

nr 1(8)/2008

informator bezpłatny

HOSPICJON

Kwartalnik Otwockiego Towarzystwa Opieki Paliatywnej

1

ISSN 1895-9105

OTWOCKIE TOWARZYSTWO
OPIEKI PALIATYWNEJ



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

Jan Paweł II

W NUMERZE

Od Redakcji

Wiosna już w pełni. Zrobiło się całkiem zielono, żonkile na naszych „Polach Nadziei” zakwitły na całego, pogoda wprost wymarzona.

Takie przejście z zimowego snu do letniej aktywności skłania nas do zrobienia porządku i to zarówno w domu, w pracy jak i w sercu. Dlatego też nie omieszkamy podsunąć Szanownym Czytelnikom kilku tematów do głębokich przemyśleń.

W tym numerze coś o umieraniu w związku z trwającą ogólnopolską Kampanią Społeczną „Umierać po ludzku”, ale też o samej „wiośnie w sercu” oraz przemyślenia dotyczące naszej rzeczywistości i kilka innych ciekawych tekstów.

Całość przyprawiona zdjęciami z dwóch akcji, w których aktywnie brała udział nasza dzielna młodzież.

Serdecznie zapraszamy do lektury, ale też zachęcamy do dzielenia się z nami swoimi spostrzeżeniami i przeżyciami. Czekamy na teksty, wiersze, wspomnienia – pisać każdy może...

REDAKCJA

Kontakt do redakcji:

e-mail:
a.wojtasiewicz_otop@op.pl

ul. Żeromskiego 6
05-400 Otwock

– z dopiskiem HOSPICJON
tel. kom. 0-888 118 295

OTOP bez tajemnic

Dokąd zmierzamy?	3
Walne Zebranie OTOP	3
Gra w Zielone	3

hospicjum domowe

Dokąd zmierzamy? cd.....	4
Hospicjum domowe „Empatia”	4
Dom, który znaczy więcej	4

aktualności

Umierać po ludzku	5
Karta praw człowieka umierającego	5
Nauczycielka	5

od ucha do ducha

O wiośnie	6
Coś smacznego	6
Pragnienie	6
Słucham ciszy	6

ponadto

Nasze „dobre serdeuszka” i wydarzenia	7
Reportaż	8

Otwockie Towarzystwo
Opieki Paliatywnej serdecznie
zaprasza do pomocy pacjentom otwockich hospicjów oraz ich rodzinom.
PKO BP
93 1020 1127 0000 1502 0008 6355
Informujemy także o możliwości
zareklamowania się na łamach naszego
kwartalnika.

OTOP informuje, że zmienił siedzibę i numer telefonu. Obecnie stowarzyszenie mieści się przy ul. Żeromskiego 6 w Otwocku,
tel. (22) 719 42 80
e-mail: hospicjumotwoc@wp.pl
www.otophospicja.org.pl

Rada programowa:

Małgorzata Kobiałka
Ewa Szczepańska
Monika Kwacz

Redaktor naczelna:

Angelika Wojtasiewicz

Zastępca

redaktor naczelnej:

Kazimierz Stasiak

Redakcja: Ewa Zaborska

Dział reklamy:

Marlena Zduńczyk
tel. 0-662 018 497

Projekt graficzny

i przygotowanie do druku:

Robert Stachowicz, Robert Mączyński

Wydawca:



Robert Stachowicz,
QLCO. Agencja Reklamowo-
-Wydawnicza. Quick Lopez Co.
tel. 0-22 699 71 21
ul. Hipolitowska 94
05-074 Halinów

Druk: Drukarnia REGIS Sp. z o.o.

ul. Napoleona 4,
05-230 Kobylka

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.

OTOP BEZ TAJEMNIC

Dokąd zmierzamy?

Zastanawiałam się kiedyś, jak wyglądałby świat bez pieniędzy. Wyobrażałam sobie, że wszyscy pracują tak samo ciężko i żyją na równym poziomie.

Na świecie panuje miłość, wszyscy ludzie są mili i uprzejmi dla siebie. Nikt nie oszukuje, nikt nie kradnie, nikt nie rani bliźniego. Nie ma ludzi skrajnie biednych i obrzydliwie bogatych. Spokój, miłość i szczęście.

Otwieram oczy i czar pryska, ginie jak bańka mydlana nie pozostawiając po sobie śladu. Włączam telewizor i słucham jak prezenterka w programie informacyjnym ze spokojem mówi o kolejnej aferze korupcyjnej, zatrzymaniu jakiegoś bandziora, kłótni polityków o bzdury, napadzie, molestowaniu dzieci... Można by tak wyliczać bez końca. Same złe wiadomości. Zastanawiam się czy świat przypadkiem nie zwariował i czy przypadkiem już nie długo nie spełni się jakaś katastroficzna wizja przyszłości, które tak chętnie przedstawiane są w filmach akcji.

Niedawno oglądałam reportaż o cierpieniu młodego ojca. Jego żona będąc w ciąży zachorowała na ziarnicę złośliwą – nowotwór. Udało im się uratować dziecko,

ale ona umarła nim synek skończył rok. Serce mi się rozdarło i łzy popłynęły mi po policzkach. Ten świat jest taki niesprawiedliwy!

On jednak był pełen miłości, z taką czułością mówił o niej... Opowiadał ostatni rok ich życia razem, opowiadał o tym jak korzystali z każdej chwili, aby się sobą nacieszyć. Między nimi była tak wielka miłość i została przerwana. Teoretycznie przerwana, bo on wciąż tą miłością żyje. Sam wychowuje syna w tej miłości, tak jakby ona (matka i żona) wciąż z nimi była.

Przeraża mnie świat. Ludzie zwariowali. Nie liczy się dla nich dzisiejszy dzień, miłość i prawdziwe szczęście – szczęście wewnątrz, zadowolenie z własnego życia. Nie rozumiem tego wszystkiego.

Przecież pieniądze to nie wszystko. Nie trzeba kraść, brać łapówek, niszczyć innych żeby się dorobić. Pieniądze dają luksus, ale nie radość z życia. Zabija nas próżność.

Wstajemy skoro świt, stresujemy się w pracy, kończymy póź-

Gra w zielone

Życie mieć
grać w zielone.

Łapać wiatr
liście z drzew

trawy żdźbło
łany zbóż

niedojrzałych.
Wiosną nawet deszcz
jest zielony.

Dachnie bez,
w morzu też
blask zielony.

Płaków śpiew
zabi śmiech
też
gra w zielone.

(MS)

Walne Zebranie OTOP

W dniu 20 kwietnia 2008 r. o godzinie 16:00 rozpoczęło się Walne Zebranie Członków stowarzyszenia.

Na początku Zarząd przedstawił sprawozdanie merytoryczne z ostatniego roku swojej działalności. Poprzez głosowanie Zarząd otrzymał audytorium. Następnie Rada Nadzorcza przedstawiła spr-

wozдание finansowe za rok 2007. Poprzez głosowanie sprawozdanie finansowe zostało przyjęte przez Walne Zebranie Członków.

Poprzez jawne głosowanie pozostawiono niezmienny Zarząd w składzie: Małgorzata Szwed – Prezes, Małgorzata Kobiałka – Wiceprezes, Ewa Szczepańska – Skarbnik, Kazimierz Stasiak – Sekretarz, Monika Kwacz – Członek Zarządu oraz wybrano dodatkowo dwóch Członków Zarządu: Zofię Avakumo-

wicz – Szymańską oraz Wawrzyńca Sikorę.

Głosowanie nad składem Rady Nadzorczej; pozostawiono: Przewodnicząca Rady Nadzorczej – Maria Dybic, Członek Rady Nadzorczej – Janusz Budkowski.

Po rezygnacji Urszuli Mazurek, Członka Rady Nadzorczej wybrano Wandę Urbicką.

Na koniec omówiono sprawy bieżące.

(AW)

HOSPICJUM DOMOWE

Dokąd zmierzamy? cd.

no, potem zakupy i do domu, bo jeszcze trzeba coś zrobić. Z pracy do pracy, nie starcza nam doby. A gdzie miejsce na rodzinę? Ile czasu poświęca statystyczny człowiek dla swojego dziecka? Ile czasu poświęcamy drugiemu człowiekowi?

Mam dwoje dzieci, na razie są malutkie, ale szybko rosną, więc niedługo zaczną rozumieć świat, będą pytać. Trochę się tego boję, bo jak nauczyć je żyć w tym świecie? Chciałabym nauczyć je tej miłości, miłości do drugiego człowieka. Przecież tak naprawdę nie żyjemy dla siebie, ale dla innych. Nie chcę, aby moje dzieci kradły, krzywdziły innych i żyły tylko dla dóbr materialnych. Chciałabym, żeby poznały dobro, żeby kochały i były kochane, żeby umiały się śmiać, by były mądre mądrością życiową, by spełniły się w roli jaką dostały w tym życiu. Chciałabym

by były wrażliwe na cierpienie bliźniego i odporne na zło tego świata, by były szczęśliwe... Wtedy będę o nie spokojna.

Będę się starać z całych sił, będę im poświęcać maksimum swojego czasu, będę do nich mówić i będę słuchała co mówią do mnie. Nie zamknijemy ich pod klószem, ale damy im z mężem siebie. Mam nadzieję, że uchronimy je przed patologiami.

A później pokażę im jak pomagać innym, pokrzywdzonym, cierpiącym, tym co zbłądzili, albo tym którzy nie mieli tyle szczęścia.

Wobec, śmierci, choroby, cierpienia wszyscy jesteśmy równi. Nieważne jest ile uda nam się zgromadzić, ale to ile z siebie damy innym. Nieważne ile lat przeżyjemy, ale to w jaki sposób wykorzystamy dane nam życie.

(A.WOJTASIEWICZ)

Hospicjum domowe „Empatia”



Telefon kontaktowy:

(022) 710-94-35

w godz. 17.00–19.00

tel. kom. 0 501 060 462

Dom, który znaczy więcej

W domowym zaciszu czujemy się najlepiej. Wszystko tu jest nasze, znane i kochane.

W czasie choroby odczuwa się to szczególnie, zwłaszcza podczas choroby ciężkiej, nieuleczalnej.

Rodzina, o której chcę opowiedzieć jest jedną z wielu, które odwiedziłam podczas swojej pracy w hospicjum domowym. Ale ich dom był wyjątkowy. Dobrą aurę czuło się już od progu. Dom jakich wiele – nie wyróżniał się niczym, no... może pies dość pokazny, ale miał sympatyczne, łagodne oczy.

Spokój, ciepło, cisza..., nikt się nie spieszy. Tu wnuki mają czas, by posiedzieć z dziadkiem. Nikt się nie złości, że jest coś do zrobienia. Troska, serdeczność, spokój wypełniają ten dom przeplatając się tworząc harmonijny dzień.

Mój pacjent to osiemdziesięciosześcioletni staruszek. Pomimo swoich dolegliwości, narastającej duszności jest pogodny. Na jego twarzy nie widać rozpacz. Cierpliwie poddaje się opiece dzieci i wnuków. Mimo cierpienia jest łagodny, uśmiechnięty – pewnie jest dumny ze swojego życia. Przeżył w małżeństwie – jak mówi jego żona – ponad 60 lat. Były i trudne chwile, ale oni zawierzili swoje życie Bogu. Zawsze razem w modlitwie. Stworzyli rodzinę, która naprawdę jest razem.

Choć wszystkie jego dzieci mają swoje rodziny, to wszystkie tu wracają. I właśnie teraz kiedy umiera ich kochany ojciec i dziadek, oni są przy nim, są razem... Nie uciekają od cierpienia, starości, nieszczęścia.

Emanuje tu takie ciepło, że człowiek żałuje, iż nie jest członkiem tej rodziny.

Tak powinni umierać ludzie. Spokojnie, w ciszy własnego domu, w otoczeniu najbliższych. Wtedy jest czas na okazywanie uczuć, pożegnania...

Nam pracownikom i wolontariuszom hospicjów spotkania z takimi rodzinami dają siłę do dalszej pracy. Nam także udziela się ten spokój, tak potrzebny, by pomagać cierpiącym.

(MS)

Umierać po ludzku

Trwa akcja społeczna „Umierać po ludzku” prowadzona przez Fundację Agora i Fundację Hospicyjną z Gdańska.

Programy telewizyjne, audycje radiowe, artykuły prasowe, plakaty, ulotki, billboardy – to wszystko ma zwrócić uwagę społeczeństwa na śmierć, godną śmierć. Akcja ma uświadomić nam to, że każdy człowiek (każdy z nas) zasługuje na godne traktowanie przez całe swoje życie, także u jego kresu.

Cele akcji:

Promocja Karty Praw Człowieka Umierającego opartej na standardach opieki paliatywnej i filozofii hospicyjnej, przeciwstawiającej się eutanazji i uporczywej terapii.

Zachęcanie instytucji związanych z ochroną zdrowia, aby włączyły się do programu „Umierać po ludzku” i skorzystały z osiągnięć opieki paliatywno – hospicyjnej poprzez zapoznanie się z jej podstawami w ramach wykładów prowadzonych przez specjalistów.

Edukacja społeczna na temat wolontariatu hospicyjnego poprzez zaangażowanie się nauczycieli i uczniów szkół ponadgimnazjalnych w program „Szkoła przyjazna hospicjom”.

Otwockie Towarzystwo Opieki Paliatywnej również angażuje się w akcję i będzie propagować hasło „Umierać po ludzku”. (MS)

Nauczycielka

Wsluchiwanie się w ludzkie cierpienie nauczyło mnie pokory, pokazało co jest ważne.

Obcowanie na co dzień ze śmiercią pokazuje, że nie da się uciec przeznaczeniu. Wskazuje drogi życia, po których warto iść. Sprawia, że człowiek zaczyna się zastanawiać nad sensem istnienia. I tak śmierć, ta straszna, czarna śmierć, jest dla towarzyszących nauczycielką życia.

(MS)

Karta praw człowieka umierającego

Umierający człowiek ma prawo do:

1. Naturalnej, godnej i świadomej śmierci.
2. Umierania we własnym domu, a jeśli to niemożliwe – nie w izolacji i w osamotnieniu.
3. Rzetelnej informacji o stanie swego zdrowia i udziału w podejmowaniu decyzji dotyczących jego osoby.
4. Zwalczania fizycznego bólu i innych dolegliwości.
5. Troski i pielęgnacji z poszanowaniem jego ludzkiej godności.
6. Otwartego wyrażania swoich uczuć, zwłaszcza na temat cierpienia i śmierci.
7. Swobodnego kontaktu z rodziną i bliskimi.
8. Pomocy psychologicznej i wsparcia duchowego zgodnego ze swymi przekonaniami.
9. Niezgody na uporczywą terapię przedłużającą umieranie.
10. Zapewnienia należytego szacunku dla swojego ciała po śmierci.

Przygotowano na podstawie: Prawa człowieka umierającego, w: W. Bołoz, Bioetyka i prawa człowieka, Warszawa 2007; Carta dei Diritti del Morente, Fondazione Floriani, Mediolan 1997.

OD UCHA DO DUCHA

O wiosnie

Gdy tylko zaczynają w Otwocku śpiewać kosy, to dla mnie oznacza, że wiosna jest w proggu. Zwykle bywa to z początkiem marca. Pierwsze nuty tych romantycznych śpiewaków są niepewne. W kwietniu nie mają już wątpliwości, że trzeba koncertować każdego wieczoru.

Ktoś przyjazny powiedział mi kiedyś: Życzę ci wiosny w sercu. Przez analogię odkrywam, że chodzi o nowe życie. O nową jakość życia. To znaczy, że budzę się rano i w sercu mówię sobie i Bogu: chcę dziś żyć tak, aby była wiosna. Chcę wydobyć z szarości suchych liści po zimie myśli pogodne jak radosne przylaszczki i zwiewnie białe zawilce. Próbuję posłać przyjazny uśmiech bliźniemu swemu jak sobie samemu. Uśmiechnąć się do życia, bo jest jak lustro. Przekazać drugiemu znak pokoju delikatny jak pierwsze liście na brzozie w moim ogrodzie, która od kilku dni nosi na sobie zwiewną sukienkę prawie już majową. Na nowo chcę spojrzeć w oczy bliskim tak jak żonkil wpatrzony w słońce przechadzające się po kwietniowym niebie, po polach nadziei, po ścieżkach do przyjaciół. Wypada też mieć trochę fantazji jak drozdy w melodiach niepowtarzalnych, gdy rozmawiam, modle się, piszę sms-y. A nade wszystko nie obawiać się wystawić głowy ponad przeciętność jak prymulki, gdy kwitną choć poranki czasem zziębnięte od szronu na trawie.

Ile jeszcze inspiracji przyniesie ta wiosna? Jak daleko zaprowadzi nas miłość gdy weźmie za rękę?

Aż się obawiam, że ktoś mi powie „Kaziu zakochaj się!” jak w piosence i życiu.

Obudź się jak wiosna i żyj kolorowo! To dla niej Bóg zsyła i deszcz i słońce, to dla ciebie uśmiecha się błogostwem.

(KS. KAZIMIERZ STASIAK SAC)

*Coś
smaczniejszego...*

Ziemniaki fazerowane

Ziemniaki (5 szt.) w łupinach umyć i ugotować na półtwardo. Odcedzić, ostudzić, przekroić na pół i wydrążyć środek.

Farsz:

25 dag pieczarek smażonych,
2 jaja na twardo,
wydrążone ziemniaki,
2 łyżeczki masła,
sól i pieprz do smaku.

Wszystkie składniki zmielić lub dobrze wymieszać widelcem. Wydrążone ziemniaki wypełnić farszem, posypać startym żółtym serem, oprószyć mąką i smażyć na rozgrzanym oleju.

(EWA SZCZEPAŃSKA)

Pragnienie

Myślisz, że
już to masz.
Tylko chwil
wciąż tak mało.
Gonisz znów
płatki snów.
Gonisz wiatr,
dym z komina.
Myślisz – mam,
warto mieć.
Tylko co?
Do co żyć?
Żeby cierpieć?
Żeby być?
Warto być
żeby mieć
marzeń cień
ptaków śpiew
morza szum
własny dom
dzieci śmiech
i spotkania
w blasku świec.

(MS)

Słucham ciszy

W ciszy jest głos
W cierpieniu sens
Sensem jest trwanie
Cicha obecność
umacnia więź
Niewidzialna nić
Trwanie na straży
Dłonie we mgłę
Niewidzialna twarz
Cierpienie trwa
Czy to ma sens?

(MS)

NASZE „DOBRE SERDUSZKA”

Otwockie Towarzystwo Opieki Paliatywnej



zaprasza na Mszę Świętą za zmarłych
w Hospicjum św. Patryka oraz
Hospicjum Domowym „EMPATIA” ich rodziny i przy-
jaciół. Msza odbędzie się w kościele Zesłania Ducha
Świętego u księży Pallotynów w Otwocku,
ul. Żeromskiego 6 w dniu 11 maja 2008r. o godz. 09:30
Po Mszy św. zapraszamy na spotkanie
w tamtejszej kawiarence.

Serdeczne podziękowania

dla księży proboszczów
w powiecie otwockim, którzy
umożliwili młodzieży szkolnej
przeprowadzenie kwest
„Pola Nadziei” przed kościołami.

Serdeczne podziękowania

dla uczniów szkół
z powiatu otwockiego oraz
ich opiekunów za zaangażowanie
i wytrwałość w przeprowadzane
kwesty podczas akcji
„Pola Nadziei 2008”.

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

HOSPICJONA.



Serdeczne podziękowania

dla uczniów i opiekunów
Zespołu Szkół Rolniczych
w Miętnem za wyhodowanie
przepięknych kwiatów żonkila.

To było...

- 2 kwietnia – Msza św. w Parku w rocznicę śmierci Papieża Jana Pawła II
– kwesta „Pola Nadziei”
- 6 kwietnia – młodzież kwestowała w Józefowie i Michalinie
- 13 kwietnia – kwesty w Karczewie i Osiecku
- 16 kwietnia – kwesty w marketach „Słomka” i „Carrefour” w Otwocku
- 20 kwietnia – Walne Zebranie Otwockiego Towarzystwa Opieki Paliatywnej
kwesta w Celestynowie
- 27 kwietnia – młodzież kwestowała w Kołbieli

To będzie...

- 11 maja – Msza św. za dusze zmarłych w hospicjach w kościele Zesłania Ducha św.
(u księży Pallotynów)
- 31 maja – majówka dla wolontariuszy OTOP, uroczyste podziękowanie za pracę
wolontariuszy na rzecz hospicjów

WYDARZENIA

REPORTAŻ



Kwesta w Carrefour w Otwocku



Kwesta podczas Mszy św.
w rocznicę śmierci Jana Pawła II
w Parku Otwockim