Promyki nadziei

Nr 18 lato 2014

Kwartalnik Fundacji „Wrocławskie Hospicjum dla Dzieci"

FUNDACJA
Wrocławskie
Hospicjum
dla Dzieci
www.hospicjum.wroc.pl

Cała nasza rodzina bardzo odpoczęła, były codzienne spacery deptakiem przy morzu aż do Sopotu, spacer po lesie przy plaży oraz zwiedzanie zabytkowego portu do późnego wieczora.

O tym, co daje siłę rodzicom i siostrze Sandry przeczytacie na str. 3.

Tym, co łączy wszystkie dzieci niepełnosprawne jest potrzeba uczucia. Uścisk, pocałunek w policzek, jakikolwiek znak, że je cenisz, szanujesz, wierzysz w nie. To właśnie sprawia, że promienieją...

Swoimi przemyśleniami dzieli się na str. 6 i 7 mama Hani czy Nowa Ruda felietonistka.

Przekonać księdza

Właściwie nikt się nie spodziewał takiego skutku. Ani nauczycielka, zadająca karne zadanie domowe dla niepokornego ucznia; ani Kiler, który to zadanie wykonał honorowo z wyjątkowym zaangażowaniem; ani pozostali uczniowie, słuchający wykładu swojego kolegi na temat wolontariatu. Wraz z początkiem trzeciej klasy gimnazjum najczęściej wysiłek nauczycieli i wychowawców zawęża się do jednego tematu. I nie jest nim bynajmniej wolontariat. Wszyscy członkowie szanownego grona pedagogicznego namiętnie myślą o egzaminie gimnazjalnym i z uporem godnym Syzyfa przypominają o tym uczniom. Tym większym zaskoczeniem była inicjatywa, która zrodziła się z prelekcji Maćka.

Po skończonej lekcji podeszła do niego Ada, która trzeci rok z rzędu została wybrana na przewodniczącą klasy. Trzeba powiedzieć, że doskonale się do tego nadawała. Była pilną uczennicą, a do tego bardzo kontaktową i towarzyską osobą. Potrafiła znaleźć wspólny język nie tylko z wszystkimi kolegami i koleżankami, ale również z nauczycielami. To wpływało korzystnie na wizerunek całej klasy. Ada wpadła na pomysł, który Kiler podchwycił w mig:

- A może byśmy przyłączyli się do wolontariatu? Powiem ci szczerze, że ja już od dawna myślałam o zaangażowaniu się w jakąś działalność dobroczynną, ale nie miałam okazji do tego, by te plany skonkretyzować. Dziś, gdy tak pięknie opowiadałeś o hospicjum i o pomocy chorym dzieciom, pomyślałam, że musimy coś zrobić.

- To kapitalny pomysł – spuentował Kiler. – Wyślę maila do hospicjum i zapytam jak moglibyśmy pomóc.

Jak powiedział, tak uczynił. Na odpowiedź nie musiał długo czekać. Koordynator wolontariatu z hospicjum napisał, że właśnie jesienią w wielu szkołach rozpoczyna się akcja Pola Nadziei i trwa nabór. Trzeba tylko, aby któryś z nauczycieli podjął się odpowiedzialności za akcję z ramienia szkoły. Dla niego Kiler miał zaproszenie na spotkanie organizacyjne. I tu zaczęły się przysłowiowe „schody". Wychowawczyni, usłyszawszy, że uczniowie zamiast pytać o próbne egzaminy, pytają o jakieś dodatkowe akcje charytatywne zzieleniała ze złości. Wielu innych nauczycieli, do których Ada – jako przewodnicząca – zwracała się w imieniu całej klasy, odpowiadało, że ma dość zajęć dodatkowych w szkole. Niektórzy przyznawali, że pomaganie potrzebującym, a szczególnie już pomaganie chorym dzieciom jest naprawdę godne pochwały, ale sami nie bardzo chcieli się w nie włączyć. Nawet nauczyciel religii – ksiądz Andrzej, tłumaczył, że rozpoczyna się przygotowanie do bierzmowania i ma dużo zajęć. I że muszą szukać kogoś innego.

Uczniowie, którym pomysł Kilera i Ady bardzo się spodobał, postanowili zawalczyć. Początkowy entuzjazm natrafiwszy na przeszkodę nie tylko nie zgasł, ale przemienił się w zaciekłość.

- Moi kochani! – rozpoczął Kiler drwiąco naśladując mowę kaznodziejską. – Nasz ksiądz uczy nas miłości do Boga i bliźniego. A teraz, gdy chcemy jego naukę wprowadzić w życie, gdy chcemy pomóc chorym dzieciom, on nam mówi, że nie ma czasu! To ma być ksiądz? To jakaś popierdółka, a nie ksiądz – tu zaczął nawiązywać do swojego filmowego imiennika, co zresztą często lubił robić. – *Będę jak bulterier, jak wściekły byk, jak chrabąszcz, jak gajowy, jak Tommy Lee Jones w „Ściganym". I jakem Kiler nie ustanę, dopóki nie dopnę swego.*

Koledzy i koleżanki długo jeszcze dodawali Kilerowi odwagi, przekrzykując się i wymyślając coraz to ciekawsze sposoby na przekonanie katechety. Ostatecznie sprawa stanęła na tym, że chłopiec po lekcji podszedł do księdza i powiedział, że ma problem, o którym chciałby z księdzem na osobności porozmawiać. Ksiądz zaprosił Maćka, by ten przyszedł po wieczornej mszy do kancelarii, a wówczas będzie spokojny czas na poważną rozmowę.

Jeszcze tego samego dnia wieczorem na Kilerowym profilu facebookowym pojawił się zwięzły wpis „Ksiądz się zgodził". Chłopak nie chciał zdradzić nikomu przebiegu rozmowy. Powtarzał jedno: *Wytłumaczyłem księdzu, że w ten właśnie sposób będziemy pomagać samemu Jezusowi. Nie było to łatwe, ale się udało!*

I w ten oto sposób klasa Kilera przystąpiła do akcji Pola Nadziei. Ksiądz Andrzej po spotkaniu w Sektorze 3 z pracownikami fundacji przyniósł garść szczegółowych informacji: co, jak i kiedy zorganizować w szkole. Ale nie to było najważniejsze. Najważniejsze było to, że on sam zmienił swoje podejście do tematu. Nikt nie wiedział, czy to zasługa Kilera, czy pracowników hospicjum dla dzieci, z którymi się spotkał, czy może Ducha, który – jak mówi Pismo – wieje kędy chce. Tak czy inaczej całym sercem zaangażował się w akcję. I jak św. Paweł po wydarzeniu spod Damaszku dotarł z Ewangelią do mieszkańców prawie całego basenu Morza Śródziemnego, tak ks. Andrzej zaangażował w Pola Nadziei prawie całą szkołę.

Ks. Tomasz Filinowicz
Kapelan Wrocławskiego Hospicjum dla Dzieci
filin@poczta.onet.pl

Czysta miłość i duma

Kochać za to, że jest.

Kiedy zbliża się połowa maja znów stają się intensywniejsze rocznicowe wspomnienia związane dla nas z majem 2009 r. i czerwcem 2011 r. 17 maja 2009 r. nasz dziewięcioletni Oskar, będący wówczas od czterech lat podopiecznym hospicjum, *zatrzymał się* tzn. przestał oddychać, a jego serce przestało bić. W wyniku reanimacji przywrócono akcję serca, ale ponieważ niedotlenienie trwało zbyt długo Oskar już nigdy nie odzyskał przytomności. W śpiączce spędził z nami jeszcze ponad dwa lata. Pierwsze 96 dni na OIOM-ie, a potem już w naszym domu.

W wieku 8 miesięcy zdiagnozowano u naszego Oskara chorobę Menkesa i powiedziano nam, że dzieci z tą chorobą żyją zwykle 2-3 lata. Dał radę 9 lat do zatrzymania i jeszcze 2 lata po zatrzymaniu.

Nigdy nie poszedł do przedszkola, nigdy nie zagrał w piłkę, nigdy nie jeździł na rowerze, nigdy nie usiadł, nigdy nie wypowiedział żadnego słowa, nigdy nie zarzucił nam rąk na szyję, nigdy nie mogliśmy mu dać czegoś, co by mu sprawiło świadomą radość. Dostał za to około 1000 zastrzyków, które z pewnością nie sprawiły mu radości, ale były niezbędne do życia. Dostał też specjalny wózek, gastrostomię, ssak, koncentrator tlenu, a w końcu tracheostomię i respirator. Żadnego z tych przedmiotów nie znajdzie się na liście marzeń dziecka.

Nie odkryję Ameryki stwierdzając, że nie zawsze nasze ludzkie plany pokrywają się z planem Bożym. Każdy ma jakieś wyobrażenia i oczekiwania, jakie będzie nasze życie, co będziemy robić albo jak chcielibyśmy kształtować naszą przyszłość. Niestety nie zawsze się to udaje.

Nieraz myślę sobie, że dla nas niesłyszalne słowa Boga mogłyby brzmieć: *W piłkę ze swoim synem to będzie grać Michał, Mariusz i Rafał, a ty będziesz się trząsł o życie swojego dziecka. Zamiast piłki, rowerów i pływania będziesz mieć dla dziecka specjalny wózek. Twój syn będzie wymagać rehabilitacji, nieustannych wizyt u lekarzy. Twoje dziecko nigdy nie wyciągnie do ciebie rąk, nigdy nie wypowie żadnego słowa. Mimo to będziesz je mocno kochać i nie będzie ważne, kim mógłby być w przyszłości. Będziesz je kochać za samo to, że jest.*

Tak też było. Prawdziwą miłością kocha się nie za to, jaki ktoś jest, ale za to, że TYLKO i PO PROSTU JEST. Nic więcej. Chociaż nasz Oskar nie miał perspektyw zostać odkrywcą, wielkim sportowcem, naukowcem, kosmonautą czy prezydentem; chociaż nie miał szans uczynić niczego spektakularnego dla społeczeństwa, dla kraju czy dla świata, to mimo tego miał dla nas wartość nie mniejszą, niż gdyby był w stanie osiągnąć wszystko wcześniej wymienione. Kochaliśmy go tak samo albo i mocniej, jak kochają swoje dzieci rodzice sportowców, naukowców, prezydentów. Mimo swoich deficytów zdrowotnych oraz niepełnosprawności był i jest naszą dumą. Myślę, że siła miłości nie wypływa z dokonanych osiągnięć, lecz jest dana lub niedana odgórnie. Dla mnie sukcesami Oskara były dni bez zmartwień, bez troski i bez lęku, kiedy rokowania (albo bardziej ich brak) można było zepchnąć na dalszy plan i cieszyć się wspólnymi chwilami. Zawsze wiedzieliśmy, że tego czasu nie wystarczy, że nigdy nie będzie go dosyć. Że na pewno będzie go za mało, że nie da się zatrzymać zegara i oddalić tej najgorszej chwili. Zawsze będę Bogu dziękował za to, że miałem Oskara i że miałem go tyle, a nie krócej. A mimo tego, zawsze będzie to za mało i za krótko. Wielki szacunek budzą u mnie rodzice Tadeuszka, którym było dane być z nim tylko 10 godzin, którzy wiedząc o tych rokowaniach chcieli na niego czekać, aby cieszyć się nim przez jedynie ten tak krótki czas.

W tę miłość wpleciona jest wiara i nadzieja, która każe nam liczyć na więcej niż prognozują lekarze. Nadzieja na każdą wspólną chwilę. Dlatego nie korzystaliśmy z rad, żeby zostawić Oskara pod czyjąś opieką i „wyrwać się" gdzieś na kilka godzin. Wiedzieliśmy, że będziemy mieć ten czas w przyszłości. Wiedzieliśmy, że przyjdzie, choćbyśmy nie chcieli. Podobnie do dawców krwi, Oskar był naszym dawcą miłości - przyniósł ją ze sobą, przyniósł w samej swojej osobie. Niepotrzebne były żadne sukcesy i osiągnięcia. Samym swoim życiem i obecnością podlewał tę miłość niczym z konewki, a ona rosła i kwitła. Potem nasz Ogrodnik odszedł. A miłość wrosła w nasze serca, zakorzeniła się w nich i trwa. Nie ma w tej miłości „za co" - jest tylko samo to, że Oskar był z nami tutaj, a teraz jest tam, po drugiej stronie, do której my nie mamy ani wglądu, ani łączności telefonicznej.

Oskar był i pozostanie naszą miłością i dumą.

I chociaż żal i tęsknota są teraz naszą codziennością, to rocznice zatrzymania się i odejścia Oskara, zawsze wywołują intensywniejsze wspomnienia, odtwarzają się tamte chwile. Chwile cenne, niepowtarzalne i nieodwracalne. Nie powtórzy się już ostatni wieczór z trzymaniem się za rękę. I nigdy nie wybaczę sobie, że nie było mnie, gdy Oskar się zatrzymał. Chociaż nie wiem, czy byłoby inaczej - lepiej, gorzej czy tak samo - to do końca dni będę tkwił w przekonaniu, że moje miejsce było w tym momencie przy nim.

Tata Oskara

Więc... kochajmy je, póki są.
Kochajmy za samo to, że są.
Kochajmy za samą obecność,
nawet bez osiągnięć i sukcesów.
Kochajmy czystą miłością.

Co słychać u Sandry?

Sandrunia cały czas maleńkimi kroczkami do przodu. Uśmiecha się, a kiedy ja jestem w szkole, to przyjemnie spędza czas z tatą. Teraz intensywnie uczy się kaszlać i przełykać. Kiedy jej się uda opanować te umiejętności może wyciągniemy rurkę tracheotomijną. Trochę ostatnio choruje, ale dzięki wspaniałej opiece hospicyjnych lekarzy i pielęgniarek, odpowiednim lekom oraz opiece rodziców, nie trafia do szpitala.

Niedawno byliśmy na wyjeździe wakacyjnym do Gdańska. Cała nasza rodzina bardzo odpoczęła, były codzienne spacery deptakiem przy morzu aż do Sopotu, spacer po lesie przy plaży oraz zwiedzanie zabytkowego portu do późnego wieczora. Tamtejszy klimat Sandrze bardzo odpowiadał, miała też odpoczynek od ćwiczeń, więc była tym bardziej zadowolona z wyjazdu. Mieszkaliśmy w pięknej, zabytkowej willi w spokojnej okolicy, mogliśmy tam posiedzieć na ławeczkach w ogrodzie, a Jula – starsza siostra Sandry - bawiła się z małym kotkiem ze złamaną łapką (częsty, sympatyczny gość tamtejszego hospicjum). Podczas tego wyjazdu bardzo odpoczęliśmy psychicznie, wszystkie troski i zmartwienia poszły w kąt. Bardzo za to dziękujemy Fundacji, która sfinansowała wyjazd.

Dziękujemy również za świetną ubiegłoroczną kolonię w Topaczu - po powrocie Julka była zachwycona. Bardzo miły był też weekendowy wyjazd na konie na początku lutego. Córka kocha konie, więc jakby mogła, to zostałaby w stadninie na długi czas.

Dziękujemy za dofinansowanie do zakupu specjalnego fotelika samochodowego dla Sandry. Dzięki niemu może wygodnie i bezpiecznie podróżować. Dziękujemy za super prezenty, miłą atmosferę, ponowne sympatyczne spotkanie z rodzinami, pracownikami i wolontariuszami Fundacji Wrocławskie Hospicjum dla Dzieci podczas świetnej zabawy Mikołajkowej, z której aż nie chciało się wracać. Dziękuję również Pani Agnieszce Waniczek (hospicyjnej psycholog) za materiały z psychologii. Dzięki nim zdałam psychologię kliniczną na 5!

Wyszedł mi trochę taki list dziękczynny, ale jesteście wspaniali. Za to co robicie, za Waszą ciężką pracę, za to że zawsze jesteście gdy Was potrzebujemy - z całego serca dziękujemy!

Rodzice
Sandry Gruszczyk

Kraina szczęśliwa

Jest takie miejsce,
Gdzie ból i cierpienie
Chowa żółty kwiat,
A daje nadzieję.
Czasami tylko łzy kropla
Spływa jak deszcz nieszczęśliwy.
Moim zadaniem
Jest ją osuszyć,
Namalować Ci uśmiech
Niosący ukojenie
Dla twojej duszy.
Wiara poniesie Cię
Tam, gdzie panuje radość,
Wieczne szczęście,
Gdzie już krople nie powrócą,
A pozostanie Twój uśmiech

Anita Zapała
Publiczne Gimnazjum w Przyłęku
1 miejsce konkursu literackiego
Żółty żonkil symbolem życia

Sztuka odpoczynku

Wypoczynek
to największe z dóbr
Sokrates

Potrafisz usłyszeć śpiew ptaków wśród tłumu, samochodów, hałasu? Potrafisz dostrzec stokrotki rosnące na trawniku przy supermarkecie? Jak reagujesz na deszcz lub upał? Co jest w stanie wyprowadzić Cię z równowagi?

Może się wydawać, że te pytania, zupełnie ze sobą niepowiązane, nie pasują do tytułu, bo co stokrotki i ćwierkanie ptaków może mieć wspólnego z odpoczynkiem? Nie bez powodu zatytułowałam ten artykuł, dodając pierwsze słowo: *sztuka* definiowane przez Słownik Języka Polskiego m.in. jako *umiejętność wymagająca talentu, zręczności lub specjalnych kwalifikacji*. Rozmawiając z ludźmi, coraz częściej dochodzę do wniosku, że nie tylko wiele osób nie umie prawdziwie odpoczywać, ale też niektórzy nie dają sobie nawet prawa do wytchnienia. Nazywamy odpoczynkiem różne czynności, po czym kilka chwil później stajemy się jeszcze bardziej drażliwi. Prawdziwy odpoczynek, taki dający wytchnienie zmysłom, myślom i ciału, jest dla mnie sztuką, którą opanowało niewiele osób. Sama wciąż się uczę, odnajdując radość w tym, o czym nigdy wcześniej bym nie pomyślała, że może ją przynieść.

Chcę napisać dlaczego jest tak istotne, aby również na ten aspekt życia przeznaczyć nasz cenny czas. Zdarzyło Ci się czytać po nieprzespanej nocy? Albo pojechać na całodniowe zakupy po weselu? Może w nieco innym wymiarze, ale tak właśnie traktujemy samych siebie, każąc sobie bez wytchnienia wykonywać kolejne czynności. Stały ciąg zadań, czasem spisany, często już na tyle utrwalony, że nie wymaga tak skomplikowanych zabiegów jak zapisywanie. Pobudka, (dzieci), toaleta, (dzieci), przygotowanie śniadania, (dzieci), praca, (dzieci), obowiązki i formalności, (dzieci), obiad, (dzieci), zmywanie, (dzieci), sprzątanie, (dzieci), kolacja, (dzieci), toaleta, (dzieci), krótki sen, (dzieci). I tak codziennie poza paroma dniami wakacji. A gdzie w tym ramowym planie miejsce na odpoczynek? Czytając po nieprzespanej nocy, na początku jesteśmy w stanie nawet nieźle rozumieć treść, jednak z czasem nie tylko mieszają się linijki, ale oczy same się zamykają i niezależnie od poziomu ciekawości lektury głowa opada bezwładnie, a ciało robi się ciężkie. Myślę, że po weselu też moglibyśmy pójść na zakupy (tej opcji nie próbowałam), przewiduję jednak plątaninę nóg, zasypianie i niedostrzeganie potrzebnych produktów. Tak samo dzieje się, kiedy narażamy się na chroniczne przemęczenie. Przestajemy dostrzegać istotne rzeczy, mieszają i plączą nam się fakty, robimy się bezwładni i bezsilni. Nasz umysł przestaje mieć kontrolę nad ciałem, zaczynamy jedynie reagować na silne bodźce, nie zauważając tych bardziej subtelnych. Decyzje są mniej przemyślane, a bardziej „spontaniczne", podejmowane pod wpływem emocji lub sytuacji. Wzrasta rozdrażnienie, znika uśmiech, a w jego miejsce pojawia się smutek, zdenerwowanie…

Niestety ten krąg przemęczenia nie kończy się na samej zmęczonej osobie. W psychologii systemowej istnieje pojęcie cyrkularności, które w skrócie oznacza wzajemne powiązanie ze sobą wszystkich członków danego systemu (szczególnie rodzinnego). Mówiąc prościej, zachowanie każdej osoby w rodzinie (lub innej społeczności), ma wpływ na pozostałych. Przykładowo, jeśli kasjer w sklepie popełni błąd, będzie to miało wpływ na zdenerwowanie kierownika, a to z kolei wpłynie na nastrój pozostałych pracowników oraz ogólnie pogorszy samopoczucie wszystkich, w tym także wtórnie kasjera, który popełnił błąd, gdyż dodatkowo wzmocni jego poczucie winy lub złość. Dodatkowo każda z zaprezentowanych osób może „przenieść" sytuację ze sklepu w inne miejsce, np. obwiniający się kasjer nie będzie miał siły na zabawę z dzieckiem, co wywoła jego poczucie odrzucenia lub zdenerwowany niekompetencją kasjera kierownik będzie nieprzyjemny dla pracowników remontujących mu mieszkanie.

O ile w kontekście pracy nie brzmi to bardzo tragicznie, o tyle w perspektywie rodziny może mieć ogromne konsekwencje. **Każde dziecko, niezależnie od tego czy jest zdrowe czy chore, reaguje na humor, emocje i zachowania rodziców, wyczuwa jego nastrój**. Czy ktokolwiek ma prawo oczekiwać, że dzieci będą spokojne i grzeczne, jeśli ich rodzice są poirytowani i zdenerwowani? Często niestety oczekujemy, że tak właśnie będzie, zapominając, iż, przynajmniej w części, to my jesteśmy współautorami nastrojów i zachowań dzieci. Zdenerwowani i zmęczeni nie potrafimy dostrzec własnego wpływu na niepożądany stan rzeczy.

Jest też dobra wiadomość. Wspomniana cyrkularność na szczęście nie dotyczy tylko negatywnych sytuacji. Tak jak można przekazać komuś zły nastrój i pobudzić do negatywnych zachowań, tak samo można rozdawać komuś pozytywne emocje, uśmiech, dobry nastrój. I one także mają tendencję do „rozlewania się". Lubię wracać do pewnego filmiku, który o tym przypomina - polecam YouTube: Pomóż komuś = Ktoś pomoże Tobie.

Wróćmy jednak do przewodniego tematu. Żeby przekazywać pozytywną energię, trzeba ją w sobie mieć. Samochód potrzebuje paliwa, oleju oraz kilku innych płynów i urządzeń (których pozwolę sobie nie wymieniać z czystej niewiedzy), aby bezpiecznie i dobrze jeździć. Ludzie także potrzebują kilku „płynów i urządzeń", aby właściwie funkcjonować. Warto zadbać o podstawowe potrzeby: sen, jedzenie, picie. Nie jestem mechanikiem, ale wydaje mi się, że samo paliwo i olej do jazdy nie wystarczą, mam też pewność, że żaden samochód nie jest w stanie jechać bez przerwy. Może porównanie nie jest bardzo celne, bo nie jesteśmy maszynami i jesteśmy w stanie znieść dużo, dużo więcej niż najlepsze wytwory techniki, ale chciałabym podkreślić, że nawet jeżdżąca klatka na kółkach musi się czasem zatrzymać, żeby silnik się nie przegrzał, żeby kolejne części nie skończyły zbyt wcześnie swojego żywota. Bez odpoczynku szwankują kolejne „części" w człowieku: początkowo mylą się zmysły (gorsze widzenie, słuch, czucie), później emocje (wybuchy, słabsza kontrola, smutek, zniechęcenie), umysł (zapominanie, nieuwaga, pomyłki) i ciało (bóle, choroby, bezsenność). Poprzez te objawy organizm domaga się skierowania na niego uwagi i odpoczynku.

Nazwałam artykuł *Sztuka odpoczynku* także dlatego, że sztuka kojarzy mi się z czymś niezwykłym, wykwintnym i… indywidualnym. Myśląc o wypoczynku przychodziły mi do głowy różne możliwości: czytanie, aktywność fizyczna, kontakt z przyrodą, chodzenie po górach, przebywanie w ciszy, rozmowy z bliskimi osobami, sen, prawidłowe oddychanie, spacer, wizyta u kosmetyczki, szybka jazda samochodem, kąpiel, wypicie kawy na balkonie, słuchanie muzyki… Ale sztuka jest czymś wyjątkowym, każdy pojmuje ją inaczej i pomimo, że bywa trudna, przynosi radość temu, kto ją stwarza. Nie chodzi o to, żeby każdy chodził do kosmetyczki czy wspinał się po górach. Istotne jest, aby znaleźć dla siebie taki czas, kiedy nie myśli się o obowiązkach (one na pewno nie uciekną), kiedy zmysły, myśli, ciało, emocje będą mogły się wyłączyć z „normalnego" toru. Czas, w którym jeśli cokolwiek się robi, to tylko i wyłącznie dlatego, że akurat ma się na to ochotę i przynosi to radość. Czas, w którym jest się w stanie zauważyć niezwykłości w codziennym życiu.

Kiedy usłyszysz ptaki w centrum miasta, uśmiechniesz się do kwitnących kwiatów… Kiedy ucieszysz się z małych wielkich rzeczy wokół … Kiedy skupisz się na miłych wspomnieniach i uśmiechniesz na myśl o tym, co było piękne i ważne… Wtedy będzie można przekazać kochanym osobom najlepszą część siebie, zmienić negatywne przeżycia na pozytywne. Będzie można zatrzymać się i dać sobie czas na odreagowanie trudnych doświadczeń.

I na koniec: **szczęśliwe dzieci mają szczęśliwych rodziców**. Warto zatem zadbać o swoje szczęście i odpoczynek. Chyba warto spróbować dać sobie przynajmniej 5 minut.

Agnieszka Waniczek
Psycholog

Za projekt i skład *Promyków nadziei* serdecznie dziękujemy CSK Studio **www.cskstudio.pl**

Nasz własny Mount Everest

Kiedy na początku wspinaczki człowiek stoi przed szczytem i patrzy na potężną górę, czuje się przytłoczony. Kiedy patrzy na tą samą górę już po zejściu - jest dumny i ma wrażenie, że może osiągnąć wszystko.

Martyna Wojciechowska

Czy życie ludzkie nie przypomina nieustannej wspinaczki? Cały czas wyznaczamy sobie cele, dążymy do spełnienia marzeń, jesteśmy alpinistami zdobywającymi swoje własne ośmiotysięczniki. Można śmiało powiedzieć, że każda dziedzina naszego życia ma swoje Himalaje - niedostępne szczyty, które z jednej strony straszą swoją potęgą i wielkością, a z drugiej stanowią wyzwanie… I tak sportowcy ustanawiają rekordy, inżynierowie projektują budowle przekraczające granice wyobraźni, lekarze wygrywają z nieuleczalnymi dotąd chorobami…

A jak wygląda nasza osobista wspinaczka? Jak my pokonujemy trudności nie do pokonania? Jak radzimy sobie z przeciwnościami losu, na które nigdy nie jesteśmy przygotowani? Bo jak można przygotować się na chorobę dziecka…

Dowiadujemy się, że zostaniemy rodzicami i jesteśmy najszczęśliwszymi osobami na świecie. Zapytani o płeć dziecka, najczęściej odpowiadamy *Najważniejsze, żeby było zdrowe*. I pełni nadziei oczekujemy tego najwspanialszego dnia naszego życia, jakim jest cud narodzin... W naszym przypadku podwójny cud – narodziny bliźniąt. I w jednej chwili czar pryska. Bo przecież czekaliśmy cały czas na zdrowe dzieci. Nic nie zapowiadało, że będzie inaczej. Nie jesteśmy na to przygotowani. Wydaje nam się, że to tylko sen, z którego zaraz się przebudzimy. Czekamy, aż przyniosą nam nasze zdrowe maleństwa z różowiutką skórą. Ola jest zdrowa, Hania urodzona w ciężkiej zamartwicy, walczy o życie… To nie sen.

W tym momencie rozpoczęła się też nasza walka - walka z chorobą naszej córeczki… Każdego dnia wspinamy się na nasz osobisty ośmiotysięcznik, jakże trudny do zdobycia. Pokonujemy własne słabości, ból i cierpienie… Nie jest to łatwa wyprawa. Ale czy zdobywanie szczytów jest proste? Przecież nikt, kto zdobył Mount Everest nie powie, że było to łatwe. To często walka z bezsilnością i bezradnością, z własnymi lękami i strachem. Towarzyszy nieustanna obawa i pytanie: *Czy damy radę wspiąć się tak wysoko, mimo wszelkich przeciwności na naszej drodze?*

Hania przez pół roku od momentu narodzin była w szpitalu, gdzie nieustannie trwała walka o jej życie. Gdy wydawało się nam, że najgorsze minęło, następował kryzys, który odbierał nadzieję. Wiele razy myśleliśmy, ile jest bólu i cierpienia w tym małym ciałku, a zarazem ogromna chęć życia. To właśnie jej niesamowita wola walki każdego dnia nam dodaje sił, by wspinać się coraz wyżej na naszą Górę…

Człowiek tak naprawdę nie wie do czego jest zdolny, gdy przychodzi mu zmierzyć się z chorobą dziecka. Jak wiele potrafi znieść słysząc złowrogo brzmiącą diagnozę lekarza: mózgowe porażenie dziecięce czterokończynowe spastyczne, encefalopatia niedotlenieniowo-niedokrwienna, padaczka lekooporna. Niektórych nazw chorób nie potrafimy czasem wymówić. Jest szok i niedowierzanie, powtarzamy i próbujemy przekonać samych siebie, że usłyszane przed chwilą słowa nas nie

dotyczą. Jednak już wiemy. Życie napisało swój własny scenariusz z nieuleczalną chorobą w tle. Gastrostomia, tracheostomia, wszystkie te rurki, które zaczynają towarzyszyć naszemu dziecku zaczynają być nieodzowną częścią i naszego życia. Jak alpiniści zaczynamy niepewnie jakże trudną wędrówkę z plecakiem pełnym niezbędnego sprzętu, każdego dnia ucząc się czegoś nowego, zdobywając nowe doświadczenia. Na tej wyboistej drodze, pełnej niebezpiecznych zakrętów, wiraży i oblodzeń spotykamy różnych ludzi - tych, którzy wierzą, że ta wspinaczka nie jest bez sensu i nieustannie nam pomagają, ale i takich, co sensu w niej nie widzą…

Pamiętam, jak zabolały nas słowa lekarza neurologa pierwszy raz badającego Hanię: *Tu żadna rehabilitacja cudów nie zdziała*. My zdajemy sobie sprawę, tak jak większość rodziców zmagających się z nieuleczalną chorobą swojego dziecka, że nasza córeczka nie będzie siedzieć, chodzić, mówić, nawet przełykać, ale nie chcemy, by tak brutalnie odbierano nam nadzieję…

Przypomina mi się kadr z filmu *Chce się żyć* i słowa chorego Mateusza: *Mamusia mimo upływu lat nie straciła wiary w to, że jej młodszy syn będzie zdrowy. Nie straciła też przekonania, że w mojej głowie jest coś więcej niż przestrzeń, po której hula wiatr. Nie wiedziała, ile rozumiem. Ale mimo, że tyle osób mówiło jej, by się pogodziła, ona ciągle wierzyła, że mój mózg pracuje. Chociaż wciąż nie miała na to żadnego dowodu.*

Ile razy słyszeliście, że Wasze dziecko to roślina? Nic bardziej nie boli, niż to stwierdzenie. A serce matki w tym momencie krzyczy: *Moje dziecko nie jest rośliną!!! To jest pełnowartościowy człowiek, żyjący we własnym świecie, jak uwięziony motyl*. Oczy Hani mówią wszystko, wyrażają ból, cierpienie, ale również zadowolenie i radość. W niemym krzyku zawarte jest wszystko, co chciałaby nam powiedzieć, gdyby tylko mogła. To my, rodzice musimy zgadywać, co jest powodem łez płynących po jej policzkach. Czasem to tylko niewinna rzęsa, niekiedy wyrzynające się z wielkim trudem ząbki, innym razem ból brzuszka, czy ucha.

Tym, co łączy wszystkie dzieci niepełnosprawne jest potrzeba uczucia. Uścisk, pocałunek w policzek, jakikolwiek znak, że je cenisz, szanujesz, wierzysz w nie. To właśnie sprawia, że promienieją. Hania czuje naszą bliskość, miłość, dotyk. Lubi być, jak każde dziecko, przytulana, odczuwa nasz niepokój i radość. Uwielbia, gdy obok jest Ola i Kacperek – jej rodzeństwo. Nasza córeczka każdego dnia zdobywa szczyty, niesamowicie trudne do zdobycia. Pomaga jej w tym sztab wspaniałych osób z sercem na dłoni. To nasze czekany…

Nasi kochani rehabilitanci, pani Ala wspaniale usprawniająca od 4 lat Hanusię i Dominik, który jest z nami od roku. To oni dbają, by nie było przykurczy i skoliozy, by poprawić ruchomość w stawach, by pozbyć się tak bardzo dokuczliwego napięcia mięśniowego. Hania dzielnie współpracuje, walczy - nieraz ze łzami w oczach. Jest też pani Lila prowadząca z naszym Słoneczkiem zajęcia rewalidacyjno-wychowawcze. To ona metodą Knilla uczy Hanię poznawania własnych rączek, nóżek, buzi, a podczas muzykoterapii relaksuje naszą dzielną dziewczynkę. Pokazuje jej też rozmaite faktury, patrzy na jej reakcję, gdy dotyka skórę jedwabiem, futerkiem, metalem, drewnem. Oczywiście Hani nie wszystko się podoba, świadczy o tym grymas na twarzy. Potrafi okazać niezadowolenie płaczem, napięciem. Zabawy w basenie z kolorowymi kulkami sprawiają jej radość. Muzyka z odgłosami natury, kołysanki, spacerki, bajeczki czytane przez rodziców i braciszka, delikatne światło lampki to jest to, co lubi nasza córeczka… I tak każdego dnia Hania pokonuje własne słabości, pokazuje nam, jak dzielnie walczy, jak osiąga swój własny Mount Everest.

Nie udałoby się to bez czekana jakim jest Wrocławskie Hospicjum dla Dzieci. Cudowni lekarze, wspaniały zespół pielęgniarski, bez których pewnie nasza codzienna wspinaczka byłaby o wiele trudniejsza, a wręcz niemożliwa. Hospicjum to nasza rodzina, nasi przyjaciele. Możemy zadzwonić o każdej porze dnia czy nocy i usłyszymy tak bardzo potrzebne słowo otuchy, dostaniemy wsparcie i pomoc. Z całego serca dziękujemy, że jesteście z nami.

Zdobywanie najwyższych szczytów nigdy nie jest łatwe. Zdobycie Korony Ziemi to nie lada wyczyn. Wielu już próbowało swoich sił wspinając się na największy ośmiotysięcznik. Ale tak naprawdę każdy z nas ma przecież swój własny Mount Everest.

I tak, jak tylko potrafimy najlepiej, staramy się go zdobyć. Czasem, gdy wydaje nam się, że jesteśmy na szczycie, nagle spadamy w dół i zaczynamy swoją wędrówkę od początku. Upadamy, by za chwilę się podnieść, mimo wszelkich trudności, niepowodzeń i przeciwności losu. Bierzemy ze sobą bagaż pełen niezbędnych rzeczy i wraz z optymizmem, wiarą i nadzieją idziemy do przodu, by osiągnąć zamierzony cel, by mieć siłę do walki z okrutnym przeciwnikiem, jakim jest choroba naszego dziecka. Chcemy umieć odnaleźć w tej wędrówce chwile radości i szczęścia.

Jak mawiają Ci, którzy zdobywają górskie szczyty *szczęście w górach, składa się z dziesiątków małych szczęść, przeżywanych wiele razy w ciągu dnia. Pokonanie skalnego progu, wspaniała panorama przy bezchmurnym niebie, posiłek w zacisznym namiocie, powrót do bazy. Szczęście to też lawina, która przeszła bokiem...*

Agnieszka Kruk

Pola nadziei

Pola Nadziei 2013/2014 za nami. Jak zawsze zaczęliśmy jesienią sadząc cebule żonkili, prowadziliśmy prelekcje oraz warsztaty i wymyślaliśmy akcje, by wiosną ruszyć z kwestą. Zorganizowaliśmy konkursy *Żółty żonkil symbolem życia*. W konkursie plastycznym wzięło udział 45 placówek z Dolnego Śląska, które nadesłały 130 prac; w fotograficznym konkurowało 13 prac, a w literackim 25 wierszy. Wybrane prace plastyczne i literackie będą tworzyć kalendarz na 2015 r.

4. edycję akcji podsumowujemy kwotą **140 282,05 zł**. To miesiąc rehabilitacji dla 175 bardzo ciężko chorych dzieci.

Dzięki Wam wiemy, gdzie zakwita dobro. Dzięki Wam widzimy, że chcieć to móc. Dzięki Wam wierzymy, że zawsze jest sens pomagać.

We wrześniu inauguracja piątej edycji Pól nadziei. Nabierzmy do tego czasu sił!

Niech żonkil będzie z Wami!
W imieniu dzieci, rodziców i pracowników
Fundacji Wrocławskie Hospicjum dla Dzieci
Beata Hernik-Janiszewska

Gabriela Hajdasz i
Klaudia Szalaty,
lat 19,
Wolontariat ZS 3 we Wrocławiu
1 miejsce w konkursie
plastycznym

Ania Staniec, lat 12
Szkoła Podstawowa nr 15, Wrocław
1 miejsce w konkursie fotograficznym

Zwycięski wiersz na str.4

Kolory nadziei

Podarujmy nadzieję
Nadzieja ma skrzydła, przysiada
w duszy i śpiewa pieśń bez słów,
która nigdy nie ustaje,
a jej najsłodsze dźwięki
słychać nawet podczas wichury...

Przedszkole Miejskie nr 2 MINI w Nowej Rudzie, do którego uczęszcza Ola - siostra Hani Kruk, która jest podopieczną Fundacji Wrocławskie Hospicjum dla Dzieci - podarowało nadzieję tym, którzy jej najbardziej potrzebują. Włączyło się w czwartą już edycję Pól Nadziei. W ramach akcji przeprowadziliśmy - nauczyciele oraz dyrekcja, a także my czyli rodzice i dzieci - szereg działań.

Rozpoczęliśmy 14 października 2013 r. jesiennym sadzeniem cebulek żonkilowych w przedszkolnym ogródku. Z okazji Dnia Nauczyciela dzieci recytowały wierszyk *Pola Nadziei*. W tym wyjątkowym dniu razem z Hanią i jej bratem Kacperkiem sadziliśmy żonkile - symbol nadziei i zwycięstwa życia nad śmiercią. Żółty żonkil ozdobił również przedszkolną gazetkę, a dzieci wykonały piękne prace.

2014 rok rozpoczęliśmy od wykonania kalendarzy polonadziejowych, którymi obdarowaliśmy wszystkich współpracujących z nami. Dzień Wiosny był u nas radosny i kolorowy. Przy okazji wiosennego spaceru razem z Hanią byłyśmy na kiermaszu stroików wielkanocnych i innych prac z motywem żonkila, wykonanych przez naszych przedszkolaków i ich rodziców. Dochód w kwocie 262,50 zł został przekazany na potrzeby podopiecznych fundacji. Część stroików powędrowała do wolontariuszy, biorących udział we wrocławskich akcjach w centrach handlowych.

Oprócz działań wewnątrzprzedszkolnych, dzieci chętnie uczestniczyły w konkursach, organizowanych przez fundację. W ramach konkursu plastycznego *Żółty żonkil symbolem życia* czworo dzieci wykonało pomysłowe prace z wykorzystaniem różnorodnych technik. Święta Wielkanocne były okazją do opracowania pięknych kartek wielkanocnych dla podopiecznych fundacji i ich rodzin.

Uwieńczeniem tegorocznej edycji *Pól Nadziei* był majowy koncert Kolory Nadziei, w którym wystąpiły nasze przedszkolaki oraz uczniowie szkół z Nowej Rudy i okolic. Każdy gość został obdarowany bibułkowym żółtym żonkilem. Podczas koncertu można było kupić cegiełkę, bądź też upominki pozyskane od zaprzyjaźnionych sponsorów. Nasz koncert przyniósł dochód w kwocie 994,43 zł, który został przekazany fundacji.

Wszystkie nasze działania mają na celu niesienie pomocy najbardziej potrzebującym, jak również uwrażliwianie nawet tych najmłodszych na cierpienie i chorobę, by nie czuli strachu i lęku w obcowaniu z niepełnosprawnością.

I tak jak pisał ks. Jan Twardowski *Śpieszmy się kochać ludzi, tak szybko odchodzą.* Pomagajmy, dopóki są z nami.

Lucyna Zawilińska
koordynator akcji Pól Nadziei
w Przedszkolu Miejskim nr 2 MINI w Nowej Rudzie
Agnieszka Kruk, mama Hani

DzieciDzieciom

Wielki Tydzień w Szkole Podstawowej im. Adama Mickiewicza w Pęgowie rozpoczął się akcją charytatywną. Samorząd Uczniowski wraz z opiekunem - panią Dorotą Walas oraz nauczycielką Magdaleną Jóźwiakowską zoorganizował Kiermasz Wielkanocny „Dzieci Dzieciom". Przez trzy dni na stoisku można było kupić ozdoby wielkanocne wykonane przez uczniów szkoły oraz ich rodziców. Nie zabrakło też kupujących, którzy wybierali między przepięknymi pisankami, stroikami, kartkami wielkanocnymi, kurczaczkami i zajączkami. Baranki drożdżowe pani Dorotki bardzo szybko zniknęły ze stoiska, podobnie jak muffinki pani Magdy. Właściciele miejscowej kwiaciarni Euforia podarowali na ten szczytny cel piękny wianek i zajączki.

Pieniądze były zbierane do oryginalnie zapieczętowanych puszek, a następnie przekazane do Fundacji Wrocławskie Hospicjum dla Dzieci. Uczniowie z radością przyjęli informację, że dla chorych dzieci zebraliśmy w tak krótkim czasie 774,28 zł.

Magdalena Jóźwiakowska

NADZIEJA zamiast bukietu

Kiedy pierwszy raz usłyszałem o akcji *Nadzieja zamiast bukietu*, pomyślałem, że to nie dla mnie, gdyż wymaga ona ciągłego kontaktu z ludźmi, przekazania im w klarowny sposób idei przedsięwzięcia. A ja zawsze miałem z tym problem.

Pamiętam jak pierwszy raz na nauce przedmałżeńskiej mówiłem przez mikrofon, a na sali znajdowało się 40 osób. Byłem naprawdę zestresowany, zacząłem się lekko jąkać, ale się nie poddałem. Wziąłem głęboki oddech i spokojnie mówiąc, dokończyłem prezentację. Później, gdy rozdawałem ulotki, bardzo serdeczni ludzie z szerokim uśmiechem dodali mi energii do działania. Wychodząc stamtąd, czułem się wspaniale z myślą, że informacja, którą przekazałem została przyjęta z tak ogromnym entuzjazmem. To poczucie natychmiast przekładam na dalsze działanie, szukanie nowych miejsc, w których mogę przedstawić naszą akcję.

Akcja bardzo różni się od innych realizowanych w fundacji, takich jak *Pola Nadziei*, *Noworoczny Koncert Charytatywny* czy *Bieg Sponsorowany*. Wszystkie wyżej wymienione wymagają dużej ilości przygotowań. Natomiast *Nadzieja zamiast bukietu* jest bardzo specyficzna pod tym względem i zdecydowanie wyróżnia się na tle pozostałych. Główną różnicą jest częste prezentowanie informacji przed sporą grupą ludzi, których zazwyczaj wcześniej nie znaliśmy. Trzeba wiedzieć, co chce się powiedzieć, więc należy zapoznać się z treścią ulotki, bo przecież z nią udajemy się do par młodych. Jest to bardzo ważna część, musimy być gotowi i na wygłoszenie ogólnych zasad akcji, i na pytania od uczestników spotkania.

Nie mam szablonu ani wcześniej ułożonej prezentacji. Z jednej strony bywa to stresujące, ale z drugiej mobilizuje do zrozumienia prawdziwego sensu przedsięwzięcia i przedstawienia go w atrakcyjny, luźny i przyjazny sposób, nie powtarzając wciąż tych samych zdań. Przed każdym takim wystąpieniem wiem, co chcę powiedzieć, bo przecież nie słowa czynią mówcę, a myśli. Jestem przekonany, że jak pójdziecie na takie spotkanie i je przeżyjecie, to bardzo Wam się spodoba. To wspaniała okazja do pokonywania swoich ograniczeń.

Pamiętajcie, że to my jesteśmy ekspertami w sprawie akcji i to jak potoczy się prezentacja zależy w dużej mierze od nas. Zapewniam, że serdeczne słowa i uśmiechy uczestników po takim spotkaniu uskrzydlają.

Zachęcam zatem do otwarcia się na innych ludzi i pomaganie podopiecznym fundacji! Życzę wszystkim powodzenia w pomaganiu i przede wszystkim dużo radości z niesienia pomocy Naszym Kochanym Dzieciakom.

Andrzej Kulesza
Wolontariusz

Wędrówką życie jest człowieka

GRUPA WSPARCIA DLA RODZIN PO STRACIE DZIECKA

Życie jest wędrówką po wyboistej drodze pełnej załamów. Nie wiemy, co czeka na nas za kolejnym zakrętem i właśnie to sprawia, że chcemy iść dalej, choć bywa stromo i pod górkę. Idziemy, bo mamy nadzieję – że w końcu będzie lepiej, łatwiej, że po chudych latach nadejdą tłuste.

Czasem jednak oczekiwana odmiana losu nie nadchodzi. A czasem dobrze wiemy, że nie nadejdzie, bo na tym polega nieuleczalność. Mimo to wciąż wędrujemy. Wrocławskie Hospicjum dla Dzieci wspiera w tym trudnym czasie zarówno swoich podopiecznych, jak i ich rodziny. Z pomocą najnowszych osiągnięć medycyny łagodzimy ból i cierpienia ciała, a poprzez obecność, rozmowę i zrozumienie dbamy o samopoczucie psychiczne.

Obecność, rozmowa i zrozumienie są potrzebne również, a może przede wszystkim wtedy, gdy wędrówka dobiega końca. Gdy w głowie rodzą się pytania, na które trudno znaleźć odpowiedzi. Gdy pojawiają się zwątpienie i rozgoryczenie. Gdy ma się ochotę uciec od całego świata. Gdy nie chce się dalej żyć.

Żałoba jest bolesnym i złożonym procesem, przez który trzeba przejść, aby móc wrócić do normalnego funkcjonowania. Z pomocą rodzicom po stracie dziecka przychodzi działająca przy Wrocławskim Hospicjum dla Dzieci Grupa Wsparcia dla Rodzin po Stracie Dziecka prowadzona przez psychologów i kapelana.

Na spotkaniach Grupy można otwarcie wyrazić swoje uczucia, zadać każde, nawet najtrudniejsze, pytanie i uzyskać informacje na temat przebiegu procesu żałoby. Profesjonaliści zapewniają wsparcie psychologiczne i duchowe, ułatwiając przejście przez kolejne fazy żałoby i uporanie się z towarzyszącymi jej emocjami. Niezwykle ważna jest też możliwość kontaktu z osobami o podobnych doświadczeniach.

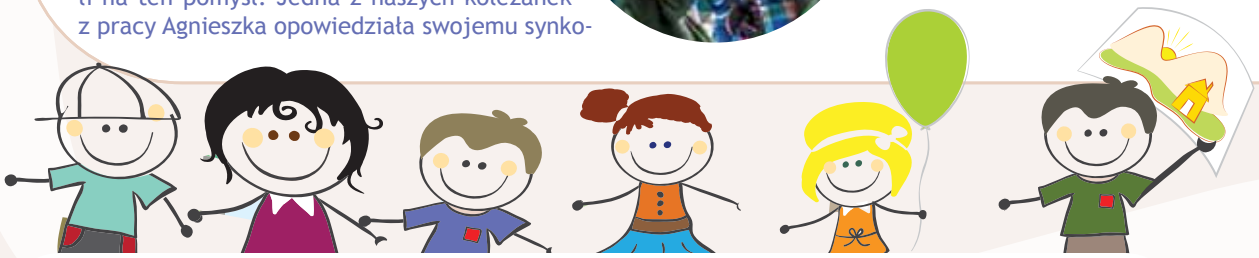
Spotkania Grupy Wsparcia mają charakter otwarty i odbywają się raz w miesiącu, w sobotę w godz. 15.00-18.00. Zapraszamy całe rodziny – wolontariusze zapewniają opiekę nad osieroconym rodzeństwem towarzyszącym rodzicom. Szczegóły na www.hospicjum.wroc.pl/jak-dzialamy/grupa-wsparcia.

Marzena
Wolontariuszka

Impreza z okazji dnia dziecka dla podopiecznych fundacji rozpoczęła się w samo południe i trwała kilka godzin. Żeby ten czas był wypełniony atrakcjami po brzegi i aby wszystko przebiegło zgodnie z planem potrzebne były długie, kilkumiesięczne przygotowania. Jako wolontariuszka wraz z koleżanką wolontariuszką Kamilą postanowiłyśmy, że zorganizujemy w pracy zbiórkę prezentów. Zależało nam, aby chore dzieci i ich rodzeństwo mogły w ich święto cieszyć się z tego, co otrzymały. To przedsięwzięcie pokazało nam jak wspaniale ludzie zareagowali na ten pomysł. Jedna z naszych koleżanek z pracy Agnieszka opowiedziała swojemu synkowi Adasiowi o działaniach fundacji i nadchodzącej imprezie. Postanowili razem, że Adaś zrezygnuje ze swojego prezentu z okazji Dnia Dziecka. Dla kilkulatka podjęcie takiej decyzji to naprawdę wielka rzecz. Wszystko po to, aby dzieci z hospicjum mogły się uśmiechnąć.

To było wzruszające. Ta historia pokazuje, że każdy z nas może dzielić się tym, co ma. Warto pomagać, szerzyć świadomość wśród dzieci i dorosłych. A wierzę, że dobro powraca. Chciałam podzielić się z Wami tym przeżyciem. Być może będzie to inspiracją dla kogoś z Was.

Ewa Sikora
Wolontariuszka



Dzień Dziecka

Gdybym tylko mogła z tego wszystkiego skorzystać. Jednego dnia by brakło, żeby zakosztować wszystkich atrakcji zgromadzonych w jednym miejscu - w Starej Garbarni w Leśnicy. Wyobraźcie sobie, że stoicie za grubą szybą bardzo małego pokoju w środku wielkiej sali. W jednym końcu tego pomieszczenia gorące jedzonko: pasty z mięsem, makarony z warzywami, żurek i pierogi. Nic tylko brać i jeść. Do tego kawa, herbata lub zimne napoje. Jeśli jeszcze możesz coś zmieścić w brzuszku proszę bardzo - sałatki. Na stołach, przy których siedzą zaproszeni goście, słodkości w wielu postaciach: makowce, serniczki, ciasta z kremem i galaretką, cukierki i czekoladki.

Na scenę, w jednym końcu sali, wchodzą młodzi artyści. Tańczą i śpiewają. A w międzyczasie zapraszają po odbiór prezentów. Niektóre dzieci piszczą z radości. Niektóre, tak jak ja, przyjmują dary ze stoickim spokojem. Te, które już otrzymały podarunki, rozbiegają się. Na dworze wolontariusze przygotowali stoiska z kolejnymi niespodziankami. Możesz sam przygotować owocowego drinka, ale żeby otrzymać szklankę soku musisz wykonać zadanie.

Na stołach dzieci malują lub wykonują przedziwne budowle. Można grać i skakać, a nawet chodzić po linie zawieszonej między drzewami. Po drugiej stronie budynku nie lada gratka - specjalnie dla dzieci z hospicjum przyjechali motocykliści. Odgłosy motocykli potrafią wybudzić największych śpiochów. Nic dziwnego, że kolejka chętnych do przejażdżki na takiej maszynie była długa.

We wszystkich tych atrakcjach, przygotowanych z okazji Dnia Dziecka przez wolontariuszy z wrocławskiego hospicjum, brał udział mój brat Marek. Godnie mnie zastępował. Szkoda, że ja, jak za tą szybą, mogłam tylko patrzeć. Ale z drugiej strony - gdyby nie ja, nie byłoby takiej super imprezy!

w imieniu Uli
Tata Mariusz

Buy a book

21 czerwca na placu przy kościele św. Marii Magdaleny we Wrocławiu odbył się wielki kiermasz książek w ramach trzeciej edycji akcji *Buy a Book*, organizowanej przez lokalny oddział Związku Liderów Sektora Usług Biznesowych w Polsce (Association of Business Service Leaders in Poland) przy współudziale piętnastu wrocławskich firm-członków ABSL i organizacji wspierających. Całkowity dochód ze sprzedaży przeznaczony został na rehabilitację podopiecznych Fundacji Wrocławskie Hospicjum dla Dzieci.

Idea Buy a Book

Kampania charytatywna *Buy a Book* dzieli się na dwa etapy. W pierwszej kolejności firmy-uczestnicy akcji, przeprowadzają wśród swoich pracowników zbiórki książek. Do gromadzenia książek włączyły się też szkoły i przedszkola współpracujące z Fundacją w ramach akcji *Pola Nadziei* i *Nakrętki dla Hospicjum*. Następnie organizowany jest publiczny kiermasz, w przygotowaniu którego biorą udział wolontariusze rekrutujący się spośród pracowników firm wspierających akcję oraz wolontariusze Fundacji. Jak było tym razem?

Wielki dzień 21 czerwca

Przygotowania do kiermaszu na placu św. Marii Magdaleny trwały od 8.00 rano. Po rozłożeniu namiotów, wolontariusze zajęli się układaniem kilku tysięcy książek według kategorii na stoiskach. Jeszcze przed oficjalnym rozpoczęciem kiermasz wzbudzał żywe zainteresowanie przechodniów – niektórzy wybierali sobie książki „na później", inni starali się od razu kupić upatrzone pozycje. O 11:00 ruszyła sprzedaż książek, wspierana przez pierwszą „zmianę" około 30 wolontariuszy. Od pierwszych minut kiermaszu nie opuszczały tłumy chętnych do zakupu książek, zachęconych szczytnym celem imprezy, jak i bardzo atrakcyjnymi cenami – od 5 do 25 złotych. Było w czym wybierać – coś dla siebie znaleźć mogli zwolennicy polskiej i światowej klasyki, fani fantasy, kryminałów, sensacji, historii, pasjonaci biografii, znalazło się też wiele poradników, podręczników, literatury obcojęzycznej czy książek dla najmłodszych. Kiermasz uświetnili też swoją obecnością znani i lubiani Wrocławianie. Fragmenty wybranych przez siebie pozycji czytali do mikrofonu: aktorzy Teatru Komedia Katarzyna Baraniecka i Jerzy Skoczylas, rektor Uniwersytetu Wrocławskiego prof. Marek Bojarski, śpiewająca Alicja Janosz i João de Sousa wokalista Portugalczyk na stałe mieszkający we Wrocławiu. Godziny mijały, o 15.00 pojawiła się druga zmiana wolontariuszy, a skarbonki Fundacji pękały w szwach. W tłumie otaczającym namioty można było wyłowić dziennikarzy radia RMF FM czy Radia Wrocław. Kiermasz zakończył się po godzinie 19.00.

Całodzienna sprzedaż przyniosła wspaniały rezultat: wolontariusze Fundacji zebrali 11 225 złotych, które pozwolą na 3,5 miesiąca rehabilitacji czwórki dzieci.

Joanna Gasik
Tieto Poland Sp. z o.o.

Przyrodnicza Majówka

Na tegoroczną Majówkę dla rodzeństwa naszych Podopiecznych wybraliśmy się do Krośnic w pięknej Dolinie Baryczy. W pierwszym dniu dzieci (i młodzież) zobaczyli Park Krajobrazowy. Wędrówka po ścieżce przyrodniczej pod okiem pani przewodnik dała okazję do zapoznania się z tablicami informacyjnymi dotyczącymi mieszkających na terenie rezerwatu zwierząt. Dowiedzieliśmy się miedzy innymi, że na terenie parku żyje 12 gatunków nietoperzy oraz 300 gatunków ptaków. Odwiedziliśmy Czatownię, skąd z pomocą lornetek można było - chwilowo i z pełnym przyzwoleniem wychowawców - pobawić się w podglądactwo, podziwiając jeden z największych stawów w Parku. Po obiedzie wybraliśmy się na pełen atrakcji jarmark, gdzie odważni uczyli się tańczyć, mniej odważni nagrywali tańczących, a jeszcze inni rozwijali swoje umiejętności społeczne. Następnie cała ekipa miała okazję przejechać się Krośnicką Kolejką Wąskotorową. Dzień zakończyliśmy mini konkursem „Mam Talent" oraz grupową integracją – najpierw zorganizowaną przez Wolontariuszy-opiekunów, później już nieformalnie kontynuowaną w pokojach, co dla niektórych skończyło się dodatkowym spacerem.

Drugiego dnia wybraliśmy się na wycieczkę autokarową do gospodarstwa ekologicznego „Rogata Owca" w Lędzinach, gdzie pani Beata Piekalska opowiedziała nam m.in. o tajemnicach wypieku chleba, robienia prawdziwych serów i filcowania owczej wełny. Mieliśmy też okazję do zwiedzania gospodarstwa, gdzie poznaliśmy się bliżej z gęsiami, psami i rogatymi owcami. Niektórzy młodzi uczestnicy zaprzyjaźnili się szczególnie z męską owcą czyli baranem Frankiem, który tropił w ich torbach, plecakach i kieszeniach resztki jedzenia.

Słowem - łaknął smakołyków. Chętni, a mówiąc wprost - mniej leniwi, zaangażowali się w wyrabianie bułeczek, które po upieczeniu mieliśmy okazję jeszcze gorące zjeść z roztapiającym się masełkiem i domowymi dżemami. Mniam... Popołudnie spędziliśmy na grach zespołowych i zabawach na sali gimnastycznej. Młodsze pokolenie bawiło się z panią Dorotką chustą animacyjną, zaś nieco starsze przypominało sobie podstawy gry w siatkówkę. Wieczorem stęsknieni za telewizją poszli kolejny raz oglądać „Shreka", a druga grupa tworzyła najpierw przyrodnicze obrazki z plasteliny, a później krzyżówki – też o tematyce przyrodniczej. Noc bez wariacji zielonej nocy minęła raczej spokojnie…

Ostatniego dnia naszej zimnej Majówki mieliśmy zajęcia ze znaną nam już panią przewodnik, która zapoznawała nas z entuzjazmem ze swoim „konikiem" – ornitologią. Dla orzeźwienia odbyliśmy ostatni spacer do parku krośnickiego, w okolice zamku i… do sklepu. Zakończyliśmy nasz wyjazd obiadem.

Serdeczne podziękowania dla organizatorów oraz niezwykłych i niezawodnych Wolontariuszy za wspaniałą pracę i atmosferę! I dla dzieci – zarówno tych bardziej, jak i mniej posłusznych – za to, że dzięki przebywaniu z Wami mogliśmy poczuć się odrobinę radośniejsi i młodsi!

Agnieszka Waniczek
Psycholog

Pomocny kalendarz

Od ośmiu lat pojawia się w sprzedaży charytatywny Kalendarz Dżentelmeni. Za jego powstaniem stoją ludzie, którzy chcą pomóc słabszym od siebie. Dają swój czas, wiedzę, umiejętność poruszania się w środowisku znanych i lubianych. W tym roku po raz pierwszy nasi podopieczni stali się beneficjentem tego przedsięwzięcia.

Do tegorocznej edycji kalendarza i płyty została zaproszona ambasadorka naszej fundacji Kinga Preis. Nie jest z krwi i kości dżentelmenem, ale wrażliwą dobrą osobą, która wie na czym polega nasza praca. Zgodnie z ideą akcji osobowości biorące udział w projekcie mogą same wskazać cel, na który chciałyby przekazać wsparcie. Dzięki Kindze Preis znaleźliśmy się w tym gronie. Część pieniędzy pozyskanych ze sprzedaży płyty i kalendarza trafiła do nas.

3 kwietnia na ręce Beaty Hernik-Janiszewskiej, wiceprezes zarządu ds. funduszy, został przekazany czek na 40 000 zł. Pieniądze te przeznaczamy na rehabilitację podopiecznych. To waśnie taki rodzaj pomocy jest jednym z najważniejszych, bo pozwala na pozbycie się bólu, na likwidację napięć, na utrzymanie ciała w najlepszej możliwej kondycji. Dodatkowym atutem jest to, że zajęcia z fizjoterapeutą odbywają się w domu chorego dziecka, co znacznie odciąża rodziców. Miesięczny koszt rehabilitacji dla ok. 200 podopiecznych Fundacji Wrocławskie Hospicjum dla Dzieci to ponad 50 000 zł.

Dodatkowo Fundacja otrzymała pakiet kalendarzy i płyt, aby w domu podopiecznych mogły zawisnąć podobizny ulubionych wykonawców i mogła zabrzmieć muzyka z refleksyjnymi tekstami.

Zdjęcia są magnetyzujące – skupiają uwagę, zachwycają naturalnością i autentycznym pięknem ludzkim. Aktorzy wystąpili bez makijażu, pokazując siebie takimi, jakimi są. Dzieląc się z nami swoim talentem i czasem.

Idea charytatywnego kalendarza (z czasem uzupełnionego o niepowtarzalną płytę) powstała dzięki spotkaniu przed laty Patryka Wolskiego i Oliwiera Janiaka, a została rozwinięta na przestrzeni minionych lat dzięki współpracy wielu osób. Do tegorocznej odsłony producent Oliwier Janiak zaprosił Roberta Kupisza, aby ubraniami podkreślił unikalność każdego z gości; Roberta Wolańskiego fotografującego do głębi; Tomasza Szczepanika do skomponowania muzyki oraz Macieja Jadowskiego do napisania tekstów „o czymś" czyli o relacjach, o trudnościach, o ważnych dla każdego sprawach, Michała Przytułę, który zadbał o rejestrację wokali aktorów i o efekt końcowy płyty.

Do zdjęć pozowały i w większości wystąpiły z wokalem na płycie postaci polskiej sceny, filmu i muzyki: Piotr Adamczyk, Sonia Bohosiewcz, Jacek Braciak, Agnieszka Grochowska, Tomasz Karolak, Małgorzata Kożuchowska, Antek Królikowski, Paweł Królikowski, Joanna Kulig, Paweł Małaszyński, Maciej Musiał, Dawid Ogrodnik, Maja Ostaszewska, Piotr Polk, Kinga Preis, Weronika Rosati, Magdalena Różczka, Danuta Stenka, Tomasz Szczepanik, Robert Więckiewicz, Jakub Wesołowski, Adam Woronowicz.

Ada Kamińska

Charytatywno-ekologiczne zakręcenie – kończy się czwarta edycja.

Nakrętki dla Hospicjum

Zbieranie nakrętek jest coraz bardziej powszechne i uzależniające. Jeśli raz się spróbowało, to nie można już się powstrzymać od odkładania nakrętki do torebki, plecaka, specjalnie oddelegowanego pojemniczka w domu czy w pracy. Wyrabia się nawyk. I to jest fantastyczne, bo to nawyk, który służy pomaganiu. Zbiórka nakrętek plastikowych to jedna z nielicznych akcji, w której pomaga się bez pieniędzy. Każdy może w niej uczestniczyć – dzieci i dorośli, pracoholicy i bezrobotni. Wystarczy pamiętać.

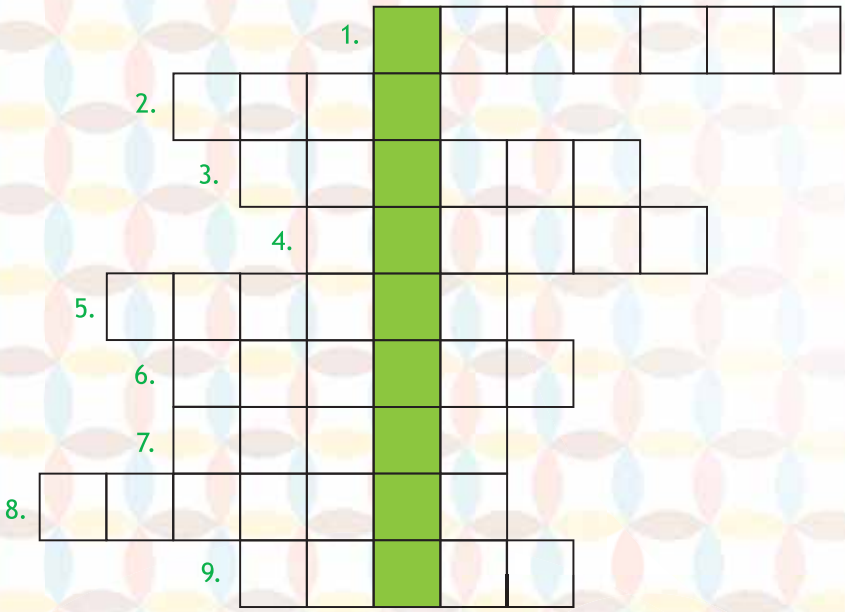
Jak co roku zorganizowaliśmy festyn dla zbieraczy nakrętek, a naszych wolontariuszy przedszkolnych i szkolnych. Jest to okazja, żeby twórczo się pobawić, rozwinąć wyobraźnię i wspólnie pobyć. To nasza forma podziękowania za całoroczne zaangażowanie. Oczywiście nie udałoby nam się przygotować festynu bez pomocy innych ludzi dobrej woli – nauczycieli i uczniów Zespołu Szkół Plastycznych z Wrocławia, studentów i wykładowców Uniwersytetu Przyrodniczego, dziewczyn z Klubu Gniazdko, muzyków z Sambina Wratislavia, dyrekcji i pracowników Hali Stulecia oraz Domu Kultury Bakara, pracowników-wolontariuszy Credit Suisse oraz wolontariuszy naszej fundacji. Pięknie dziękujemy za energię, pomysły i podarowany nam czas.

Zapraszamy od września wszystkich do kolejnej (piątej!) edycji akcji. Tymczasem porządkujemy magazyn i wywozimy, wywozimy, wywozimy…

Ada Kamińska
Koordynatorka akcji *Nakrętki dla hospicjum*

Foto: Grzegorz Lityński, www.litynski.com

PROMYKI dobrej zabawy



Letnia krzyżówka

1. Przerwa w nauce w czasie lata
2. Tatry albo Beskidy.
3. Wyjeżdża z dworca, może Cię zawieźć na wakacje.
4. Kupujesz je, żeby wejść do kina, cyrku, teatru.
5. Jeden z letnich miesięcy.
6. Do niego spakujesz rzeczy na wyjazd albo do szkoły.
7. Błękitne z falami.
8. Upieczesz w nim kiełbaski.
9. Możesz się na niej opalać i budować zamki z piasku.

Zagadkowo

W kubeczku czy na patyku.
Wszyscy je lubimy.
Miło latem czuć na języku,
Poczuć małą porcję zimy. *(lody)*

Jaki to miesiąc zamyka szkoły
i daje dzieciom urlop wesoły? *(czerwiec)*

Czy wiesz, jak ta pora roku
zwie się pośród ludzi,
gdy słonko późno spać idzie,
a wcześnie się budzi? *(lato)*

Nad stawem, nad łąką sporo ich się zbiera,
każda jest podobna do helikoptera. *(ważki)*

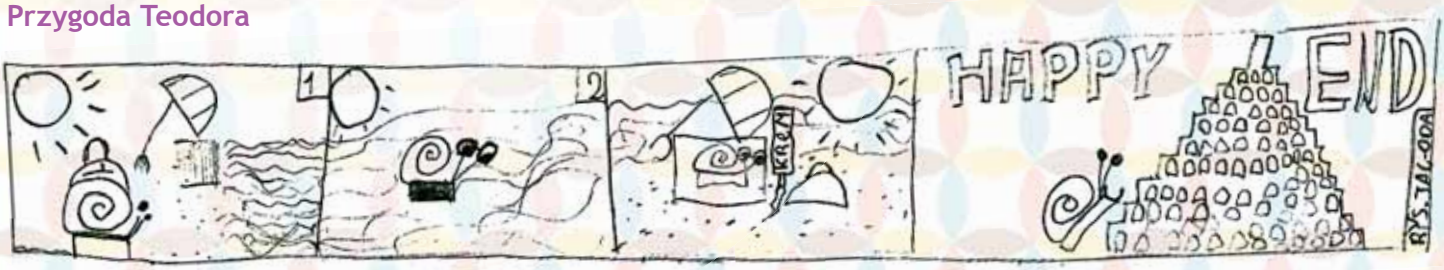
Zgrabne domki
w sadzie mają,
miód w tych domkach
wyrabiają. *(pszczoły)*

Bzyka koło ucha, nie osa, nie mucha,
kiedy cię ukłuje, bąbel wyskakuje. *(komar)*

Czy wiesz, że...

...delfiny są najinteligentniejszymi zwierzętami na świecie? Oczywiście zakładając, że człowiek nie jest zwierzęciem.
...imieniny Jana obchodzone są 99 razy w roku?
...delfiny śpią z jednym okiem otwartym, a drugim zamkniętym?
...dzieci zaczynają się uśmiechać w wieku 5 tygodni?
...ważka żyje 24 godziny?
...ośmiornica ma 3 serca?
...leworęcznym ludziom paznokcie rosną szybciej na lewej ręce? Natomiast praworęcznym paznokcie rosną szybciej na prawej ręce.
...mężczyźni mogą przeczytać mniejszy napis niż kobiety? A Panie lepiej słyszą.
...najdłuższa jaskinia na świecie ma ponad 565 km?
...pszczoły mogą latać z prędkością 80 km/h?

Przygoda Teodora



NADZIEJA

zamiast bukietu

Jeśli chcesz w dniu swojego ślubu podzielić się swoim szczęściem i pomóc ciężko chorym dzieciom, my podpowiadamy Ci jak to zrobić.

Poinformuj gości, aby zamiast kwiatów przekazali pieniądze podopiecznym Fundacji Wrocławskie Hospicjum dla Dzieci. Zebraną kwotę możesz wpłacić na konto Fundacji. Na twój ślub mogą też przyjechać wolontariusze Fundacji, aby Twoi najbliżsi mogli wrzucić pieniądze bezpośrednio do pięknej puszki.

Zebrane kwoty przeznaczamy na opłacenie rehabilitacji, zakup leków i sprzętu specjalistycznego. Opiekujemy się nieuleczalnie chorymi dziećmi z Dolnego Śląska.

Na www.hospicjum.wroc.pl znajdziesz wzór bilecików, które można dołączyć do zaproszeń.

Jeśli Twoje dziecko jest poważnie chore zgłoś się do nas. Przeslij podanie z określeniem oczekiwanego zakresu pomocy, dołącz epikryzę lekarską (ostatni wypis ze szpitala lub zaświadczenie lekarskie). Nie zapomnij o pełnych danych dziecka (imię, nazwisko, pesel) i swoich danych kontaktowych, adres, telefon, e-mail. Skontaktujemy się, żeby ustalić termin wizyty lekarskiej.
tel. 511 450 966, podanie@hospicjum.wroc.pl

Przychodnia dla dzieci nieuleczalnie i przewlekle chorych jest miejscem udzielania porad lekarskich z wybranych dziedzin pediatrii dla dzieci z poważnymi schorzeniami przewlekłymi (nie tylko dla podopiecznych Fundacji WHdDz. Dostępni specjaliści:

- Neurolog dziecięcy
- Gastroenterolog dziecięcy
- Genetyk kliniczny
- Pediatra
- Medycyna paliatywna

Przychodnia czynna jest w środy i czwartki w godzinach 15:30-18:30. Rejestracja: tel. 511 450 927 lub przychodnia@hospicjum.wroc.pl w treści maila należy podać imię i nazwisko dziecka, datę urodzenia, diagnozę choroby przewlekłej oraz rodzaju koniecznej konsultacji.

Jeśli oczekujecie narodzin ciężko, nieuleczalnie chorego dziecka możecie skorzystać z opieki hospicjum perinatalnego. Zapewniamy kontakt ze specjalistami z zakresu genetyki, neonatologii, ginekologii i położnictwa, pediatrii, medycyny paliatywnej, a także z doświadczonymi pielęgniarkami i położnymi. Oferujemy też pomoc psychologiczną, duchowa i socjalną. Aby się umówić prosimy o kontakt mailowy hospicjum.perinatalne@hospicjum.wroc.pl lub telefoniczny 728 922 934.

Pomoc, którą świadczy Fundacja Wrocławskie Hospicjum dla Dzieci jest całkowicie bezpłatna.

W sprawach związanych z organizacją działań na rzecz naszych podopiecznych, darowizn, udziału w akcjach, wsparcia finansowego i materialnego prosimy kontaktować się z pracownikami Fundacji.
Beata Hernik-Janiszewska, tel. 795 524 910, beata.hernik@hospicjum.wroc.pl
Ada Kamińska, tel. 795 524 913, ada.kaminska@hospicjum.wroc.pl

FUNDACJA
Wrocławskie
Hospicjum
dla Dzieci
www.hospicjum.wroc.pl

ul. Jedności Narodowej 47/47a/49a, 50-260 Wrocław
KRS 0000287982, NIP 894-292-33-64, REGON 020598370
tel. 511 450 913, fundacja@hospicjum.wroc.pl
Chcesz pomóc?
Nasz numer konta w mBank S.A. 69 1140 1140 0000 2052 8800 1001

WSPIERAMY DZIECI DOLNEGO ŚLĄSKA

ISSN 2082-0313