

nr 2(9)/2008

informator bezpłatny
HOSPICJON

2

ISSN 1895-9105

Kwartalnik Otwockiego Towarzystwa Opieki Paliatywnej

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

Dawno nas nie było... Troszkę dlatego, że niewiele się działo. To oczywiście nie znaczy, że nic nie robiliśmy, bo pracy w stowarzyszeniu zawsze jest dużo. Mam na myśli wakacyjny przestój w akcjach charytatywnych.

W tym numerze opowiemy o koncercie charytatywnym jaki zorganizowaliśmy w ramach akcji „Hospicjum to też życie”. Jest co wspominać, tym bardziej, że niektórzy z nas poświęcili wiele czasu i energii na jego organizację. Efekt Drogi Czytelniku oceń sam. Ksiądz Kazimierz opowie nam trochę o milczeniu, co w dzisiejszych czasach masowego przepływu informacji jest rzadko spotykanym zjawiskiem. Mam tu na myśli oczywiście milczenie.

W tym numerze znajdziecie jeszcze wiele innych ciekawych artykułów oraz informacji związanych z naszą działalnością. Tym razem wielu osobom dziękujemy, bo coraz więcej z Was wspomaga naszą pracę na rzecz hospicjów tym czym może. Mam nadzieję, że ten numer kwartalnika ucieszy Wasze serca i dusze, ale też zainteresuje i uwrażliwi na potrzeby innych ludzi.

Miłego czytania!

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

Serdecznie dziękujemy	3
Modlitwa wieczorna	3

hospicjum domowe

„Kto cierpi z Chrystusem, z Chrystusem także królować będzie”	4
Hospicjum domowe „Empatia”	4

aktualności

Koncert „Gramy dla hospicjum” w ramach V Ogólnopolskiej Kampanii „Hospicjum to też życie...”	5
---	---

od ucha do ducha

O milczeniu	6
Coś smacznego	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 redaktora 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 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.

OTOP BEZ TAJEMNIC

Serdecznie dziękujemy ...

...wszystkim podatnikom, którzy pamiętali o nas składając swoje rozliczenie podatkowe. Dzięki Państwa dobrej woli na nasze konto z tytułu wpłat 1% podatku wpłynęło 98 235, 33zł. Serdecznie dziękujemy w imieniu naszych pacjentów za dobre serduszka!

Dziękujemy także wszystkim wolontariuszom, a w szczególności uczniom szkół powiatu otwockiego za udział w kweście Pola Nadziei. Dziękujemy również wszystkim darczyńcom, którzy za symbolicznego żonkila wrzucali do puszek datki. Podczas akcji zebraliśmy 12 476zł na nasze hospicja.

Otwockie Towarzystwo Opieki Paliatywnej

u. Żerzńskiego 8, 05-400 Otwock, tel. (22) 719-42-53, hospicjum@otop.org.pl, NIP: 532-16-13-953, REGON: 015224152



Nasza działalność to nieodpłatna, wszechstronna opieka nad chorymi i ich bliskimi dotkniętymi nieuleczalną chorobą nowotworową.

1% należnego podatku od osób fizycznych na działalność OTOP
Ofiarując hospicjum czas potrzebny do wypełnienia

i wysłania przekazu, obdarowują Państwo tych spośród nas, którzy mają go już tak mało, że nie mogą czekać na pomoc.

Otwockie Towarzystwo Opieki Paliatywnej za zorganizowane fundusze wspiera hospicjum stacjonarne św. Paryka w Otwocku oraz Hospicjum Dobrej Śmierci dla dzieci i dorosłych w Otwocku.

Nasze konto to PKO BP 93 1020 1127 0000 1502 0008 6355
NR Wpisu do KRS 126492.

Modlitwa Wieczorna

Boże! Tyś wielki w każdym jest cudzie natury,
Wielkiś, gdy się słonecznym rydwanem powozisz,
Wielkiś, kiedy burzliwe przeprowadzasz chmury,
W grzmocie i błyskawicy dzieciom swoim grozisz.
Wielkiś, gdy nam w uroczej wiosnie znowu wracasz,
Gdy kwiatem różnobarwnym ziemię swą zasiejesz,
Łąło w żniwa, a jesień w owoce wzbogacasz;
Wielkiś, gdy w śnieżną szatę cały świat odziejesz.
Zawsze wielki każdemu z dzieł Twych się dziwuję;
Ale kiedy Cię ujrzę na gwiaździstym niebie,
Wtenczas wielkość i dobroć Twą najmocniej czuję,
I cała dusza moja wówczas jest u Ciebie.
Śama z sobą, wśród całej natury milczenia,
Wzrok mój w sercu zatapiam, oczy łzami roszę;
Niech Ci moje troski, niosą dziękczynienia,
I na skrzydłach modlitwy ducha mego wznoszę.
Śpuść w duszę moją promień Twego światła z góry,
By wszystkie wiernie serca mogłem sądzić bicia.
Złudzeni morzem błędu, rozpędź ciemne chmury,
Bym nigdy nie zmyliła prostej drogi życia.
Wlej mi świętą cierpliwość, wlej i męstwo, Boże!
By mnie prędko nie przygniół ciężar życia tego.

Ty wiesz, jak biedny człowiek, łatwo upaść może;
Nie wypuszczaj więc z ręki dziecięcia Twojego,
A jeśli w przeciwnościach zbyt gorzko się skarzę,
I czasem niecierpliwie pasmo dni mych włokę,
Boskie Twoje wyroki sądzić się odważę,
Niewdzięczna za ojcowską nade mną opiekę.
Nie obruszaj się na tę moją płaskość Panie,
Nie obrażaj się chwilą błędnej nieufności,
Nie gniewaj, że na ziemi czuję me wygnanie,
I tęsknię tam do Ciebie, do lepszej przyszłości.
Ach raczej się nade mną lituj w takiej chwili,
Daj nam myśl, że koniecznie tutaj walczyć trzeba,
Że walczyli Ci wszyscy, co przede mną żyli,
Nim po palmę zwycięstwa odeszli do nieba.
Daj mi myśl, że niegodna woli Twojej sądzić,
Że podług zasług moich i sił mi użyczysz,
Że ten co światem rządzi i mną zdola rządzić,
Że wszystkie moje walki i wszystkie łzy liczysz.
Wspomóż, wspomóż i przebac! Jakżeś już przebaczył,
Tylu pokutującym ziemi tej grzesznikom,
A jeśliś mi z dóbr ziemskich przeznaczyć coś raczył,
Błagam Cię, błagam Boże, oddaj to rodzicom.

(autor nieznan – z modlitewnika rodzinnego rok 1887
– wybrała Zofia Szymańska-Awakumowicz)

HOSPICIUM DOMOWE

„Kto cierpi z Chrystusem, z Chrystusem także królować będzie”

(św. Wacław – król czeski)

Jesteśmy świadkami jak upadły potężne instytucje, które określały, w jaki sposób i kiedy człowiek ma wyjść ku innym. Człowiek wtedy wychodzi ku innym - kiedy tego potrzebuje. Charakter społeczny człowieka wymaga współpracy innych, aby żyć i doskonalić się w rozwoju. Normalny proces życia i rozwoju osoby wymaga tego, iż człowiek nie może być absolutnie odosobniony. Człowiek bowiem ciągle oczekuje od innych pomocy i to od kolebki aż po kres życia. Inne ręce musiały nas przyjąć z łona matki i inne ręce pod koniec życia złożą nas na wieczny spoczynek. Tak bardzo jesteśmy w ca-

łym przebiegu życia uzależnieni od innych, oczekujemy ciągle od nich pomocy, a zwłaszcza kiedy jesteśmy niedołążni, nieuleczalnie chorzy. Wtedy ta pomoc musi być szczególnie wszechstronna.

Wielkie postępy w medycynie, nowe generacje leków są w stanie na dłuższy okres uśmierzyć fizyczny ból cierpiącego człowieka. Ból jest czymś, czego się nie akceptuje.

Lecz problem pozostaje z uśmierzeniem bólu psychicznego, duchowego. Szpital jest koniecznym miejscem do zwalczania choroby, ale nie jest najlepszym do umierania.

W miarę upowszechniania się opieki hospicyjnej, zwłaszcza domowej, w której pozwala się pacjentowi przeżyć ostatnie dni w otoczeniu najbliższej rodziny, gdy proces chorobowy postępuje bardzo szybko lub gdy diagnoza zostanie postawiona zbyt późno, pacjenci i ich rodziny muszą się spieszyć, by dopełnić swych uczuciowych i duchowych obowiązków. Potrzebują wtedy przewodnika, osoby zaufanej, ponieważ mogą nie wiedzieć na czym w danym momencie się skupić. Ogromna w tym miejscu jest rola pielęgniarki hospicyjnej. Gotowość pielęgniarki do działania w tym zakresie, zgodnie z jej wiedzą medyczną i intuicją jest do nieprzecenienia. Lekarze i pielęgniarki nie mogą ograniczać się w swoich czynnościach tylko i wyłącznie do profesjonalizmu. Muszą być przygotowani lub znaleźć w sobie siły, aby określić wraz z chorym jego cierpienia duchowe. Może się zdarzyć tak, że pacjent będzie odczuwał potrzebę powierzenia sprawy, o której nie jest mu łatwo rozmawiać z rodziną. Należy zachęcać członków rodziny do rozmów z pacjentem wtedy, kiedy jest jeszcze zdolny prowadzić rozmowy i wyrazić wszystko, co powinno być przekazane. Sprawy nie domówione, nie wyjaśnione kiedy był ku temu czas, kładą się ciężkim brzemieniem na pozostałych członkach rodziny.

Hospicjum domowe



„Empatia”

Telefon kontaktowy:

(022) 710-94-35

w godz. 17.00–19.00

tel. kom. 0 501 060 462

(ZOFIA SZYMAŃSKA-AVAKUMOVIĆ)

Koncert „Gramy dla hospicjum” w ramach V Ogólnopolskiej Kampanii „Hospicjum to też życie...”

W dn. 12 października w Garwolinie w przepięknej nowo otwartej restauracji „Oregano” odbył się zorganizowany przez nasze stowarzyszenie koncert charyta-



tywny „Gramy dla hospicjów”. Koncert był częścią corocznej kampanii „Hospicjum to też życie...” i miał na celu obok zbierania funduszy na nasze hospicja propagowanie idei opieki hospicyjnej. O wyborze miejsca zdecydowała chęć rozszerzenia naszej działalności na teren powiatu garwolińskiego, gdzie od dawna działa Hospicjum Domowe „Empatia”.

Spotkaliśmy się z bardzo miłym i ciepłym przyjęciem oraz za-



angażowaniem ze strony władz. Koncert objęli patronatem honorowym Starosta pan Marek Chciałowski, Wójt pan Tomasz Łysiak oraz Burmistrz Miasta Garwolin pan Tadeusz Mikulski. Także wiele firm wspomogło naszą inicjatywę jako sponsorzy imprezy. Obecna była również Posel na Sejm pani Stanisława Prządka i wielu innych zacnych gości, również młodzież z tutejszych szkół, która bardzo zainteresowana jest wolontariatem i prowadzonymi przez OTOP akcjami.

Po miłym wstępie poprowadzonym przez naszą panią Prezes Małgorzatę Szwed i pana Artura Owczarczyka wyświetlony został film „Hospicjum widziane od środka”, ukazujący prawdziwe oblicze hospicjów: domów, w których żyją normalni ludzie mający swoje radości i smutki.



Jako pierwszy wystąpił znany i ceniony kabareciarz pan Jan Pietrzak, który podczas koncertu przeprowadził „śmiejoterapię” naszej publiczności. Później na scenie pojawili się Patrycja Kosiariewicz i Marcin Czyżewski (Oddział Zamknięty) wraz z zespołem. Ich pełne radości utwory znane z list przebojów tak bardzo spodobały się gościom, że oczywiście nie obyło się bez bisu. Na koniec go-



ście udali się na poczęstunek ufundowany przez sponsorów a czas ułamił przybyłym miejscowy zespół Eden. W międzyczasie można było zakupić obrazy namalowane przez dzieci.

Koncert spełnił swój cel bowiem zainteresował tutejszą społeczność opieką hospicyjną i wolontariatem, co (mamy nadzieję) zaowocuje w przyszłości. Podczas imprezy dzielni wolontariusze zebrali 2080zł.

(AS)

OD UCHA DO DUCHA

O milczeniu

O nas

Dwanaście lat temu spędziłem dwa miesiące we wspólnotce kamedułów w Bieniszewie k. Konina. Wspólnota eremitów żyje tam w zaciszu lasów. Oaza milczenia. Milczenie eremu natychmiast konfrontuje z własnym wnętrzem, z myślami, uczuciami i z całym hałasem, który niesiemy w sobie. Milczenie, które tam spotkałem nie było całkowite, nikt nie miał zasznurowanych ust wstążką od brewiarza. Ale i tak było szczytem do zdobycia. Kiedyś, jeszcze jako kleryk, śpiewałem taką piosenkę:

„Postanowiłem zwariować
Uciec od ludzi,
gdzieś im się schować
Bardziej być, mniej mieć,
mniej mówić
Być bliżej siebie,
by odnaleźć ludzi”

Właśnie słowa tej piosenki spełniały się w tej pustelni. Zwariować, wyskoczyć poza ten cały bieg, poza telefony, wpychające się na siebie terminy w kalendarzu. Zwariować tak zupełnie niekonwencjonalnie. Uciec, ale nie ze strachu lecz z potrzeby. Mniej mówić, aby się nie wygadać na śmierć, aby mi słowa nie umarły ledwie miną bramę ust. Milczenie może się kojarzyć z brakiem życia. Bo my tyle gadamy, że jak przestaniemy to wydaje się, że nas nie ma. Trzeba o wszystkim mówić.

Posłuchajcie dzisiejszych wiadomości w dzienniku. Nie ma już tajemnic. Poczytajcie w Internecie newsy. Od razu wiadomo kto dziś ma depresję, a kto się kim znudził, zauroczył, kto ile stracił, kto się z kim rozstał. Milczenie skłania jednak do tego, by zająć się sobą, by zobaczyć co mnie łączy z in-

nymi, pozwala dotknąć tajemnic, które noszę w sercu. Milczenie może być zewnętrzne takie z zamkniętymi ustami, potakującą lub przeczącą głową. Ale jest też wewnętrzne z duszą i sercem, które niesie miłość. To wewnętrzne karmi zewnętrzne. Tam się odnajduje ludzi.

Miałem okazję kiedyś w radio mówić o milczeniu. Ale paradoks: mówić o milczeniu. Ponoć w znanej stacji radiowej jeśli spiker zamilknie na więcej niż 5 sekund bez powodu to może stracić pracę. Ciszka zabija? A ja się wtedy prowokacyjnie uśmiechnąłem do prowadzącego i zapytałem: Może pomilczymy 20 minut!? – Bo tyle miało trwać nasze gadanie o milczeniu.

(KS. KAZIMIERZ STASIAK SAC)

*Coś
smacznego...*

SALATKA

½ główki sałaty karbowanej
(delikatnie można porozdzielić liście lub całe)

2 pomidory pokrojone
w ćwiartki

5 dag orzechów włoskich (po-
łamanych w ćwiartki)

20 dag sera koziego (pokru-
szony lub pokrojony w kostkę)

Składniki delikatnie wymie-
szać, podawać z majonezem
lub ulubionym sosem.

(EWA SZCZEPAŃSKA)

Śmiać się do łez
Nie myśleć dużo
Utopić smutki
w kieliszku wódki
Przez życie przejść
z podniesioną głową
Nie deptać trawy
Nie mocząc stóp
przejść po kałuży
Z żartem przez życie
lepiej się idzie
Z bagażem smutków
ciągle pod górę
Motyl po kwiatkach
nektary zbiera
fruwa bez trosko
tonie w kolorach
Życie to sztuka
Teatr to świat
Aktorów tłumy
Role za krótkie
Wystrój się zmienia
scenariusz też
Od gór po morze
od ziemi w górę
do samych gwiazd
Tylko my ciągle
tkwimy w tym dole
trzymając mocno
tamten czas
Czy warto było
w takim mozole
bez żartu przeżyć
tyle lat

(MS)

NASZE „DOBRE SERDUSZKA”

Serdeczne podziękowania dla sponsorów Koncertu „Gramy dla hospicjum”
 Państwo Grażyna i Jerzy Makulec firma KARAT-GRAŻIS
 Pan Henryk Mianowski firma Piekarnia Mianowski
 Pan Waldemar Sitek firma DROMOS
 Pan Zbigniew Leszek firma LECHPOL
 Pani Małgorzata Czub firma DOMEX
 Pan Andrzej Leszek firma LAMEX
 Bank BGŻ SA
 Hurtownia LOBO S.C.
 INTERDRUK
 AVON
 Restauracja OREGANO

Serdeczne podziękowania
 L.O. im. Marszałka Józefa
 Piłsudskiego w Garwolinie
 ZSR w Miętym
 Gimnazjum w Woli Rębkowskiej
 oraz Szkoły Podstawowej nr 1
 w Garwolinie
 za wkład w organizację naszego
 koncertu i nieocenioną pomoc.

Serdeczne podziękowania
 dla Pani Doroty Mączyńskiej
 za 500,00 zł na działalność Hospicjum

Serdeczne podziękowania
 dla Pana Artura M. Stachowicza
 za 500,00 zł na działalność Hospicjum

Serdeczne podziękowania
 dla władz miasta, gminy i powiatu garwolińskiego za zaangażowa-
 nie przy organizacji koncertu.

Serdeczne podziękowania
 dla Pana Rafała E. Stolarskiego za 500,00 zł na działalność Hospicjum

Serdeczne podziękowania firmom
 za ufundowanie cebulek
 żonkili na kampanię „Pól Nadziei”
 2008/2009
 Jacek Wiśniewski JUNIOR
 – Góraszka
 GARDENCO S.C. – Ożarów Mazo-
 wiecki
 DAGLEZJA – Józefów
 KALISIAK Sp. J. – Kobyłka
 GREEN GARDEN
 – Konstancin-Jeziorna

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

HOSPICJON



To było...

- 31 maja – majówka dla wolontariuszy i pracowników hospicjów
- 9 listopada – msza za dusze zmarłych w hospicjach
- 12 października – koncert „Gramy dla hospicjum” w ramach kampanii „Hospicjum to też życie...”
- 1-2 listopada – kwesta „Hospicjum to też życie”
- październik – sadzenie żonkili w ramach akcji „Pól Nadziei”

To będzie...

- 5 grudnia – Międzynarodowy Dzień Wolontariusza
- grudzień – wigilia
- 8 lutego 2009 – msza za dusze zmarłych w hospicjach

WYDARZENIA

REPORTAŻ

Jak zawsze tak i w tym roku zorganizowaliśmy specjalny dzień dla wolontariuszy i członków stowarzyszenia. Taki czas miłego odpoczynku potrzebny jest od czasu do czasu wszystkim, którzy poświęcają swój wolny czas dla innych, bardziej potrzebujących, na przykład pacjentom hospicjów.

W dniu 31 maja na terenie należącym do księży pallotynów pomiędzy sosnami zorganizowaliśmy majówkę. Przy ognisku ks. Kazimierz przygrywał na gitarze a my się integrowaliśmy i zjadaliśmy kiełbaski. Przybyło wielu wolontariuszy, także gimnazjalistów oraz pracownicy hospicjum.



MAJÓWKA DLA WOLONTARIUSZY



Wszystkim którzy wzięli udział w tegorocznej akcji „Pola Nadziei” i dzielnie rozdawali żonkile zbierając datki na hospicja wręczyliśmy piękne dyplomy i małe upominki dziękując im za dobre serca i chęć niesienia pomocy.

I tak spędziliśmy miło popołudnie śmiejąc się, odpoczywając i planując kolejne akcje.

(MS)

