupa z „Iskry”.

Mieliśmy wykonywane zdjęcia, które robił nasz najlepszy fotograf pan Marcin Kaczyński i była z nami terapeutka pani Marysia. Były nagrody, wyróżnienia oraz dyplomy i grupa z „Iskry” dostała wyróżnienie. Później był przepiękny koncert. Bardzo mi się to podobało, mimo że byłam tam pierwszy raz. Impreza była udana.

MAGDALENA ZAREBSKA
UCZESTNICZKA ŚDS „ISKRA”
W POZNANIU



PAULINA SZYNKA
POZNAŃ

Wyspa marzeń

*Jest takie miejsce, gdzie czas się zatrzymał
Kamienie szepczą historie niezwykle
Kwiaty dzielą się swoim zapachem
Falują zielone gaje oliwne
Przytulają się do niech cyprysy
Morzem roztacza się zapach lawendy
Rosną nieśmiertelniki
Jest mały rynek na kamiennym wzgórzu
Czerwienią się papryki i dachy
Arbuzy są słodkie i duże
Melony, kiwi – soczyste
Barwne chusty na głowach kobiet
Bogactwo kolorów ogniste
Gdy zamykam mocno oczy
Widzę skaliste wybrzeże
Piękne wyspy, zatoki
Głębokie doliny rzek
Dzikie, urwiste wąwozy
Stary Dubrownik wita mnie przyjaźnie
Wznoszą się bramy i wieże kościołów
Przeglądają się w oceanie
Chmury są ładne i słońce
Ludzie mili, serdeczni
Jeżowce pływają w wodzie
Marzę, by tam pojechać.*

*

Paulina Szynka, uczestniczka Dziennego Ośrodka Adaptacyjnego nr 1 w Poznaniu, jest laureatką I miejsca w konkursie „Słowa, dobrze, że jesteście” organizowanym przez Fundację Anny Dymnej „Mimo Wszystko”.

To jeszcze nie czas na pełne podsumowanie roku, ale już teraz możemy powiedzieć, że każdy rok przynosi Fundacji im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ wiele nowego i dobrego. Realizujemy cykliczne projekty i wydarzenia, a wśród nich są warsztaty dla terapeutów, instruktorów i wolontariuszy z różnych stron Polski. Te działania to ogólnie arteterapia drogą do twórczej integracji, które Fundacja realizuje od ponad 10 lat. Właśnie zakończyła się siódma edycja projektu współfinansowanego przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

W minionym roku odbyło się 13 warsztatów z różnych gałęzi arteterapii. Praca nad organizacją szkoleń to zawsze duże wyzwanie. Przykładamy szczególną wagę, aby zapewnić do-

godne warunki warsztatowe, najlepsze materiały i pomoce, ale przede wszystkim najlepszych specjalistów – praktyków z poszczególnych dziedzin. Zorganizowaliśmy warsztaty: zabawoterapii, choreoterapii, hortiterapii, plastykoterapii (I i II stopnia), biblioterapii, ABC arteterapii, teatroterapii, skulpturoterapii oraz warsztaty rozwojowe: komunikacja i budowanie relacji.

Każda z tych form może być wykorzystana w pracy z osobami z różnym rodzajem i stopniem niepełnosprawności. Uczestnicy mogli wybrać jeden warsztat i wynieść z niego to, czego akurat potrzebują w swojej pracy, by odpowiedzieć na potrzeby i możliwości swoich podopiecznych. Wiele osób wraca do nas co roku, zachęcając do udziału swoich znajomych. Jest to dla nas wspaniała informacja i prawdziwe PODAJ



Arteterapia – twórcza integracja

DALEJ! Oznacza, że przeszkoleni terapeuci korzystają ze zdobytych umiejętności i osiągają coraz lepsze wyniki w pracy ze swoimi podopiecznymi. Świadczą o tym ich wypowiedzi:

Dzięki poznanim metodom pracy będę mogła w różnorodny sposób wspierać moich podopiecznych.

Urzekło mnie spojrzenie na komunikację z wielu stron. Było żywo i dynamicznie, jak zwykle z Olą Chodasz. Scenki wywoływały mnóstwo emocji, a przede wszystkim głębokich refleksji uczestników.

Atmosfera bardzo bezpieczna, sprzyjająca nawiązywaniu relacji. To czas dla mnie, w warsztatów biorę wszystko, bo

wszystko to pomoże mi mieć lepsze relacje z ludźmi.

Spotykamy się z dużym zaangażowaniem ze strony uczestników warsztatów, jak i wielką wiedzą i bogatym doświadczeniem naszych trenerów. Mimo że warsztaty trwają tylko trzy dni, widać, że wśród uczestników powstają więzi. Te warsztaty są wspaniałą formą nauki i rozwoju w pracy z wykorzystaniem elementów arteterapii. Są również czasem na wymianę doświadczeń, rad, ale też czasem dającym korzyści osobiste.

Miła atmosfera, poczucie spełnienia oraz oderwanie się na chwilę od rzeczywistości wpływają często odświeżająco i wspierają samego uczestnika warsztatu.

Absolwenci naszych warsztatów to wyśmienici terapeuci. Trzeba dziękować grupie 190 uczestników projektu, 10 prowadzącym, 28 wolontariuszom i wszystkim osobom, które zaangażowały się w organizację tegorocznych warsztatów. Wszystko dla was – i dzięki wam. Już teraz rozpoczynamy przygotowania do kolejnej edycji.

Fundacja imienia Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ od ponad 10 lat organizuje warsztaty terapii przez sztukę dzięki wsparciu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

ANNA ROSIAK-WALCZAK
KOORDYNATOR PROJEKTU





Zbigniew M.
Nowak
KOŁOBRZEG

Szczygieł(54)

Odblokował prawe kolano, podgiął nogę i chwycił rękoma poręcz. Dźwignął się i po kilku minutach mocowania stanął. Ustawił się prosto, trzymając w ryzach biodra. Chciał sięgnąć do blokady i zatrzasnąć ją, ale się rozmyślił. Wychylił tułów minimalnie w prawo i obciążył odblokowaną nogę.

Wydało mu się, że raptem przybrał na wadze. Odczuł to w podbiciu stopy, pięcie i kolanie, tam gdzie krzyżowały się ścięgna napiętych mięśni i pulsowały naczynia krwionośne. Tam zapiekło i zaszczy-pało. Bardziej umięśnione biodro wytrzymywało. Punkty na stopie, rzepce i kolcu biodrowym oraz skraj obojczyka i w prawym oku tworzyły linię, wokół której koncentrowała się energia naprężonej konstrukcji kostno-mięśniowej, linię, która teraz była osią jego ciała i wektorem działających sił. Wysiłek i duże skupienie sprawiły, że mocniej zacisnął zęby. Rozszereżonymi nozdrzami wdychał powietrze. „Dobrze – pomyślał z ulgą. – Byczo jak cholera”. Wahał się jeszcze i w końcu zrobił wykrok. Zaczął iść. Prawa noga pracowała dobrze. Kolano przy każdym kroku ugi-nało się lekko, ale nie załamywało pod ciężarem ciała. Po sekundzie zachwiania prostował je, łapiąc jednocześnie mocny, stabilny blok. Wprawdzie musiał o nim myśleć i szczególnie uważać na pracę czworogłowego, jednak co krok przekonywał się, że nie wymaga już sztucznej stabilizacji. Teraz mógł iść znacznie szybciej. Zrobiło mu się lekko, jakoś tak skrzydłato. Przestał zawracać sobie głowę bezproduktywnymi myślami. Kiedy doszedł do końca bieżni, uśmiechnął się. Tak, mógł być z siebie zadowolony.

Przy obrocie zachwiał się, lecz nie upadł. Mógł iść z powrotem. Cieszyła go praca nogi. Z radością patrzył na swoje odbicie w lustrach i w nich tę radość również widział. Uśmiechał się do siebie, a kiedy zgrzany doszedł do końca, miał ochotę zejść z bieżni i pójść dalej w stronę korytarza, już bez podpierania się i bez asekuracji.

Nie mógł jeszcze opuścić poręczy, ale już poczuł się pewniej

i z tą pewnością siebie zaczął obrót. Chciał być w tym ruchu swobodny. I zapomniał się, przeliczył... Lewą nogą nie nadążył, ręką nie trafił na poręcz...

Upadek nie był tak niebezpieczny jak wcześniej. Można by nawet rzec, że Hubert upadł w sposób prawie kontrolowany. Raczej osunął się do pozycji siedzącej.

„Nie udało się – pomyślał bez złości – lecz uda się następnym razem. A potem będzie udawało się zawsze. Chyba”.

ROZDZIAŁ 52

Na powietrze można było wychodzić jeszcze po kolacji. Było dość czasu i w większości pacjenci korzystali z tej sposobności. Wówczas pawilon pustoszał na kilka godzin, a życie przenosiło się tam, gdzie docierało ciepło zachodzącego słońca. Najwięcej było go przed południową ścianą i właśnie pod nią przenosiły się dysputy na tematy dotyczące spraw najważniejszych dla chorych spod każdej szerokości geograficznej. Rozmawiało się o tym, co komu dolega i jaka jest historia jego leczenia, który lekarz jest lepszy od którego, a który gorszy od tego najlepszego, który już jednemu pomógł wyjść z choroby, jaki był wynik ostatniego meczu i jak obecnie przedstawia się tabela ligi mistrzów, komu sędzia dał wygrać, a komu pogoda przeszkodziła i czy opłaca się iść na rentę, czy też nie, i czy ordynator bierze oraz ile najlepiej dać, czy oddziałowa mieszka sama i która pielęgniarka najlepiej się wkuwa, której salowej dobrze jest parę złotych wrzucić do kieszeni oraz jak pić, by nikt nie widział i żeby nie było czuć, i najistotniejsze – że ponad wszelką wątpliwość alkohol w wątrobie na powrót przemienia się w cukier.

Ci, których te życiowe tematy nie obchodziły, na boisku kopali piłkę lub rzucali palantówką. Poprawiając przy okazji swoją sprawność, dawali upust radości życia i rozsądzającej ich energii.

Zawsze też znajdowali się tacy, których sprawność fizyczna nie interesowała ani żadna dyskusja egzystencjalnej ulgi

przynieść im nie mogła. Ci, w przeponach podkoszulkach z bawełnianej siatki, gdzieś na uboczu dobierali się w czteroosobowe ekipy, żeby pod drzewami zagrać w pokera. Na zapalki, jeśli ktoś pytał, złościzna za sztukę, w tajemnicy i po skończonej grze.

Tak było zazwyczaj, a nawet prawie zawsze. Ale nie tego dnia. Tego dnia nikt nie wychodził i nikt się z nikim nie spotykał. Wszyscy mieszkańcy pawilonu siedzieli w swoich pokojach albo stali na korytarzu i z zainteresowaniem oczekiwali na wyścig. To było coś, ten wyścig, bo obaj zawodnicy, już dawno odgrazając się sobie nawzajem zostawieniem w polu, spolaryzowali sympatie wszystkich potencjalnych kibiców.

– Zaraz się rozpocznie – powiedział Marek. Jak po każdym posiłku palił papierosa, używając lufki, i mówiąc, seplenił.

– Wariaci – jęknął Kamil.

– Równo co miesiąc urządza ją te zawody – oznajmił Marek.

– Zawsze ci sami się ścigają?

– Zawsze Tomek i Rysiek. Tylko oni przeciwko sobie.

– Debile i nic więcej!

Hubert podjechał do progu i spojrzał na boki. Z każdego pokoju wychylała się co najmniej jedna głowa. Pacjenci niczym świstaki z nor wyglądali, żeby zobaczyć, co dzieje się na zewnątrz. Ciekawskie spojrzenia wlepiły się tam, gdzie był początek wyścigu. Znali się tu wszyscy i każdy miał swojego kandydata, swój typ, na który postawił całe dziesięć złotych. Po południu ten, który za chwilę miał dać sygnał startowy, znany Hubertowi z pierwszego dnia entuzjasta fryzjerstwa małomiasteczkowego, krążył po pokojach i zbierał zakłady.

Chłopak z ogoloną głową, w czerwonym dresie, górował nad grupką najbliższych pomocników. Hubert poznał, że to Tomek. Stał, wspierając się na dwóch szczudłach z lakierowanego drewna, mocno wciśniętych w pachy. Nogi miał zakute w żelazne aparaty, które niczym zbroja albo zewnętrzne odrutowanie sięgały mu piersi, na dole

łącząc się z cholewami mocnych, skórzanych butów. Jeden z towarzyszy sprawdzał naciąg rzemieni oraz sztywność blokad w kolanach i biodrach. Inny naciągał wykrzywające się buty. Wszyscy podnieceni wyścigiem.

Za chwilę do grupy dołączył Rysiek.

– Oszałałeś z tymi kulami? – usłyszał pytanie Tomka. – Zabijsz się!

– Spoko – odparł tamten i demonstracyjnie uniósł do góry krótką kulę łokciową. – Będę na mecie, nim ty przejdiesz połowę! – rzucił wyzwanie tak, żeby wszyscy usłyszeli. Potem zachwiał się i poleciał na ścianę. Komuś udało się go przytrzymać i uchronić przed upadkiem.

– Mówię ci! – upomniął go Tomasz.

Chłopak butnie nie odpowiedział. Kiwając się na boki, podszedł do przeciwnika. Ceremonialnie podali sobie ręce i zaraz ustawili się obok siebie tuż przed linią narysowaną na posadzce czerwoną kredą. Zrobiło się cicho.

Starter przetrzymał wszystkich jeszcze jakiś czas, aż spoglądając uważnie na wskazówkę sekundową, krzyknął: Teraz!

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

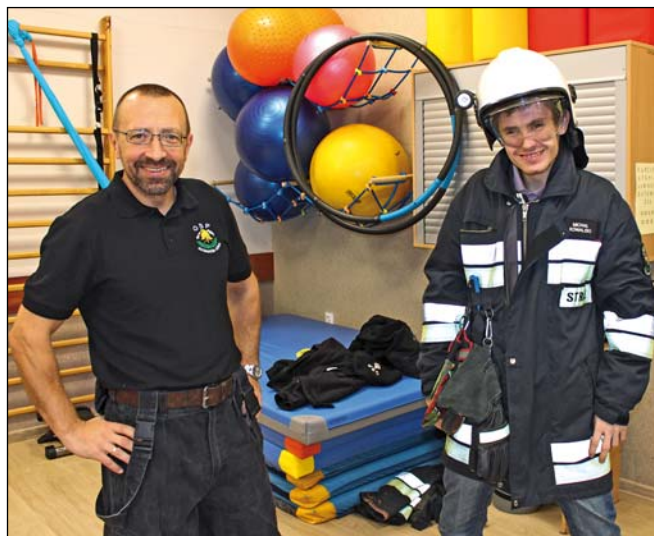
Pomaganie jest super!

Już po raz kolejny wzięliśmy udział w zbiórce zabawek, rzeczy szkolnych i innych przydatnych przedmiotów, by sprawić radość dzieciom, które swoje święta spędzą w szpitalu zamiast w rodzinnym gronie.

Zbiórkę organizuje corocz-

nie Ochotnicza Straż Pożarna z Kociałkowej Górki. Przy okazji przekazywania rzeczy mogliśmy porozmawiać o ważnych sprawach, bezpieczeństwie i trudach pracy strażaków.

DAWID KARPIŃSKI
UCZESTNIK WTTZ W POBIEDZISKACH



PIOTR BARTOSZEWSKI
POZNAŃ

TAK LEKKO, ŻE MOGĘ TAŃCZYĆ

Lubię patrzeć na żonkile
Na barwną tęczę na niebie
I kiedy świat wkoło kwitnie
Wszyscy są bliżej siebie

Każdy do życia się budzi
Zielono, niebiesko wkoło
Przyroda, zwierzęta, ludzie
Jest pięknie, jest wesoło

Ciepłą ziemię czuję w dłoni
Powiew wiatru na twarzy
Kiedy sadzę na balkonie
Moje ulubione kwiaty

Mogę wtedy tańczyć
Jak motyl lekki, radosny
Uśmiech mam na twarzy
Promienie ciepłej wiosny

Gdy słońce ich ogrzewa
Ludzie ściągają warstwy
Muzyka ich porywa
Są przyjacielscy, otwarci

*

Piotr Bartoszewski jest uczestnikiem Dziennego Ośrodka Adaptacyjnego nr 1 w Poznaniu.



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Andrzejki w Warsztacie



Zbigniew
Strugała
ORZECHOWO

30 listopada 2022 roku w naszym Warsztacie Terapii Zajęciowej w Czeszewie mieliśmy Andrzejki. Wszyscy uczestnicy zgromadzili się w sali rehabilitacyjnej i pracowni sztuki użytkowej, aby sobie trochę posiedzieć, posmiać się i porozmawiać.

Nasi terapeuci wymyśli nam różne wróżby andrzejkowe. Lanie wosku przez dziurkę od klucza do miski z wodą. Wróżby z czarodziejskiej

szklanej miski, w której były kartki z napisanym krótkim zdaniem. Każdy musiał ręką zamieszać i wyciągnąć jedną z kartek. Były dwa papierowe serca różowe i zielone, gdzie na jednej stronie były wypisane różne imiona, a druga strona była pusta i na tej pustej stronie każdy musiał szpilką przebić serce, aby dowiedzieć się, jakie imię znajduje po drugiej stronie serduszka. Dziewczyny miały serce z imionami chłopaków, a chłopcy imiona dziewczyn. Były też wróżby z kart.

Był to już okres przedświąteczny, więc na zakończenie oglądaliśmy film „Święta, święta i jeszcze raz święta”.



U smoka wawelskiego

Uczestnicy naszego Warsztatu Terapii Zajęciowej „Wspólna Droga” w Luboniu wraz z terapeutami byli na wycieczce w Krakowie w dniach 29 listopada do 1 grudnia 2022 roku. Była niespodzianką miłośką.

Był to czas wspólnych atrak-

cji i magicznych przeżyć. Odwiedziliśmy smoka wawelskiego, zwiedziliśmy kościół Mariacki i Stary Rynek, oraz Jarmark Bożonarodzeniowy na którym nakupiliśmy mnóstwo pamiątek i ozdób świątecznych. W kolejnym dniu naszej wycieczki byliśmy w Teatrze Współczesnym

na atrakcyjnym przedstawieniu „Baśnie braci Grimm”.

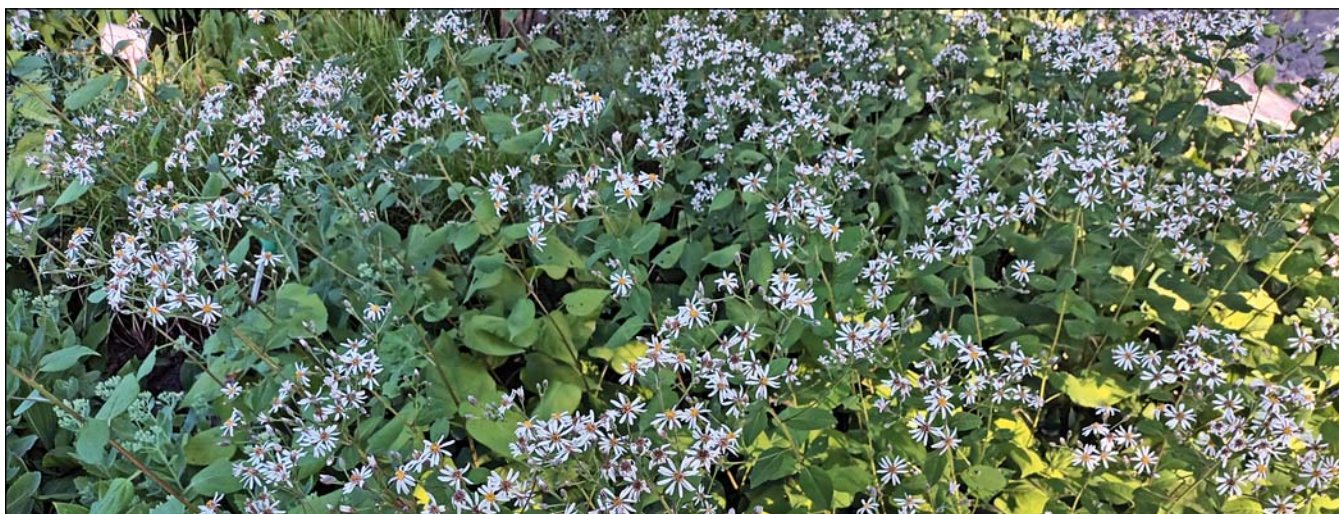
Miejszem naszej wycieczki była wizyta w Żywym Muzeum Obwarzanka, w którym każdy stworzył swojego obwarzanka. Wieczorową porą podziwialiśmy bajkowy świat w Ni-

bylandii-Ogrodzie Świąteł. W ostatnim dniu naszego pobytu w Krakowie podziwialiśmy panoramę tego pięknego miasta podczas rejsu statkiem po Wiśle.

SYLWIA KWAŚNIEWSKA
TERAPEUTKA



FOT. (4X) ARCHIWUM W TZ „WSPÓLNA DROGA”



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Dzieci praworządne

Jacek przedszkolak pilnuje, Jaby jego mama nie wchodziła na jezdnię, zanim zapali się zielone światło. Niedawno powiedział do pana, który zamierzał zlekceważyć sygnalizację, że daje zły przykład dzieciom. Pan się powstrzymał, a Jacek był dumny ze swojej skuteczności. Jednak później usłyszał od mamy, że nie należy zaczepiać obcych ludzi i ich pouczać. Czy miała rację?

A Oleńka, nie mając biletu, nie chciała wejść do autobusu i z ciężkim tornistrem szła wzdłuż linii autobusowej kilka kilometrów. Mogła za ryzykować jazdę bez biletu albo liczyć na to, że ktoś jej odsprzeda – ale nie chciała.

Z kolei Anka jest oburzona, że ludzie jadący samochodem wzdłuż lasu wyrzucają śmieci na jego obrzeże. Ostatnio zobaczyła w parku torby z domowymi śmieciami, położone tuż obok na śmieci. Najpierw pomyślała: może lepiej tak, niż wyrzucić byle gdzie. Doszła jednak do wniosku, że „jedni i drudzy są paskudni”. I zanudzała rodziców pytaniami, dlaczego dorośli tak postępują? Bo dzieci to mogłaby zrozumieć. Ale dorosłych?

Można by przytoczyć różne przykłady moralnego niepokoju dzieci, które nazwałam praworzadnymi. Niekiedy pouczają tatę i mamę, że „tak się nie robi”, często młodsze rodzeństwo, a zdarza się, że i kolegów z klasy. „Nie wolno wchodzić na drzewo” – usłyszałam niedawno, przechodząc obok szkolnego boiska. „A to dlaczego?” – padło pytanie. I zanim chłopiec zdążył odpowiedzieć, w jego kierunku padły słowa „Jesteś lizus!”. Tak więc za praworządność dzieci bywają przez rówieśników wyśmiewane.

I jak tu postępować zgodnie z zasadami, jeżeli chce się tak właśnie postępować? Na ogół dzieci nie chcą być skarżypytami, a tak zwane „ściągnięcie” na lekcjach i egzaminach jest przez nie traktowane jako normalne, świadczące o zaradności i wzajemnej życzliwości. „Może że to i nie jest moralne, ale jest coś takiego

jak moralność koleżeńska” – powiedział nastolatek pedagogowi szkolnemu. Tylko uczniowie z innych krajów nie mogą się nadziwić takiemu rozumieniu moralności. „Przecież to jest oszukiwanie” – mówią. „To zależy kto i kogo oszukuje” – słyszą w odpowiedzi.

Czy lekcje etyki wniosłyby do naszych szkół moralnie ożywczy ferment? Być może tak. Bowiem z całą pewnością na tych lekcjach dyskutowano by o wielu problemach, w tym na przykład o tym, czym we współczesnym świecie jest odpowiedzialność i jak rozumieć odpowiedzialność przed sobą; czym dla ludzi jest szczęście, a czym nieszczęście; a sprawiedliwość, a tolerancja? I być może rozgorzałyby też dyskusje, czy Janusz Korczak postąpił słusznie, zastanawiając żydowskim dzieciom widoki z okna, bo urągały one elementarnej ludzkiej godności? A może przedmiotem dyskusji stałoby się i to, czy istnieje „tu i teraz”, skoro następna chwila pojawia się tak szybko, że tej poprzedniej odbiera trwanie?

Wiek dorastania zawsze był czasem wzmocnionych

dyskusji i jestem przekonana, że byłby nim i teraz, gdyby sposoby wzbudzania dyskusji na lekcjach były dostosowane do współczesności. Już nie w głównej mierze nauka oparta o podręczniki, już nie tylko referaty i odpowytywanie, ale lekcje oparte o przykłady z życia, opracowywane przez młodzież projekty badawcze, o uczestnictwo w różnych formach parateatralnych i innych rodzajach aktywności. To sami uczniowie powinni ustalać treść i przebieg lekcji, dyskretnie kierowani przez nauczyciela. A filozoficzne podstawy etyki byłyby wiatrem wiejącym przez gałęzie życiowej wiedzy.

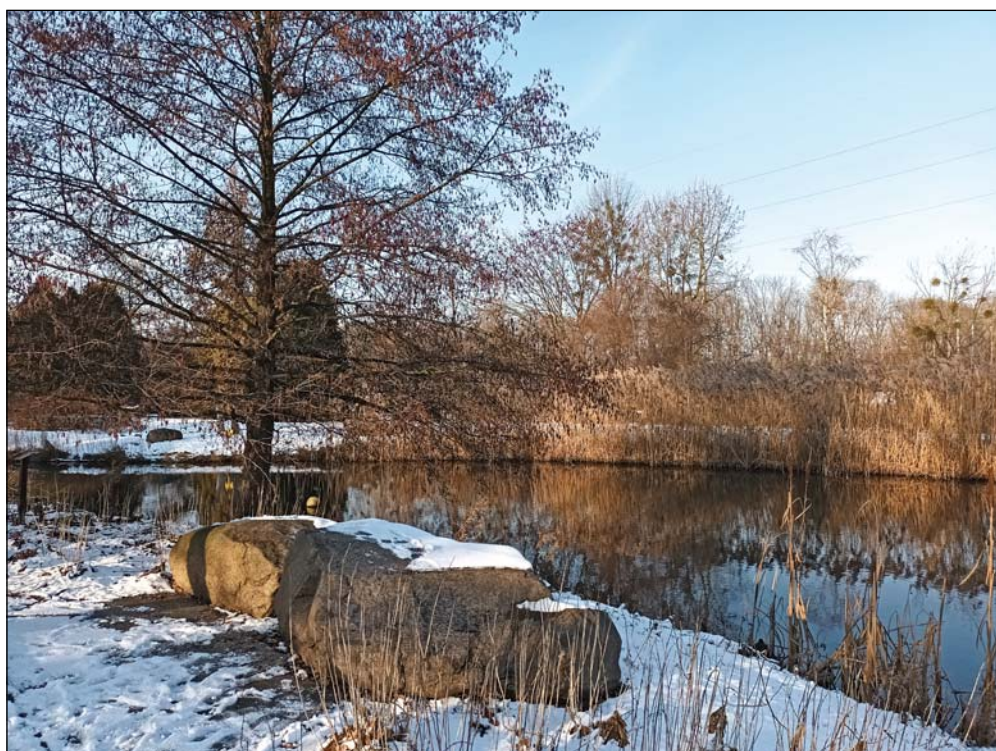
Mowa tu oczywiście o okresie dorastania, ale lekcje etyki byłyby równie pożądane dla dzieci młodszych. Ile byłoby tu pasjonujących dla nich tematów! Choćby takich, jak być dobrym kolegą, jak radzić sobie z lękiem, a jak ze smutkiem albo nudą? I czy można ufać dorosłym? Albo jak się bronić przed cudzą, ale i własną agresją, jak pomagać słabszym, żeby ich nie upokorzyć? Do dyspozycji byłyby zarówno gry dydaktyczne, jak też opo-

wiadania, filmy i wycieczki. I z pewnością także młodsze dzieci realizowałyby z zapalem ciekawie pomyślane projekty.

Czy wzbudzanie na takich lekcjach myśli i uczucia przeniknęłyby do codzienności naszych dzieci? W wielu wypadkach zapewne tak, choćby tylko fragmentarycznie. A przynajmniej w myśleniu naszych dzieci wplatałyby się elementy wiedzy z zakresu etyki. I być może takie myśli zadziałyby na przykład jako powściągi w sytuacjach chciwości albo wzbudziłyby pragnienie aktywności w sytuacji bezczynności, a może nawet stałyby się niekiedy inspiracją dla dobrego uczynku? Dobrego uczynku także dla własnego rozwoju? Kto wie?

A opisane na wstępie praworządne dzieci? Czy i one skorzystałyby z dyskusji dotyczących etyki, skoro przynajmniej w zakresie niektórych norm społecznych postępują nienagannie? Wyobrażam sobie, że to właśnie takie dzieci byłyby sercem i mózgiem dyskusji o tym, co dobre, a co złe.

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



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Wspierać mądrze

Wsparcie zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży – to jeden z tematów wpisujących się w „Program działań Powiatu Poznańskiego w zakresie promocji i ochrony zdrowia na lata 2020 – 2024”. 13 grudnia 2022 roku w Starostwie Powiatowym w Poznaniu zorganizowana została konferencja szkoleniowo-warsztatowa dotycząca wsparcia psychicznego dzieci i młodzieży. Spotkanie otworzył wicestarosta poznański Tomasz Łubiński.

Adresatami wydarzenia byli specjaliści zatrudnieni w jednostkach organizacyjnych Powiatu Poznańskiego, między innymi psychologowie i pedagodzy ze szkół ponadpodstawowych, poradni psychologiczno-pedagogicznych oraz placówek opiekuńczo-wychowawczych.

Konferencja – jak informuje na swojej stronie internetowej Powiat Poznański – była częścią finansowanego ze środków Powiatu Poznańskiego projektu „Porozmawiajmy”, obejmującego realizację warsztatów rozwijania umiejętności społecznych dla uczniów szkół ponadpodstawowych prowadzonych przez Powiat Poznański oraz warsztatów skierowanych do nauczycieli tychże szkół dotyczących profilaktyki problemów zdrowia psychicznego występujących wśród młodzieży oraz wsparcia zdrowia psychicznego nauczycieli. Realizatorem projektu „Porozmawiajmy” była Fundacja „AKME” zajmująca się m.in. działaniami reintegracji społeczno-zawodowej osób z niepełnosprawnościami i szkoleniem kadr organizacji pozarządowych.

Temat konferencji okazał się niezwykle istotny zwłaszcza w kontekście pogarszającego się zdrowia psychicznego Polaków spowodowanego pandemią i rosnącymi kosztami życia. Wśród omawianych podczas konferencji zagadnień znalazły się także zagadnienia związane z przemocą rówieśniczą, aut-agresją oraz cyberprzemocą. Dzięki wydarzeniu uczestnicy nie tylko poszerzyli wiedzę, ale i mogli wymienić się cennymi doświadczeniami w zakresie wspierania zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży. *Oprac. KK.*



A.M. Krystosik
Gromadzińska
SZCZECIN

Kiedy coś się kończy, to coś musi się zaczynać. Nie ma pustki w czasie. Koniec starego roku wyznacza początek nowego roku. Jakoś musimy sobie radzić z tą zmiennością. A może jest nam ona dana, by łatwiej nam było zamykać kolejne etapy naszego życia i otwierać zupełnie nowe, bo przecież w nowym roku takie będą. Skoro rok jest nowy, to i my zaczniemy od nowa, albo przynajmniej na nowo. Zanim jednak to nam się uda, bo da się...

MIKRO CHWILE NICNIEROBIENIA

Koniec starego roku i początek nowego, to czas, w którym chętniej niż zwykle oddajemy się refleksji, zwalnimy, by przyrzec się swoim dokonaniom, by planować nowe. Kilka dni odpoczynku od pracy dodatkowo sprzyja, by zanurzyć się w ciszy, odetchnąć i usłyszeć własne myśli. Tyle kłębi się ich w głowie, a my pędząc za życiem, czasami nie możemy ich dogonić. Wciąż coś musimy robić. Coraz więcej i więcej mamy obowiązków, coraz więcej wyzwań, trudniejszych. Być może w historii ludzkości nigdy dotąd nie byliśmy tak zapracowani? Nie ciążyła nad nami taka odpowiedzialność, nie mieliśmy tylu obowiązków.

Niejaką w opozycji do naszego zapracowania, w naturze znany jest czas nicnierobienia, prawdziwego nicnierobienia. Przyroda zwalnia albo prawie zwalnia w porze zimowej. Dla nas nicnierobienie powinno być nie tylko odpoczynkiem od pracy zawodowej, od sprzątania, gotowania, zajmowania się domem. Nicnierobienie to robienie zupełnie niczego. Brzmi jak marzenie, jednak okazuje się, że wcale nie jest takie proste. Bo nicnie-

Refleksje i początek

robienie to nie wolny czas, w którym możemy poczytać książkę, obejrzeć film, poprzeglądać Facebooka, posurfować w Internecie, czy nawet posłuchać muzyki. To czas, w którym odkładamy wszystko. Chociaż na chwilę. Dajemy mózgowi wolne od bodźców zewnętrznych, którymi jesteśmy nieustannie bombardowani.

Czy potrafimy nic-nie-robić przez dłużej niż kilka sekund? Czy potrafimy sobie podarować czas nicnierobienia? Spróbujcie. Może na początek 20 sekund, potem minuta... kwadrans... Podobno wtedy mózg łapie wiatr w żagle. Dajemy mu wytchnienie, by porządkował, łączył, systematyzował. Dajemy czas, by w naszej głowie zapanował porządek. Może właśnie wtedy odnajdzie się w niej coś, co się zagubiło, zobaczymy coś w nowym świetle, mózg podsunie nam rozwiązanie lub po prostu pozwoli mu odetchnąć.

Ja na razie jeszcze nie potrafię przez dłuższy czas nic nie robić. Bo gdy nawet nie ma wokół mnie żadnych rozpraszcaczy, zupełnie niczego czym mogłabym się zająć, to mózg i tak szaleje. Nie na darmo posiada 100 miliardów neuronów, które pozwalają na analizowanie 70 tysięcy myśli dziennie. Gdy mój mózg się nad czymś nie skupia, to szaleje może nawet jeszcze bardziej, niż gdy jest zajęty czymś konkretnym. Potoki myśli przelewają mi się przez głowę. Analizuję, nawet bezwiednie, to co było, będzie, być może będzie, raczej się nie zdarzy, zdarzyć się nie może. Nagle przypominam sobie milion spraw do załatwienia, listy zakupów itp.

Szukam sposobu na radzenie sobie z mentalnym zmęczeniem, które czasami powoduje wyczerpanie. Nadmiar aktywności prowadzi u mnie do zniecierpliwienia i poirytowania, które ograniczają możliwości panowania nad emocjami. Gdy trwają za długo, to przychodzi spowolnienie, obniżona koncentracja, poczucie utraty kontroli

nad zadaniami, prowadzące do tego, że zadania proste wydają się być coraz trudniejszymi.

Na razie tylko czasami „wyłączam się na mikro chwilę”. Jednak by to się wydarzyło, musi mnie coś zachwycić, pochłoniąć. Nie wiem, czy mogę to nazwać nicnierobieniem, ale zatrzymuję wzrok, słuch, smak na chwili. Pamiętam ją potem bardzo długo i do niej wracam, świadomie, a częściej zupełnie bez powodu o niej sobie przypominam. Czasami potrafi pochłoniąć mnie coś zupełnie zwykłego jak np. sztacheta w płocie mokra od deszczu... taką właśnie taką deskę zapamiętałam z ostatniego spaceru. Gdy mój mózg coś takiego sobie upatrzy, albo się w coś zaslucha, to czas jakby się zatrzymywał. Chcę czy nie, muszę chłonąć tą chwilę... Nie widzę i nie słyszę wtedy nic innego. Zupełnie nic. Zatrzymuję się, zamieram.

A może to właśnie mądry mózg broni siebie, a tym samym i mnie przed szaleństwem. Wymusza nicnierobienie, nawet przez te mikro chwile. Zasługujemy, mój mózg i ja, na nie. Mam nadzieję, że w nowym roku będzie ich więcej, a może będą to już nie tylko mikro chwile, a minuty kwadransy? Bo nie ma się co oszukiwać, na więcej czasu nie starczy.

WDZIĘCZNI

Koniec roku to także czas, w którym podsumowujemy to, co nas spotkało. Myślę, że jest to ważne, nawet wbrew tak popularnej obecnie maksymie, że liczy się tylko „tu i teraz”. Na wielu szkoleniach słyszę, że trzeba „być w dniu dzisiejszym”, nie wracać do przeszłości, ani jej nie rozpamiętywać. Działać, iść do przodu, skupiać się tylko na teraźniejszości, tak ma żyć współczesny człowiek. Przeszłości jednak nie wymażemy i odpowiednie do niej podejście, zamiast podcinać nam skrzydła, może pomóc nam latać.

Jeżeli na to, co nas spotkało,

na koniec roku

spójrzy się z wdzięcznością, to wiele może się zmienić. Możemy być wdzięczni za wszystkie dobre i budujące doświadczenia, za ludzi których życzliwość pomogła nam w wielu sytuacjach. Nie jest jednak trudno być wdzięcznym, za wszystko co było pozytywne. Trudniej jest być wdzięcznym za chwile trudne, złe. Można jednak być wdzięcznym, że już minęły, albo że jeżeli jeszcze się nie skończyły, że los daje nam siłę, by je przezwyciężyć. Za wszystko można być wdzięcznym. Uświadamia nam to fakt, że nic nie jest oczywiste, ani pewne. I naprawdę trzeba być wdzięcznym za dobro, które się wydarza.

Często w życiu rodzin z chorymi, szczególnie chorymi dziećmi, niepewność, która zabiera poczucie bezpieczeństwa, jest tym, co burzy porządek dni. I jeżeli „dobrze się dzieje”, to wdzięczność losowi jest ogromna.

Obserwuję wśród młodych ludzi postawę coraz bardziej roszczeniową. Uważają, że coś im się po prostu należy i kiedy dostają to, na co czekają, to idą po prostu dalej. Bez chwili refleksji, bez wdzięczności. Może to jednak prawo młodości?

Ale jeżeli się potrafi dziękować, to zaczyna się zauważać „tych” i „to”, co wokół nas. I świat staje się lepszy. A może po prostu zaczyna się zauważać, że taki jest, albo chociaż bywa.

W dobrym świecie, łatwiej jest zaczynać nowy rok. Nawet jeśli „tu i teraz” świat nie jest idealny, to jeżeli przypomnimy sobie, za co dziękowaliśmy światu, to nabieramy pewności, że będzie lepiej. Mamy oparcie w przeszłości.

Przychodzi mi do głowy jeszcze jedna refleksja. Z końcem października zapełniają się w Polsce cmentarze. Odwiedzamy groby bliskich, sprzątamy je, ozdabiamy. Wyrzucamy naszą pamięć o nich są kwiaty, znicze. Cmentarze ożywają dzięki naszej pamięci i wdzięczności tym,

którzy odeszli, którzy byli częścią naszego życia. Pewnie to kim jesteśmy w jakimś stopniu jest ich zasługa, albo to dzięki nim nie poszliśmy gorszą drogą. Nasza pamięć o zmarłych ożywa w sposób szczególny w tych dniach, a z nią i nasza wdzięczność.

W tych dniach byłam na wirtualnej wycieczce na jednej z platform, które oferują taką usługę. Napiszę o niej więcej za chwilę. Był to popołudniowy spacer w przeddzień Wszystkich Świętych, po znanym chyba wszystkim paryskim cmentarzu Père-Lachaise, o którym mówi się nawet, że jest to najśłynniejsza nekropolia świata. Cmentarz był opustoszały, groby w większości pokryte były warstwą mchu. Tylko na nielicznych, tych należących do wybitnych osób, znanych w świecie kultury, leżały pojedyncze wiązanki kwiatów, gdzie nie gdzie palił się pojedynczy znicz. Jedynie zachodzące w zjawiskowy sposób słońce było ozdobą cmentarza i przełamalo jego szarość czerwono-złotymi kolorami. Wirtualny spacer skupiony był raczej na detalach nagrobków, kunszcie z jakim zostały wykonane i prowadził obok, tak obok, a nie do grobowców ważnych i znanych osobistości. Pojawiło się wiele cennej wiedzy i anegdot, ale chociaż był to piękny spacer, to nappełnił mnie raczej smutkiem. Wiem, że

opuszczony cmentarz nie musi świadczyć o braku pamięci o zmarłych, ale takie właśnie pozostało we mnie wrażenie.

NA MARGINESIE HEYGO

Wspomniana platforma była dla mnie wielkim odkryciem podczas pandemii Covid. Heygo umożliwiła spacerowanie z przewodnikiem w czasie rzeczywistym, po wszystkich zakątkach naszego globu. Trzeba się tylko zarejestrować i zapisać na wirtualną wycieczkę. Przewodnicy są zawsze świetnie przygotowani merytorycznie, a większość z nich to wspaniali gawędziarze, którzy pokazują znane i nieznane miejsca swoimi oczami. Odkrywają to, czego „typowy” turysta pewnie nie miałby szansy zobaczyć.

Moja fascynacja Heygo nie słabnie. Podróżować można zupełnie za darmo. Można oczywiście przekazywać napiwki prowadzącemu wycieczkę, ale jest to dobrowolne i nigdy nie jest wymagane. Wiele już razy udało mi się z Heygo uciec od codzienności. Takie wyprawy zdarzały się mi nawet w wieczory szpitalne. I wtedy miały szczególnie urok.

Z Heygo poznałam fascynujące miejsca, ale też na nowo odkryłam, te które kiedyś udało mi się odwiedzić. Zrozumiałam

lepiej różne kultury i tradycje. Heygo wciągnęło nie tylko mnie, ale też resztę rodziny. Zdarza nam się wspólnie siadać przed ekranem komputera i wyruszać w świat, na „wirtualny spacer”, „wirtualną przejażdżkę rowerową” czy nawet „wirtualną wycieczkę kajakiem”.

Heygo daje pewien rodzaj wolności. Bo nie zawsze można podróżować naprawdę. Szczególnie gdy choroba ogranicza, gdy tę wolność zabiera. Z Heygo można zawsze i chyba w każdej chwili jest jakaś wycieczka, albo chociaż „wirtualne kamienie” prawdziwych żyraf w Afryce, które mnie kiedyś urzekło.

Czuję ekscytację czekając na kolejne wycieczki, bo Heygo odkrywa tajemnice świata. Daje niezapomniane przeżycia. I nigdy nie myślałam, że napiszę coś podobnego, ale czekam na kolejne wirtualne spotkania z osobami, których przecież nie znam, a są mi bliskie jak Ian z Wielkiej Brytanii, Florent z Francji czy Stephan z Niderlandów. Tęsknię do miejsc, których nie widziałam naprawdę, a jednak jestem z nimi związana (na przykład uroczyste miasteczka i wsie w Cotswold).

Heygo to ludzie, którzy dzielą się swoją fascynacją światem, pokazują go swoimi oczami. Są sobą i pewnie dlatego Heygo da się lubić.

MIKS

Myśląc o starym i nowym roku szukamy sposobu, by się w nich odnaleźć. Porządkujemy to, co w nas, szukamy nowych sił i wyzwań, spoglądamy z nadzieją w przyszłość.

Niech w tym czasie ekscytacja magią nowego roku przeplata się z nostalgią za starym rokiem. Obie są nam potrzebne tak samo. To co nowe i nieznane od pokoleń pociąga nas, napędza i sprawia, że ludzkość rozwija się. Z drugiej strony nostalgia, to też pozytywna emocja, bo wynika z dominacji we wspomnieniach dobrych zdarzeń. Budują nas obie, uzupełniają się.

Jeżeli jeszcze dołożymy do planu ambitnego działania z wykorzystaniem tego czego już doświadczaliśmy i za co jesteśmy wdzięczni, chwile nic nierobienia, to... nie może być inaczej – jesteśmy skazani na sukces.

Sukcesów na wszelkich możliwych polach życzeń wszystkim Państwu w nowym roku.



FOT. (7X) ARCHIWUM RODZINNE

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

NOKAUT

Prawy prosty,
Podbródkowy
I wstrząs mózgu
Jest gotowy.

DIAGNOZA

Na co jestem chory?
Spytał. A lekarze
Rzekli: leż spokojnie,
Sekcja zwłok pokaże.

OGŁUPIONY

Związali mu ręce
I nie było mowy,
Żeby on mógł sięgnąć
Po rozum do głowy.

SWAWOLA

Nie po to się tyle
O wolność walczyło,
Żeby świętym krowom
Wszystko wolno było.

Fraszki

ROLOWANIE

Największe korzyści
Z harówki rolników
Czerpie rozpasana
Banda pośredników.

RADOŚĆ

Ciesz się
Bałwany na fali,
Że ogłupieni
Im zaufali.

PRZEPROSINY

By zadośćuczynić
Godności człowieka,
Wszystko to, co mówił,
To subrat odszczeka.

BIAŁY WIERSZ

Częstokroć zawile
I niejasne zwroty
Tak dla oświeconych
Jak i dla ciemnoty.

OSZCZERSTWO

Choć cham cię przeprosi,
Nie wybieli ci się,
Plama pozostanie
Już na życiorysie.

ŁAJZA

Potrafił czasami
Na sam szczyt się wspiąć,
Ale zejść już nie może
I trzeba go zdjąć.

SETER

Dopiero mocny
I wie, że żyje,
Gdy na dzień dobry
Setę wypije.

FILUT

Poczucie humoru
Nietypowe miał.
Gdy mu dali sera,
Dopiero się śmiał.



Kóń upomniął kuczera, wej!

Tak to było na fakcie, a nie obebrotnie.

Emeneryt zez starygó portfela Chrzaszczyk opowiedział nom ciekawe zdarzynie. Zez kuńcem lot pięćdziesiuntych wew Gniyznie zaczęły znikac kónskie derożki, a pojawiały sie taryfy czyli auta – taksówki.

To było najlepj widać przed dworcem kolejowym.

Jednym zez znanych dryndziorzy był Stachu Sałata. A co się onymu zdarzyło?

Jasne z modrym, można wykorkować od słuchania samyj opowieści.

Było to wew wigiliom. Stachu wieczorem po robocie jachał do chaty na

Arkuszewie. Po drodze wstumpił jeszczyk na ulice Libelta do ciotki Feli po blache zez plackiem. Tam tyż łyknił kielondycha berbeli domowyj roboty. Zaś siadł do derożki i zaczęli jachać. Zaro dopadł go śpik. Styndy winc kón jachał samodzielnie. Trzebno było skrócić wew poprzecznom uliczke. Była tam jednak szpera budowlanna. Kón winc jachał dalij. Nastympna uliczka tyż była zablokowano. Kón winc jachał dalij i skroncił w nastympnom.

Tera wybudził się Stachu. Zacznił robić wyrzuty kóniowi, że źle jadzie.

– Jak jadziesz śrupie zetracuny, trzebno było jachać

pierwszom poprzecznom uliczkom, wej !

Kón stanył i położył kłapioki do tyłu, a potym rozedmał chrapy.

Znaczyło to, że kón zrobił się bardzo , ale to bardzo nerwerwer.

Sałata uspokoil istnygo – jadź, jadź i tak dojadymy do chaty.

W kuńcu dojachali do dumu.

Jako że była wigilija, Stachu wyciungnił kolorowy opłatek. Jak kaže tradyncja podzielił się nim zez kóniem Alikiem. Wew wigiliom, stwory czynsto mówiom ludzkim głosem. Tak tyż przemówił kón do Stacha:

– Nie wstyd ci, że bumbnoles kielondycha berbeli i poplónało ci rozum, i zaczęles pomajtać jynzorem. Wyzwales mie, a tyle lot robimy obadwa. Jak to wyglund, wej?

Stachu przeprosił kónia, a zrobiło mu się niezakoniecznie. Pogłaskał Aliką, wyciungnił zez kiejdym kilka kostek cukru na zgode. Do żłobu wrzucił jeszczyk specjalne siano zez przysmakami, które dostol kupić od weteryniorza.

Bo tak już w życiu bywa !

Czy godomy zez ludziami, czy do stworów, sznupa mo być pod kontrolom, wej !

BOLECH
ZEZ CIERPIENGÓW



Dla nas dzisiaj świat się zatrzymał...

Z głębokim żalem i smutkiem przyjęliśmy wiadomość, że w dniu 4 grudnia 2022 roku w wieku 28 lat odeszła na wieczny spoczynek Małgorzata Gmurowska, członek naszej warsztatowej Rodziny.

Wizerunek Gosi można było zobaczyć na łamach naszej platformy facebookowej. Była

osobą bardzo kolorową i aktywną w wielu dziedzinach. Brała udział w naszych inscenizacjach, konkursach i zawodach sportowych. W każdej z powyższych dziedzin osiągała sukcesy i przełamywała swoje własne bariery. Była osobą wrażliwą i towarzyską, była po prostu naszą koleżanką.

Gosiu kochana, na zawsze pozostaniesz w naszej pamięci, jako uśmiechnięta i chętna do rozmowy. Byłaś z nami 9 lat, w trakcie których zdążyliśmy się dobrze poznać, przećwiczyć nie jeden taniec, a gra w karty czy w „chińczyka” była czystą przyjemnością.

Dziękujemy Ci za oddanie,

radość, którą wносиłaś każdego dnia w nasze warsztatowe życie. Na zawsze pozostaniesz w naszych sercach.

„Nie umiera ten, kto trwa w pamięci żywych”.

Ks. Jan Twardowski

IWONA KACZMAREK
KIEROWNIK WTW W DUSZNIKACH



FOT. (2X) REMIGIUSZ PRZEWOŻNY



FOT. KAROLINA KASPRZAK

Darcie pierza

W tym artykule chciałbym Wam przybliżyć jedną ze staropolskich tradycji, jaką jest darcie pierza. Na terenach wiejskich kiedyś odbywało się ono w okresie zimowym, gdy pracy w gospodarstwie rolnym było mniej. Zajęcie to polegało na przygotowywaniu przez kobiety gęsih piór poprzez oddzielenie puchu od ich twardych stosin do wypełnienia pierzyny czy poduszki.

Mężczyźni w tym czasie zajmowali się pracami związanymi z obrzędkiem zwierząt, w tym świń i krów. Na jedną pierzynę potrzeba było aż szesnastu gęsi. Każda z kobiet miała swoją miszkę, do której wrzucała „krzep”, czyli puch i przebrane pierze. „Szych”, sztywna część pióra, która się nie nadawała do wypychania poduszki i pierzyn odrzucana była na podłogę albo do wiaderka. Najcenniejsze były drobne, małe i delikatne piórka, puch lekki i miękki, który na poduszki pod głowę się nadawał.

Grubsze pióra przeznaczone były na poduszki pod nogi.

Rytuał darcia pierza trwał kilka godzin dziennie, zazwyczaj od poniedziałku do piątku. Kobiety w tym czasie opowiadały sobie historie, le-

gędy i ciekawostki lokalne, a także śpiewały. W taki właśnie sposób umilały sobie czas. Gdy praca została ukończona, gospodyni w ramach podziękowania organizowała huczne przyjęcie. Obecnie na wsi

mało kto zajmuje się darcie pierza, ponieważ jest to czasochłonne zajęcie. Większość kobiet pracuje zawodowo i wychowuje dzieci. Ciepłe kołdry i poduszki można zakupić w sklepie – dawniej nie było takiej możliwości. Są jednak koła gospodyń wiejskich, które co jakiś czas organizują pokazowe darcie pierza. Być może ktoś z Was miał okazję w takim pokazie uczestniczyć?

KRYSTIAN CHOLEWA



Tak wyglądało niegdyś darcie pierza w Raławiczkach.

FOT. ARCHIWUM AUTORA

Pamięci Zenona

26 stycznia przypada Dzień Transplantacji. Jest to ogólnopolski dzień obchodzony w rocznicę pierwszego udanego przeszczepu nerki w 1966 roku w I Klinice Chirurgicznej Akademii Medycznej w Warszawie. Na tę okoliczność chciałbym przytoczyć historię mojego znajomego, śp. Zenona, który dzięki przeszczepowi od niespokrewnionego dawcy otrzymał nowe życie w postaci nerki.

Z zawodu był mechanikiem samochodowym, a z zamiłowania – strażakiem. Po ukończeniu nauki postanowił wyjechać do pracy za granicę, do Wielkiej Brytanii. Po pewnym czasie właśnie tam zaczęły się jego kłopoty z nerkami. Musiał wrócić na stałe do Polski, gdzie poddawany był dializom. Choroba zmieniła jego życie. Nie

mógł realizować się zawodowo. Większość czasu spędzał w szpitalach.

Po kilku latach było już tak źle, że konieczny okazał się przeszczep nerki. Na szczęście udało się znaleźć dawcę. Przeszczep przebiegł bez większych komplikacji.

Zenon po przeszczepie postanowił spłacić dług wdzięczności za uratowanie życia. Podjął zatrudnienie jako strażak, a później jako kierowca karetki, gdzie mógł pomagać ludziom w walce z żywiołem, ale także przy wypadkach drogowych. Mimo niepełnosprawności i problemów z poruszaniem się, do końca życia był aktywny zawodowo i społecznie. Niespodziewanie odszedł w listopadzie 2022 roku.

KRYSTIAN CHOLEWA

DRUKARNIA
KOM - DRUK

DRUK DO FORMATU B2

ULOTKI I PLAKATY

WIZYTÓWKI

KSIĄŻKI

FOLDERY

KALENDARZE

SZTANCOWANIE

PROJEKTOWANIE GRAFICZNE

DRUK OFFSETOWY I CYFROWY

ul. Karpińskiej 16, 60-462 Poznań

tel. 618 172 206

www.komdruk.pl | mail: komdruk@wp.pl

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

im. dr n. med. Hanki Hertmanowskiej



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

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

MOŻEMY TOBIE POMÓC

proponując skuteczne leczenie



Zapraszamy:

62-064 Plewiska, ul. Fabianowska 40

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

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

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