

nr 1(28)/2014

informator bezpłatny

HOSPICJON

Kwartalnik Otwockiego Towarzystwa Opieki Paliatywnej

ISSN 1895-9105



*Powiedziałem, że kiedy ludzie cierpią, kiedy cierpi człowiek,
potrzebny jest drugi człowiek przy cierpiącym. Blisko niego.*

Jan Paweł II

W NUMERZE

Od Redakcji

Zamknęliśmy kolejny rok. Udało nam się przebrnąć przez sprawozdania, zestawienia, cyferki, czego efekt możecie zobaczyć na naszej stronie internetowej, gdzie opublikowaliśmy zatwierdzone już przez Walne Zebranie Członków OTOP Sprawozdanie za 2013 rok.

Od stycznia jak zwykle trwa kampania 1% podatku dla hospicjum. Udało nam się rozprowadzić, oczywiście z pomocą wolontariuszy, podarowane 20 000 szt. ulotek, ale nie tylko, bo dzięki uprzejmości dobrych ludzi zamieściliśmy w tym roku nawet reklamę na trzech autobusach. Mamy nadzieję, że podatnicy docenią nasze zaangażowanie i wkład darczyńców, przekazując swój 1% podatku dla naszych hospicjów, dzięki czemu będziemy mogli pomagać większej liczbie chorych.

Tymczasem marzec już minął i zrobiło się ciepłutko. Żonkile zakwitły, a OTOP ruszył z XVII Ogólnopolską Kampanią „Pola Nadziei”. Z pomocą Starostwa Powiatowego oraz Urzędu Miasta Otwocka udało nam się zorganizować 8 marca w Dniu Kobiet żonkिलowy Marsz Nadziei, który przerósł nasze najśmielsze oczekiwania pod względem liczby uczestników, żonkिलowych przebrań i wspaniałej reakcji mieszkańców.

To nie koniec atrakcji tegorocznej żonkिलowej akcji! Już 5 kwietnia w Garwolinie odbędzie się Dzień Nadziei. W samym sercu miasta stanie scena, na której głośno mówić będziemy o potrzebach osób nieuleczalnie chorych, ale też dla hospicjum zaśpiewają: Martyna Szczęch, Monika Szostak, Chór „Chłopak z przedmieścia i ona”, Eliza Michalczyk, Ewa Szewczyk, Paweł Pałyska i Wolontariusze Centrum Wolontariatu, zagra DJ BLONDE a wokół będzie mnóstwo żonkिलowych atrakcji.

Skąd mamy siły na to wszystko? Z radości naszych pacjentów... Z uśmiechów wolontariuszy... Z życzliwości ludzi dobrej woli, których tak często udaje nam się spotkać na naszej drodze.

A więc nie ma co! Czas brać się do pracy!

(AW)

Kontakt do redakcji:

e-mail:
a.wojtasiewicz_otop@op.pl
ul. Żeromskiego 6
05-400 Otwock
– z dopiskiem HOSPICJON
tel. kom. 504 096 119

OTOP bez tajemnic

Uśmiech Dziecka na Dzień Dziecka 3

Hospicjum Domowe

Dlaczego boimy się hospicjum? 4

aktualności

XVII Ogólnopolska Kampania „Pola Nadziei” 5

od ucha do ducha

Gdy dotykasz tajemnicy 6

ponadto

Coś smacznego 6

Nasze „dobre serdeuszka” 6-7

Wydarzenia 7

Reportaż 8

Rada programowa:

Małgorzata Kobiałka
Zofia Szymańska-Avakumović
Monika Kwacz

Redaktor naczelna:

Angelika Wojtasiewicz

Zastępca

redaktor naczelnej:

Kazimierz Stasiak

Redakcja: Izabela Surga

Dział reklamy:

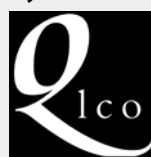
Marlena Zduńczyk
tel. 662 018 497

Projekt graficzny

i przygotowanie do druku:

Izabela Surga

Wydawca:



Robert Stachowicz,
QLCO. Agencja Reklamowo-
Wydawnicza. Quick Lopez Co.
tel. 22 6126830
ul. Hipolitowska 94
05-074 Halinów

Druk: Drukarnia REGIS Sp. z o.o.

ul. Napoleona 4,
05-230 Kobyłka

Redakcja nie zwraca korespondencji. Przy publikacji zastrzega sobie prawo do skracania i redagowania nadesłanych tekstów. Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam.

ISSN: 1895-9105. Nakład: 1500 egzemplarzy. Czasopismo bezpłatne.

OTWOCKIE TOWARZYSTWO OPIEKI PALIATYWNEJ

Organizacja Pożytku Publicznego KRS: 0000126492
Ul. Żeromskiego 6, 05-400 Otwock
tel./fax: 22 719 42 80, e-mail:hospicjumotwock@wp.pl

POMÓŻ HOSPICJOM PKO BP: 93 1020 1127 0000 1502 0008 6355

OTOP BEZ TAJEMNIC

Uśmiech Dziecka na Dzień Dziecka

Od blisko trzech lat nasze stowarzyszenie prowadzi Fundusz Dzieci Osieroconych OTOP. Zaczęło się od Ogólnopolskiej Kampanii „Hospicjum to też życie” całkiem powoli, niewinnie. Można powiedzieć, że raczkowaliśmy i uczyliśmy się tego jak współpracować z rodzinami naszych zmarłych pacjentów a zwłaszcza małymi dziećmi.

Dziś pod naszą opieką jest trzynastka maluchów od 2 do 14 lat. Wiele nie możemy im zaoferować, ale każda pomoc jest ważna. Dla jednych istotna jest ta finansowa, dla innych dużą pomocą jest wsparcie poprzez obecność, czy w rozwiązaniu mniejszych lub większych problemów.

Staramy się obdarowywać dzieci rzeczami najbardziej potrzebnymi tj. pomoce szkolne, ubrania, ale też spełniać ich marzenia np. na Dzień Dziecka czy Święta Bożego Narodzenia. Organizujemy im korepetycje z pomocą wolontariuszy, aby rozwiązywać problemy w szkole, Rozmawiamy z ich rodzicami o kłopotach, codziennych sprawach. Dajemy im swój czas, przyjaźń i pomocną dłoń. Wiedzą, że zawsze mogą na nas liczyć, zwrócić się z każdą sprawą.

Rodziny, których dotknęła nieuleczalna choroba spotykają się



Pomagamy
dzieciom
osieroconym



z wieloma skutkami następującymi zwykle już po śmierci jej członka. Najmniejszym z nich wydaje się obniżenie statutu materialnego, zubożenie wynikające ze straty dochodu zmarłego. O wiele większe następstwa wywołuje trauma, zwłaszcza u dzieci, które patrzyły na cierpienie i śmierć rodzica. One przeważnie przeżywają to o wiele głębiej

i dłużej. Pozostawione same sobie w swym bólu, którego nikt nie umie im wytłumaczyć. Rodzic będący razem z nimi w żałobie sam przecież boryka się ze stratą i nie ma siły rozmawiać o przeżyciu z dziećmi, czemu nie można się dziwić. Dlatego też ważna jest pomoc kogoś z zewnątrz, kto będzie blisko i będzie reagował, kto poda pomocną dłoń i szczerze się uśmiechnie.

Obecnie trwa akcja „Uśmiech Dziecka na Dzień Dziecka” organizowana przez Fundację Hospicyjną (www.httz.pl zakładka Potrzeby, Uśmiech Dziecka 2014), do której zgłosiliśmy Zuzię, Kubę, Karolinę, Natakę i Przemka. Pozostałym dzieciom zorganizujemy upominki na Dzień Dziecka w ramach FDO OTOP. Każdy może wesprzeć nasz cel na portalu Chce Pomagać (www.chcepomagac.org).

Fundusz Dzieci
Osieroconych
OTOP



POMAGAMY
DZIECIOM,
KTÓRYCH
BLISCY ODESZLI
OTOPHOSPICJA.PL

(STOKROTKA)

HOSPICJUM DOMOWE

Dlaczego boimy się hospicjum?

„(...)Zawsze najpierw słuchamy, potem wspólnie próbujemy coś ulepszyć, dlatego im wcześniej rozpoczniemy opiekę hospicyjną, tym więcej mamy czasu, żeby powalczyć o pacjenta, o jego godne życie.”

„Tylko niech pani nie mówi, że jesteście z hospicjum. On się załamie.”

Czemu samo słowo hospicjum budzi taki lęk? Chętnie przyjmujemy pomoc oferowaną przez zespół. Zgadza się, co do zasad postępowania, ale nie chcemy, żeby wypowiedać samo słowo hospicjum.

Czasami bliscy odpowiadają: „Bo on ma jeszcze nadzieję.” Nadzieję, że będzie długo żył, że znajdzie się jakiś lek, nowa terapia. Ale przecież hospicjum nie odbiera nikomu nadziei. Nie robimy nic, co mogłoby przyspieszyć śmierć. To prawda, że nie zatrzymamy tego, co nieuniknione, ale nikt nie wie przecież co to będzie.

Boisz się słowa hospicjum, a nie boisz się przebiegać przez ulicę na czerwonym świetle? Podejmujesz ryzyko mimo, że na ulicy możesz stracić życie. Na ulicę wybiegasz sam na spotkanie ze śmiercią. Wystarczy chwila, by stracić to, co najcenniejsze. Czy nie warto się zastanowić? Refleksja nad kruchością życia przychodzi najczęściej, gdy dotyka nas, naszych bliskich, nieuleczalna choroba. Jednak wtedy też nie chcemy mówić o śmierci, tak na wszelki wypadek. Dla zasady, bo jeśli się o czymś nie mówi, to wydaje się, że tego nie ma.

Tam na ulicy też nie mówilo się o śmierci, a jednak przybiegła...

Zespół hospicyjny stara się pomagać choremu i opiekunom. W codziennym zmaganiu się z bólem, cierpieniem, dusznością. Czasem udaje nam się przywrócić sens życia, wierę w ludzi, w medycynę. Skupiamy swoją uwagę na dniu teraźniejszym, pomagamy tu i teraz.

Bo jutra może nie być, niezależnie od tego czy jest się chorym czy zdrowym. Nie przygotowujemy do śmierci, ale staramy się dobrze wykorzystać każdy dzień.

Im wcześniej dojedziemy do domu pacjenta, tym więcej mamy dni, tygodni, miesięcy na wspólne działanie, na poznanie chorego i jego bliskich. Bo zespół hospicyjny niczego nie narzuca, nie karze zmieniać dotychczasowych przyzwyczajzeń. Staramy się dopasować nasze postępowanie do rodziny i pacjenta. Zawsze najpierw słuchamy, potem wspólnie próbujemy coś ulepszyć, dlatego im wcześniej rozpoczniemy opiekę hospicyjną, tym więcej mamy czasu, żeby powalczyć o pacjenta, o jego godne życie.

Mam nadzieję, że stopniowo nastawienie do hospicjum się zmieni, bo już się zmienia. Hospicjum jest coraz częściej kojarzone z nadzieją na lepszy dzień, na bliskość drugiego człowieka. Życie to cenny dar, który trzeba pielęgnować i chronić. Ale trzeba też nauczyć się żyć tu i teraz, cieszyć się każdym dniem, bo jutra może nie być i to bez względu na to czy dotknie nas nieuleczalna choroba czy nie...



Telefon kontaktowy:
(022) 710-94-35
w godz. 17.00–19.00
tel. kom. 0 501 060 462

(MS – PIELĘGNIARKA HOSPICYJNA)

XVII Ogólnopolska Kampania „Pola Nadziei”

Wiosna zawitała do nas lekko kapryśnie, ale jakże słonecznie, więc to najwyższy czas, aby cieszyć się złotym kolorem naszych żonkili, posadzonych na licznych „Polach Nadziei”.

Jesienią odbyło się wiele znaczących wydarzeń związanych z naszą żonkilową kampanią. Zasadziliśmy mnóstwo cebulek przed szkołami, a razem ze Starostwem Powiatu Otwockiego m.in. przed Urzędem Starostwa, Powiatową Biblioteką Publiczną w Otwocku i Ośrodkiem „Jędrus” w Józefowie. W Garwolinie rozdawaliśmy cebulki żonkila podczas sesji Rady Miasta i Rady Powiatu, a także w Urzędzie Gminy Garwolin.

Teraz przyszedł czas, by rozdać żonkile symbolizujące nadzieję dla chorych w hospicjach. Akcję rozpoczęliśmy już 8 marca Marszem Nadziei w Otwocku (zdj. str. 8). Ulicami miasta od Urzędu Starostwa poprzez Urząd Miasta do Powiatowego Młodzieżowego Domu Kultury w Otwocku wraz z Orkiestrą Dętą OSP z Karczewa, strażakami, har-

cerzami i wspaniałymi wolontariuszami przeszedł piękny żółty marsz osób solidaryzujących się z chorymi w hospicjach. Ubrani na żółto (oczywiście kolor kampanii) rozdawaliśmy przechodniom żółte żonkile, balony, i materiały dot. kampanii.

W organizację tego przedsięwzięcia zaangażowało się wiele osób, a szczególny wkład wniosła pani Starosta Bogumiła Więckowska wraz z Panem Januszem Budnym Członkiem Zarządu Powiatu i pracownikami urzędu oraz Powiatowy Młodzieżowy Dom Kultury z panią Dyrektorką Ewą Musiejko na czele. Swoją rolę w tym pięknym wydarzeniu miał także pan Prezydent Zbigniew Szczepaniak wraz ze współpracownikami z Urzędu Miasta Otwocka.

Licznie przybyli nasi najwierniejsi przyjaciele, zwłaszcza uczniowie szkół

powiatu otwockiego wraz ze swymi opiekunami. Były piękne transparenty z hasłami propagującymi ideę opieki paliatywnej, nazwami szkół oraz piękne żonkilowe przebrania. Nie zabrakło także naszej OTOP-owej pszczołki.

Z uśmiechem na ustach, nadzieją w sercu maszerowaliśmy tuż za orkiestrą w towarzystwie wiosennego słońca. Nie zbieraliśmy pieniędzy, nie prosiliśmy o pomoc. Chcieliśmy pokazać, że jesteśmy, czuwamy i pomagamy naszym pacjentom. Nasze stowarzyszenie przecież już od dwunastu lat wspiera pacjentów Hospicjum św. Patryka w Otwocku, a od blisko dziesięciu prowadzi i dofinansowuje Hospicjum Domowe „Empatia”. Pomagamy członkom naszych lokalnych społeczności bez względu na ich wiek, statut materialny czy wykształcenie. Wszyscy nasi pacjenci to mieszkańcy Otwocka, powiatu otwockiego, Garwolina i części powiatu garwolińskiego. Jesteśmy tu, by wspierać nieuleczalnie chorych na raka, ich rodziny i pomagać osieroconym przez naszych pacjentów dzieciom.

Razem pokazaliśmy naszą siłę i determinację, a będzie ona tym większa, im więcej bliźnich potrzebować będzie wsparcia hospicjum!

Przed nami kolejna akcja w ramach tej kampanii – DZIEŃ NADZIEI w Garwolinie już 5 kwietnia w parku w Centrum Miasta. Tu także będzie żonkilowo i żółto, ale też koncertowo!

(AW)



Pole Nadziei w Ośrodku „Jędrus” w Józefowie

OD UCIA DO DUCHA

Gdy dotykasz tajemnicy

Jednym z pierwszych zmysłów, przez które wchodzimy w kontakt ze światem, z osobami, jest zmysł dotyku. Gdy przychodzimy na świat niemal natychmiast potrzebujemy, aby nas przytulano, głaskano, całowano. Ciepło przytulania buduje poczucie bezpieczeństwa. Ponadto dotyk, ten dobry, powoduje prawidłowy rozwój, wzmacnia układ odporności, daje odprężenie. Poprzez fakt, że jesteśmy istotami cielesno-psychiczno-duchowymi fizyczny kontakt z drugim człowiekiem ma swoje przejawy w całej osobie. Gdy otrzymuję przez dotyk poczucie ważności, sam staję się zdolny do tego, by innych obdarować życzliwym podaniem ręki, pogłaskaniem po dłoni czy policzku. Czasem mogę zrobić masaż zboliałych, napiętych ramion. Bliskość fizyczna zakłada, że istnieje również, bliskość duchowa.

Szczególony rodzaj bliskości i kontaktu rodzi się między chorym a wspomagającym. Tym kimś może być lekarz, pielęgniarka, wolontariusz. Często pomoc choremu wiąże się z fizycznym kontaktem, przez fakt badania, pielęgnacji. Gdy dotykam

drugiego człowieka powinienem mieć w sobie jasną, czystą intencję. W pewien sposób, drugi człowiek jest „świętą tajemnicą”. Nosi w sobie sekrety swojego życia, historii, przynależność. Jego ciało, w chorobie wymaga szczególnej troski, uwagi, niekiedy prawdziwej czułości. Ta czułość jest zawsze związana z intensywnością wzajemnych więzi. Nie może być wymuszona, sztuczna.

Parę lat temu, gdy chorował jeden z moich współpracowników – miał już ponad 95 lat – zdarzyło się, że mnie przypadło zająć się nakarmieniem, zmianą pampersów, umyciem. Ze zdumieniem odkryłem jaki jestem nieporadny, „niepełnosprawny” w tej posłudze. Ale o wiele większym doświadczeniem było to, że to bardzo mnie do tego człowieka zbliżyło. Poprzez dotyk, pielęgnację stał mi się o wiele bliższy. Zrodziła się we mnie jakaś nowa czułość, współczucie wobec jego pokory, zaufania i poddania się tej niewprawnej opiece. Nie można jej było ofiarować bez kontaktu, dotyku.

Gdy wędrujemy śladami Pana Jezusa w Ewangelii, spotkamy wie-

lu, których On dotykał, kładł na nich ręce, przytulał i błogosławił dzieci, umywał nogi uczniom. Jego dotyk zawsze przywracał siły, zdrowie, godność, poczucie bezpieczeństwa. Dbajmy o ten piękny rodzaj kontaktu wobec naszych bliskich, wobec chorych i cierpiących. Dotyk z miłością, życzliwością potrafi złagodzić ból, rozpozgodzić twarz.

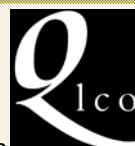
(KS. KAZIMIERZ STASIAK SAC)

Serdecznie dziękujemy panu Mirosławowi Przywózkowi właścicielowi firmy ACAD z Józefowa za ogromną pomoc w postaci wydruku ulotek dotyczących akcji 1% podatku, ulotek kampanii „Pola Nadziei” oraz plakatów informujących o „Marszu Nadziei”.

W okresie od 1 stycznia do 28 lutego 2014 r. wpłynęło na konto OTOP 3 240,00 zł tytułem darowizn na różne cele statutowe, za co serdecznie dziękujemy wszystkim ofiarodawcom.

Bardzo dziękujemy wolontariuszom i ich pedagogom z Gimnazjum nr 3 im. Tomasa Morusa w Otwocku za zorganizowanie sprzedaży ciast i zebranie dla hospicjum 321,50 zł podczas Dnia Otwartego w szkole.

Serdecznie dziękujemy Robertowi Stachowiczowi i Wydawnictwu QLCO. Agencja Reklamowo-Wydawnicza Quick Lopez Co. za naszego



HOSPICJON

Coś smacznego...

Szybka sałatka

Składniki:

Makaron drobny literki, kółka (może być kolorowy)

Suszone pomidory w oleju z ziołami

pestki dyni ok 100 g

pestki słonecznika ok 100 g

oliwa z oliwek – 2 łyżki

ew. pieprz

Przygotowanie:

Makaron ugotować al dente w osolonej wodzie, połowę pestek uprażyć na suchej patelni, 4-6 pomidorków suszonych pokroić w drobną kostkę.

Do makaronu dodać pestki słonecznika i dyni, także te prażone, pomidorki i trochę oliwy i dokładnie wymieszać. Można dodać pieprzu do smaku, a jeśli ktoś lubi kilka pokrojonych pomidorków koktajlowych.

Smacznego

(STOKROTKA)

NASZE „DOBRE SERDUSZKA”

Bardzo dziękujemy wszystkim, którzy wspomogli nas w organizacji i realizacji „Marszu Nadziei” w Otwocku:

- ♥ Starostwu Powiatowemu w Otwocku
- ♥ Urzędowi Miasta Otwocka
- ♥ Powiatowemu Młodzieżowemu Domowi Kultury w Otwocku
- ♥ Orkiestrze Dętej OSP z Karczewa
- ♥ Harcerzom ZHP Hufca w Otwocku
- ♥ Komendzie Powiatowej Policji w Otwocku
- ♥ Straży Miejskiej w Otwocku
- ♥ OSP z Józefowa
- ♥ OSP z Wólki Młódzkiej
- ♥ OSP z Jabłonnej
- ♥ Tygodnikowi „Linia Otwocka”
- ♥ „Tygodnikowi Regionalnemu”
- ♥ Gazecie Samorządowej Powiatu Otwockiego AS PIK
- ♥ Telewizji internetowej „LINIA TV”
- ♥ Wolontariuszom ze szkół powiatu otwockiego i ich opiekunom oraz wolontariuszom Centrum Wolontariatu CSiK w Garwolinie

Serdecznie dziękujemy za okazane nam wsparcie poprzez objęcie Patronatem Honorowym naszej Kampanii „Pola Nadziei”:

- ♥ Pani Bogumile Więckowskiej Staroście Powiatu Otwockiego
- ♥ Panu Zbigniewowi Szczepaniakowi Prezydentowi Miasta Otwocka
- ♥ Panu Markowi Chciałowskiemu Staroście Powiatu Garwolińskiego
- ♥ Panu Tadeuszowi Mikulskiemu Burmistrzowi Miasta Garwolin
- ♥ oraz Biskupowi Kurii Siedleckiej Zbigniewowi Kiernikowskiemu

Serdecznie dziękujemy księżom Proboszczom parafii:

- ♥ Niepokalanego Serca Maryi w Otwocku – Śródborów
- ♥ Błogosławionego Ignacego Kłopotowskiego w Otwocku
- ♥ Zesłania Ducha Świętego w Otwocku
- ♥ Świętej Teresy od Dzieciątka Jezus w Otwocku
- ♥ Matki Bożej Częstochowskiej w Józefowie
- ♥ Matki Bożej Królowej Polski w Otwocku
- ♥ Podwyższenia Krzyża Świętego w Łaskarzewie
- ♥ Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny w Parysowie za wsparcie i umożliwienie organizacji żonkilowych zbiórek.

To było...

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ■ od 1 stycznia ■ 11 lutego ■ 8 marca ■ 8 marca ■ 10 marca ■ 30 marca | <p>rozpoczęcie kampanii 1% podatku dla hospicjum – masz jeszcze szansę przekazać swój 1% podatku dla naszych hospicjów KRS 0000 126492</p> <p>Światowy Dzień Chorego</p> <p>„Marsz Nadziei” w Otwocku – rozpoczęcie XVII Ogólnopolskiej Kampanii „Pola Nadziei”</p> <p>Walne Zebranie Członków Otwockiego Towarzystwa Opieki Paliatywnej</p> <p>rozpoczęcie konkursu „Żonkilowa kartka dla chorego”</p> <p>Msza Święta za dusze zmarłych pacjentów hospicjów w kościele pw. Zesłania Ducha Świętego w Otwocku, ul. Żeromskiego 6 (Palotyni).</p> |
|--|--|

To będzie...

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ■ 30 marca ■ 5 kwietnia ■ 6 kwietnia ■ 18 maja ■ 1 czerwca | <p>żonkilowe kwesty w Otwocku, Józefowie i Łaskarzewie</p> <p>„Dzień Nadziei” w Garwolinie</p> <p>żonkilowe kwesty</p> <p>żonkilowa kwesta w Parysowie</p> <p>Uśmiech Dziecka na Dzień Dziecka</p> |
|--|--|

WYDARZENIA

NIEWAŻNE ILE MAJĄ LAT...
CZEKAJĄ NA TWOJĄ POMOC!

PRZEKAŻ  KRS 0000 126492



Otwockie Towarzystwo Opieki Paliatywnej
prowadzi Hospicjum Domowe „Empatia”
oraz wspiera Hospicjum św. Patryka



MARSZ NADZIEI W OTWOCKU 8 MARCA 2014

REPORTAŻ



Marsz Nadziei w Otwocku



Gimnazjum nr 4 z Otwocka



Gimnazjum z Kołbieli



Powitanie przed Urzędem Starostwa



Wspólnie przed Urzędem Miasta



Wolontariusze Centrum Wolontariatu z Garwolina