

nr 3(16)/2010

informator bezpłatny

# HOSPICJON

ISSN 1895-9105

# 3

Kwartalnik Otwockiego Towarzystwa Opieki Paliatywnej



# W NUMERZE

## Od Redakcji

*Jesień już w pełni. Wieje, czasem pada, w nocy zimno. Z drzew lecą kolorowe liście a w lesie pełno grzybiarzy, którzy jeszcze wciąż mają nadzieję na pełne kosze najsmaczniejszych okazów. W jesień wpisana jest Ogólnopolska Kampania „Hospicjum to też życie...”, którą już po raz siódmy koordynuje Fundacja Hospicyjna. OTOP jako jeden z blisko stu uczestników akcji także w tym roku podejmuje działania propagujące ideę hospicyjną i wolontariat, m. in. Koncert „Gramy dla Hospicjów”, konkurs oraz Międzynarodowy Dzień Wolontariusza. Ale jesień to także sadzenie naszych „Pól Nadziei”, które w tym roku również powstały. 1 listopada – dzień, kiedy odwiedzamy naszych zmarłych bliskich na cmentarzach. O pamięci w tym numerze pisze ksiądz Kazimierz. Dla naszego stowarzyszenia to także ważny czas, bo wtedy nasi wolontariusze w ramach kwesty „Hospicjum to też życie...” zbierać będą pieniądze na rzecz pacjentów naszych hospicjów. Wszystkich, którzy chcą wspomóc nasze działania zapraszamy w tym dniu w okolice cmentarzy i kościołów. Zapraszam do lektury Kwartalnika oraz do uczestniczenia w działaniach Otwockiego Towarzystwa Opieki Paliatywnej. Bo nie trzeba wiele, by pomóc drugiemu człowiekowi. Trochę chęci, bez względu na pogodę, oraz energii – efekt jest wielki!*

(Redakcja)

### Kontakt do redakcji:

e-mail:  
a.wojtasiewicz\_otop@op.pl  
ul. Żeromskiego 6  
05-400 Otwock  
– z dopiskiem HOSPICIJON  
tel. kom. 0-505-003-431

## OTOP bez tajemnic

Sadzimy nasze „Pola Nadziei”.....	3
Konkurs .....	3

## hospicjum domowe

Podziękowania od Pani Elżbiety – pacjentki Hospicjum Domowego EMPATIA .....	4
--	---

## aktualności

VII Ogólnopolska Kampania „Hospicjum to też życie...” .....	5
---	---

## od ucha do ducha

Dojrzewam do świętej pamięci.....	6
Coś smacznego.....	6

## ponadto

Nasze „dobre serdeuszka” .....	7
Wydarzenia .....	7
Reportaż .....	8

### Rada programowa:

Małgorzata Kobiałka  
Ewa Szczepańska  
Monika Kwacz

### Redaktor naczelna:

Angelika Wojtasiewicz

### Zastępca

redaktor naczelnej:  
Kazimierz Stasiak

**Redakcja:** Izabela Surga

### Dział reklamy:

Marlena Zduńczyk

tel. 0-662 018 497

### Projekt graficzny

### i przygotowanie do druku:

Izabela Surga

### 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

# Sadzimy nasze „Pola Nadziei”



12 października w Publicznym Gimnazjum im. „Jana Pawła II” w Woli Rębkowskiej w obecności Pani Dyrektora uczniowie i wolontariusze posadzili przy szkole 100 cebulek żonkila (na zdj.)

Tej jesieni rozdaliśmy 1000 cebulek szkołom. Tylko w ZSR w Miętym uczniowie posadzili kilka tysięcy cebul po to, by na wiosnę je zebrać i ofiarować każdemu, kto wspomże hospicja.

(AW)



## Konkurs

Ottockie Towarzystwo Opieki Paliatywnej serdecznie zaprasza dzieci i młodzież do wzięcia udziału w konkursie „Słonik – mój przyjaciel”.

Przedstaw na papierze lub w formie graficznej na komputerze swoje wyobrażenie słonika — przyjaciela, symbolu akcji na rzecz dzieci osieroconych!!!

Zwycięska praca będzie wykorzystana w materiałach promujących fundusz dzieci osieroconych na terenie powiatu otwockiego i garwolińskiego.

### Pamiętaj!!!

- ♥ Słonik – symbol funduszu dzieci osieroconych,
- ♥ Nawiąż do charakteru akcji „Hospicjum to też Życie..” i idei hospicyjnej,
- ♥ Praca w wersji papierowej (format nie większy niż A4) technika dowolna lub w formie elektronicznej, maksymalnie 2 prace od jednej osoby,
- ♥ Zamieść następujące informacje o sobie: imię i nazwisko, wiek, nr telefonu oraz nazwę szkoły i miejscowość,
- ♥ Rozstrzygnięcie nastąpi niezwłocznie po 30 listopada, a nagrody wręczymy ok. 5 XII.

Na prace konkursowe czekamy od 2 do 30 listopada 2010 r.

Należy je przesłać na adres: OTOP, ul. Żeromskiego 6, 05-400 Otwock

e-mail: [hospicjumotwock@wp.pl](mailto:hospicjumotwock@wp.pl) z dopiskiem „Konkurs”

Regulamin dostępny na stronie: [www.otophospicja.pl](http://www.otophospicja.pl)

# HOSPICJUM DOMOWE

## Podziękowania od Pani Elżbiety – pacjentki Hospicjum Domowego

### EMPATIA

**Na prośbę naszej pacjentki zamieszczamy tekst przez nią napisany.**

Nazywam się Elżbieta, jestem po przebytych nowotworze, mam dwie stomie i wiele innych problemów, nie tylko zdrowotnych. Od kilkunastu lat miałam nieodnawiane mieszkanie i co rok obiecywałam sobie, że w tym roku na pewno zrobię remont, ale ciągle było coś ważniejszego. Jak zwykle na mojej drodze do spełnienia życzeń stanęło Hospicjum Domowe EMPATIA z Otwocka. Ci ludzie pomagają mi nieustannie w prozie życia. Moja pielęgniarka dba o mnie, a teraz i o moją mamę, która jest chora. Pani doktor, która dba bym mogła żyć bez bólu i cieszyć się tym życiem

mimo trosk. Bez tych ludzi moje życie nie miałyby sensu.

Razem z wnuczką, która co roku przylatuje do mnie z Anglii postanowiłyśmy, że odświeżymy trochę moje mieszkanie. Zaczęłyśmy same razem z kolegami i koleżankami wnuczki, a potem kiedy zostałam sama z pomocą przyszła mi pani Angelika razem ze swoją ekipą. Razem z panem Rafałem malowali sufit, a pani Ula myła okna, rolety itd. Po kilku godzinach miałam zakończone malowanie. Mnie nie wolno było nic robić, z trudem dostałam pozwolenie na ułożenie rzeczy na półkach w moim pokoju. Kolejny raz OTOP, a raczej pracujący tam ludzie są tam, gdzie są potrzebni, dlatego korzystając z okazji chciałabym

bardzo mocno podziękować pani Angelice, pani Uli oraz Panu Rafałowi za okazane mi serce i bezinteresowną pomoc. Niech was błogosławi dobry Bóg i niech da wam siłę, abyście dalej mogli pomagać ludziom.

Jakie to piękne mieć takich przyjaciół na dobre i złe. Bardzo dziękuję, że hospicjum EMPATIA istnieje i pomaga tym ludziom, którzy odchodzą i tym, którzy chcą walczyć z chorobą, ale razem z wami. Jesteście wspaniałymi ludźmi. Tylko w tym moim hospicjum są takie Anioły, które czuwają, kiedy śpimy, a potem podają rękę w trudach dnia codziennego/.../

*Korzystając z okazji chciałabym złożyć pielęgniarkom Hospicjum Domowego EMPATIA i Pielęgniarkom Oddziałowej Hospicjum św. Patryka siostrze Jadwidze życzenia Bożego błogosławieństwa, zdrowia, szczęścia, pogody ducha i spełnienia najskrytszych marzeń z okazji imienin.*

**(PANI ELŻBIETA – PACJENTKA H D „EMPATIA”)**

## Hospicjum domowe „Empatia”



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

Zapraszamy wszystkich  
chętnych do Centrum  
Wolontariatu Akcyjnego!  
Wymyślamy, planujemy  
i organizujemy zdobywając  
przy tym doświadczenie  
i nowe umiejętności.  
A najważniejsze, że nie  
robimy tego za nic. Robimy to  
dla ludzi cierpiących, własnej  
satisfakcji i lepszego CV!  
Informacja o spotkaniach na  
[www.otophospicja.pl](http://www.otophospicja.pl)  
Więcej informacji:  
[a.wojtasiewicz\\_otop@op.pl](mailto:a.wojtasiewicz_otop@op.pl)

## VII Ogólnopolska Kampania „Hospicjum to też życie...”

Już siódmy raz ruszyła kampania, która uświadomić ma społeczeństwu, jak ważną rolę w chorobie nowotworowej spełnia hospicjum. Hospicjum pomaga chorym na raka pacjentom i ich rodzinom w najtrudniejszym czasie trwania choroby, ale też najważniejszym. Zespół paliatywny jest z nimi w czasie cierpienia i rozstania, wtedy daje z siebie wszystko, by pacjent mógł żyć i umrzeć godnie. Godnie znaczy bez bólu i cierpienia, godnie znaczy wśród bliskich i przyjaciół, w miejscu, które on sam zna i kocha.

Kampania ma zmieniać stereotypy, ale też propagować ideę opieki paliatywnej, czyli pomóc zrozumieć społeczeństwu, nam wszystkim potrzebę istnienia i pomagania hospicjom. Przecież każdy człowiek ma prawo godnie żyć i godnie odejść. Każdy bez wyjątku. Ta ogólnopolska akcja ma też za zadanie promować wolontariat jako ważną i nieodłączną część opieki hospicyjnej. Wolontariat akcyjny będący ogromnym wsparciem dla hospicjów podczas

m.in. zbierania funduszy oraz wolontariat medyczny uzupełniający opiekę medyczną. I choć najważniejszym celem Kampanii „Hospicjum to też życie...” jest zbieranie pieniędzy na ciągle niedofinansowane przez NFZ i marginalizowane ośrodki hospicyjne, to dopiero wszystkie połączone cele oddają wzniosłość i prawdziwość podejmowanych działań.

Otrockie Towarzystwo Opieki Paliatywnej na co dzień walczące

regionu dowiedziało się jak ważne są hospicja. Przecież choroba nie wybiera. Rak i cierpienia z nim związane mogą dotknąć każdego z nas, naszych rodzin i przyjaciół. Nie ważne czy jesteśmy biedni czy bogaci. W obliczu cierpienia i nieuchronnej śmierci wszyscy jesteśmy tacy sami. Wszystkim nam należy się godne życie nawet w chorobie i godna śmierć.

### Działania VII Kampanii „Hospicjum to też życie...” prowadzonej przez OTOP:

♥ Kontynuacja prelekcji w szkołach oraz kontynuacja szkolnych klubów wolontariatu;

♥ 30 X – Gramy dla Hospicjów, przedstawienie Koła teatralnego PMDK w Otrocku „Alicja w Krainie Czarów, czyli po drugiej stronie lustra” pod kierunkiem pani Renaty Kostrzyńskiej. Zapraszamy do Sali kinowej Centrum Sportu i Kultury w Garwolinie 30 października (sobota) godzina 15:00, Patronat honorowy Burmistrz Miasta Garwolin

♥ 31 X – 1 XI – kwesty listopadowe „Hospicjum to też życie”, wolontariusze zbierać będą datki na działalność naszych hospicjów;

♥ 02 XI – 30 XI – Konkurs plastyczny dla dzieci i młodzieży „Słownik – mój przyjaciel”;

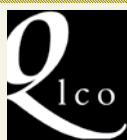
♥ 7 XI – Młodzież dla hospicjum – spotkanie wolontariuszy szkolnych z pacjentami oraz wolontariuszami hospicyjnymi w Hospicjum św. Patryka

♥ 05 XII 2010r. – Międzynarodowy Dzień Wolontariusza, spotkanie Mikołajkowe dla wolontariuszy.



z NFZ o każdą złotówkę dla hospicjum domowego, szukające dróg finansowania zakupu sprzętu i innych wydatków związanych ze statutową działalnością, kolejny raz włącza się w kampanię. Poprzez działania prowadzone na terenie dwóch powiatów nasze stowarzyszenie chce szerzyć ideę opieki paliatywnej i wolontariatu. Chcemy, aby jak najwięcej mieszkańców z naszego

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



za naszego **HOSPICJONA**

(ANGELIKA WOJTASIEWICZ)

## OD UCIA DO DUCHA

# Dojrzewam do świętej pamięci

Ostatni tytuł jaki nam przypiszą będzie „śp.". Wszystkie dyktando, doktoraty, specjalizacje i profesje zamkną się w tych dwóch literkach. Zdystansuje posiadaczy wszystkich przedrostków przed nazwiskiem tak, że z uśmiechem właściwym mądrości, tej z góry, wyzwolą się z cudzysłówów, z masek, z organizacji i z Bóg wie czego. Pamięć o człowieku skrywa się nie tylko w zdjęciach, które z latami wchodzą w siepię, czy w pamiątkach rodzinnych, ale przede wszystkim mieszka w nas. Pamiętam melodię słów mojej babci, która ze wschodnim akcentem zawsze mówiła, gdy przyjeżdżałem do domu jako kleryk: „A nasz Kazik coś zmizerniał, coraz to chudszy się robi”. Pamiętam smak truskawek, które przynosiła z ogrodu. Powraca jej twarz w uśmiechu, zmęczeniu, grymasie, bólu, w złości i w tyłu emocjach i w tyłu kolorach ile ludzkich dni. Przypominam sobie ciepło jej spracowanych rąk.

Nosimy w sobie pamięć o bliskich. Mówimy, że w sercu. Naukowcy mówią, że w komórkach, w genach. Swoją drogą, dobrze by byłoby zo-

baczyć swoje drzewo genetyczne, które wrasta korzeniami w przeszłość i w zdumieniu odkryć tożsamość, to kim dziś jestem. Bez tej świętej pamięci byłbym tylko „człowieczkiem – homonculus” wytworzonym w laboratorium mojej własnej wyobraźni, przebudzonym reklamami hipermarketów, proszków do prania, luksusowych samochodów, nikomu nie potrzebnych promocji, kaucji, halucynacji. Pamięć o bliskich płynie pod prąd mitycznej rzeki Lethy – rzeki zapomnienia, znieczulenia.

A może ta pamięć jest poraniona cierniami słów, przygnieciona kamieniem ciemności. Niech uzdrowi ją Źródło, niech wyłagodzi jej wspomnienia Strumień Przebaczenia, niech ukoji ją Święty, do którego wołam:

*Ty zapisałeś moje życie tułaczę;  
Ty przechowujesz lzy moje w swoim bukłaku;  
czyż nie są spisane w Twojej księdze?*  
(Psalm 56,9)

Dojrzewam do świętej pamięci.

(KS. KAZIMIERZ STASIAK SAC)

„Pokochać człowieka by stać się samotnym  
Być przy najbliższym  
By znaleźć się dalej  
To nic  
Tak trzeba  
Bo taka jest droga  
Właśnie to szczęście  
Otworzą się oczy  
Miłości ludzkiej stacyjka uboga  
Kochać człowieka by zdążyć do Boga”

(Jan Twardowski)

„Nie masz wpływu na długość swojego życia,  
ale masz wpływ na jego szerokość i głębokość.  
Nie masz wpływu na rysy swojej twarzy,  
ale masz wpływ na jej wyraz.  
Nie masz wpływu na szanse innych ludzi,  
ale możesz chwytać swoje własne...”

Zatem po co martwić się o rzeczy, na które nie masz wpływu?  
Zajmij się tymi, które zależą od ciebie.”

(Myron Taylor)

## Coś smaczno...

### Sałatka warstwowa z kurczakiem

Sałata lodowa  
Pieczarki (30-40 dag)  
Sos majonezowo-jogurtowy z curry  
Pierś wędzona z kurczaka  
Pomidory (2-3)  
Majonez, sól, pieprz

Sałatę podrzeć do dużej salaterki. Pomidory sparzyć, zdjąć skórkę i pokroić w plastry lub dużą kostkę i położyć na sałatę. Pieczarki obrać, umyć, pokroić w dużą kostkę i zesmażyć. Wystudzone położyć na pomidorach. Wszystko połączyć sosem i ewentualnie doprawić do smaku. Po wierzchu posypać pokrojonym w kostkę kurczakiem. Smaczno!

(EWA SZCZEPAŃSKA)

**Podaruj swój 1% dla Hospicjum Domowego EMPATIA i hospicjum św. Patryka w Otwocku! OTWOCKIE TOWARZYSTWO OPIEKI PALIATYWNEJ**  
KRS: 0000 126492  
PKO BP: 93 1020 1127 0000  
1502 0008 6355

**OTWOCKIE TOWARZYSTWO OPIEKI PALIATYWNEJ**  
Ul. Żeromskiego 6, 05-400 Otwock  
tel./fax: (0 22) 719-42-80  
hospicjumotwock@wp.pl  
www.otophospicja.pl

# NASZE „DOBRE SERDUSZKA”

Serdeczne podziękowania dla drukarni ELLERT Sp. z o.o. za druk materiałów.



**Serdeczne podziękowania dla sponsorów, dzięki którym udało nam się zakupić pulsoksymetr dla Hospicjum Domowego „EMPATIA”:**

- Firmy „RIM” Kowalczyk Sp. J. z Janek
- Banku Spółdzielczego w Otwocku

Serdeczne podziękowania dla państwa: Haliny i Tomasza Neffe właścicieli Sklepu zoologicznego ARA z Warszawy za rybki, roślinki i sprzęt do akwarium w Hospicjum Stacjonarnym św. Patryka.

Serdeczne podziękowania dla firmy INTERDRUK Corporation Sp. z o.o. oraz dla właściciela pana Dariusza Rękawka za wsparcie w postaci druku plakatu, a także pana Przemysława Pełki za pomoc.

Serdeczne podziękowania dla drukarni ACAD i pana Mirosława Przywózkiego za nieustającą pomoc i wsparcie naszej działalności.

Serdecznie dziękujemy Panu Tadeuszowi Mikulskiemu Burmistrzowi Miasta Garwolin za objęcie koncertu „Gramy dla Hospicjów” patronatem honorowym.

## WYDARZENIA

### To było...

- 23 wrzesień rozpoczęcie Ogólnopolskiej Kampanii „Hospicjum to też życie...”
- 9 październik Światowy Dzień Opieki Paliatywnej i Hospicjów
- 15-16 październik konferencja w Gdańsku „Chore dziecko – chora rodzina”
- Październik/listopad posadziliśmy ponad 1000 cebulek żonkila w ramach kampanii „Pola Nadziei”
- 30 październik Gramy dla Hospicjów, Przedstawienie „Alicja w Krainie Czarów, czyli po drugiej stronie lustra”, Sala Kinowa Centrum Sportu i Kultury w Garwolinie
- 31 X – 1 XI kwesty „Hospicjum to też życie...” – Kołbiel, Otwock, Karczew i Józefów.
- 7 listopad o godz. 9:30 Msza św. za dusze zmarłych w naszych hospicjach w Kościele pw. Ducha św. (u Pallotynów),

### To będzie...

- 2-30 listopad konkurs „Słonik – Mój przyjaciel”
- 5 grudnia Międzynarodowy Dzień Wolontariusza
- 19 grudnia kiermasz świąteczny na rzecz hospicjów
- grudzień Wigilia/zakończenie VII Kampanii Hospicjum to też życie...

# REPORTAŻ

## „GRAMY DLA HOSPICJÓW” - „ALICJA W KRAINIE CZARÓW CZYLI PO DRUGIEJ STRONIE LUSTRA”



Październik to miesiąc hospicjów na całym świecie. W tym czasie co roku odbywa się szereg akcji propagujących ideę opieki paliatywnej. Jedną z nich jest koncert „Gramy dla Hospicjów”.

Zaplanowany na 30 października koncert odbył się zgodnie z planem. Zespół teatralny dotarł tuż przed trzynastą i od razu rozpoczął przygotowania, bowiem trzeba było czasu, aby ubrać i ukształtować czterdziestu dwóch młodych aktorów.

O godzinie 15:00 gości w Sali Kinowej Centrum Sportu i Kultury w Garwolinie przywitała w imieniu Otwockiego Towarzystwa Opieki Paliatywnej Angelika Wojtasiewicz, przypominając jednocześnie ideę „Grania dla Hospicjów”.

Chwilę później na scenie rozpoczęła się przepiękna bajka. Kolorowa scenografia, profesjonalne stroje wraz z talentem młodych artystów wprowadził przybyłych widzów w piękny świat „Alicji w Krainie Czarów/.../”. Magiczna atmosfera trwała ponad 50 min.

Wielkie wrażenie zrobił na publiczności talent dzieci występujących w sztuce napisanej i reżyserowanej przez Panią Renatę Kostrzyńską, która prowadzi Zespół Teatralny w PMDK w Otwocku.

Po pięknym finiszu, w którym na scenie w przepięknej oprawie muzycznej wystąpili wszyscy aktorzy, były oczywiście podziękowania dla wykonawców za to, że chcieli pomóc propagować ideę „Hospicjum to też życie...” oraz wolontariat.

W przygotowaniach pomogli oczywiście jak co roku wolontariusze tym razem uczniowie Gimnazjum w Woli Rębkowskiej pod opieką pani Wioletty Jaskólskiej oraz uczniowie ZSR w Miętym. Koncert patronatem honorowym objął Burmistrz Miasta Garwolin Tadeusz Mikulski oraz Starosta Powiatu Garwoleńskiego Grzegorz Woźniak.  
(stokrotka)