

nr 3(19)/2011

informator bezpłatny

# HOSPICJON

ISSN 1895-9105

# 3

Kwartalnik Otwockiego Towarzystwa Opieki Paliatywnej

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

Jan Paweł II



OTWOCKIE TOWARZYSTWO  
OPIEKI PALIATYWNEJ

# W NUMERZE

## Od Redakcji

Zbliża się ten piękny czas... Czas, który zawsze nastraja mnie optymistycznie do świata. Myślę, że i tym razem tej aury miłości, dobroczynności i poczucia spokoju nie zmaćni nawet wyimaginowany kryzys. Nie dam się wplątać w otchłań niepewności, bo cóż to da. I tak trzeba dalej żyć, dzieciom dać jeść, pracować i oczywiście pomagać innym. Czasem mam ochotę wyrzucić przez okno telewizor, bo jak się słucha tych panicznych nieprzemyślanych, zmanipulowanych słów, z różnych stron, to się szczyryk w kieszeni otwiera. Rzucam się więc w wir zajęć i nowych pomysłów. Szukam sposobów, rozwiązań i świeżego powietrza. Nie zastanawiam się, nie analizuję, tylko działam. To przyniesie większe efekty niż same rozważanie za i przeciw! Witam więc w kolejnym numerze naszego kwartalnika. Na początku w imieniu całej redakcji, Zarządu OTOP oraz członków stowarzyszenia i pacjentów pragnę złożyć najlepsze życzenia wszystkim wolontariuszom. Kochani! Miejcie zawsze tyle energii i zapału do działania ile macie podczas naszych akcji, bądźcie w życiu tak samo zawzięci jak jesteście pomagając innym, odznaczajcie się skutecznością, taką jaką my obserwujemy u was na co dzień, odnoście jeszcze większe sukcesy, a przy tym bądźcie tak wrażliwi, dobrzy i subtelni jakimi pokazujecie się chorym. W dniu Waszego święta życzymy Wam wszystkiego co najlepsze, bo Wy jesteście najlepsi! A teraz zapraszam do lektury i zapoznania się z naszymi sukcesami. Idziemy bowiem do przodu, dzieje się coraz więcej, coraz bardziej widoczne są efekty naszej pracy. Czy w kryzysie czy bez niego i tak nie jest łatwo, ale to nie jest powód żeby się poddać.

(REDAKTOR NACZELNA)

### Kontakt do redakcji:

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

## OTOP bez tajemnic

Krzyż zasługi dla Prezes Zarządu OTOP .....	3
Wolontariat w Otwocku .....	3

## Hospicjum Domowe

VIII Ogólnopolska Kampania „Hospicjum to też życie – Podaruj swój czas!” .....	4
--	---

## aktualności

HTTŻ OTOP .....	5
-----------------	---

## od ucha do ducha

Biedronka i pasikonik .....	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:

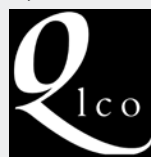
Marlena Zduńczyk  
tel. 662 018 497

### Projekt graficzny

### i przygotowanie do druku:

Izabela Surga

### Wydawca:



Robert Stachowicz,  
QLCO. Agencja Reklamowo-  
Wydawnicza. Quick Lopez Co.  
tel. 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

## Krzyż zasługi dla Prezes Zarządu OTOP

Miło nam poinformować, że w dniu 9 listopada br. podczas Uroczystej Rady Miasta Otwocka, która odbyła się z okazji obchodów Jubileuszu 95 lecia Otwocka, Prezes OTOP Pani Małgorzata Szwed odebrała odznaczenie za działalność na rzecz hospicjów – Brązowy Krzyż Zasługi nadany przez Prezydenta RP Bronisława Komorowskiego.

Pani Małgosia mimo, iż nie pochodzi z Otwocka od piętnastu lat z tym miastem jest niejako związana. Od początku istnienia Hospicjum św. Patryka pracowała w nim jako pielęgniarka. Razem z współzałożycielami stworzyła Otwockie Towarzystwo Opieki Pali-

tywnej, gdzie udzielała się jako Członek Zarządu. Od trzech kadencji jest naszą Panią Prezes, która wraz z Zarządem walczy o pacjentów hospicjów, pieniądze na działalność i trwanie idei opieki paliatywnej oraz wolontariatu na terenie powiatu otwockiego i garwolińskiego. Razem z nami kwestuje, szuka rozwiązań, organizuje pomoc chorym i ich rodzinom.

Dziękujemy Panu Prezydentowi Miasta Otwock za dostrzeżenie wkładu Pani Małgosi w rozwój opieki hospicyjnej na terenie Otwocka oraz działalności naszego stowarzyszenia dla społeczności otwockiej.

(STOKROTKA)



## Wolontariat w Otwocku

Dane statystyczne dotyczące wolontariatu w Polsce pokazują, że zainteresowanie tą formą działalności społecznej spada z każdym rokiem. Jednak o tym, że wcale tak być nie musi, przekonali się uczestnicy spotkania, które w dniu 21 października br. w siedzibie Ośrodka Psychoprofilaktyki Rodzinnej w Otwocku.

Na zaproszenie koordynatora wolontariatu przy Ośrodku Psychoprofilaktyki Rodzinnej, Anny Jarmońkiewicz, przybyli przedstawiciele organizacji pozarządowych i opiekunowie szkolnych kół wolontariatu. Spotkanie miało na celu zapoznanie się z prowadzoną przez w/w organizacje i szkoły działalnością wolontarystyczną oraz

wypracowanie obszarów współpracy. Zebrani mieli okazję, aby podzielić się własnym doświadczeniem i usłyszeć cenne wskazówki ze strony tych, którzy w zakresie inicjatyw społecznych mają duże osiągnięcia.

Gdyby nie to spotkanie, o otwockich wolontariuszach pewnie długo by nikt nie słyszał. Tymczasem wolontariat w Otwocku jest i działa pełną parą!

Młodzi ludzie podejmują liczne inicjatywy na rzecz osób chorych, starszych, będących w trudnej sytuacji materialnej oraz profilaktyki. Współpracują z organizacjami pozarządowymi działającymi na terenie miasta, jak również włączają się w akcje ogólnokrajowe.

Dlatego jednym z obszarów współpracy, któremu poświęcono

najwięcej uwagi, była integracja w centrum wolontariatu. Chociaż trudno mówić o powstaniu takiej placówki, jednogłośnie przyjęto pomysł, aby centrum działało w strukturach Urzędu Miasta przy Ośrodku Psychoprofilaktyki Rodzinnej.

Już w grudniu, wspólnymi siłami zorganizujemy galę wolontariatu. Podczas uroczystości po raz pierwszy będziemy mogli usłyszeć o poczynaniach lokalnych społeczników. Mamy nadzieję, że to przedsięwzięcie zaowocuje jeszcze lepszą współpracą pasjonatów idei wolontariatu i podniesie statystykę dotyczącą zainteresowania wolontariatem w Polsce.

(A. JARMOŃKOWICZ)

### DZIĘKUJEMY ZA 1%

OTWOCKIE TOWARZYSTWO OPIEKI PALIATYWNEJ  
SERDECZNIE DZIĘKUJE WSZYSTKIM PODATNIKOM,  
KTÓRZY ZDECYDOWALI SIĘ WPLĄCIĆ 1% SWOJEGO PODATKU  
NA RZECZ NASZEGO STOWARZYSZENIA!  
Z WPLĄT 1% PODATNIKÓW ROZLICZAJĄCYCH 2010 ROK  
WPLYNĘŁO NA KONTO OTOP – 57 521,84 ZŁ.  
PIENIĄDZE BĘDĄ WYDATKOWANE ZGODNIE Z USTAWĄ  
ORAZ STATUTEM STOWARZYSZENIA JAKO OPP.

Serdecznie dziękujemy ks. Bogusławowi Kowalskiemu dotychczasowemu proboszczowi Parafii Świętego Wincentego a Paulo za wieloletnią współpracę i pomoc. Dziękujemy za wielkie serce i wkład w budowanie idei hospicyjnej na ziemi otwockiej, za modlitwy oraz pogodę ducha na co dzień. Życzymy księdzu wielu sukcesów na kapłańskiej drodze oraz tego, by Ksiądz zawsze pozostał sobą. Zarząd, członkowie oraz wolontariusze OTOP

# HOSPICJUM DOMOWE

## VIII Ogólnopolska Kampania „Hospicjum to też życie – Podaruj swój czas!”

Po raz kolejny Otwockie Towarzystwo opieki Paliatywnej bierze udział Ogólnopolskiej Kampanii Edukacyjno – Społecznej „Hospicjum to też życie” trwającej od 1 X do 30 XII 2011r.

Celem przewodnim tegorocznej akcji jest propagowanie wolontariatu, przede wszystkim medycznego, wśród starszych członków naszego społeczeństwa – wolontariat 50+. Jak zawsze jednak kampania ma na celu propagowanie idei

opieki paliatywnej, czyli edukację i zwiększanie świadomości społecznej w zakresie opieki hospicyjnej. Ważne jest to, by chorzy nieuleczalnie nie bali się zgłaszać do hospicjów i mogli korzystać z fachowej, bezpłatnej pomocy możliwie wcześnie. Hospicjum nie może kojarzyć się z „umieralnią”, ale pełnym zrozumienia, życzliwym ośrodkiem o wysokim standardzie opieki medycznej, duchowej, psychologicznej. Miejscem, gdzie zespół profesjonalistów dba o ciało, ale też troszczy się o dobre samopoczucie, gdzie człowieka traktuje się z należyty szacunkiem i godnością.

Podczas akcji zwracamy zawsze uwagę na promowanie idei wolontariatu także wśród młodych ludzi. Uczymy wrażliwości, pokazujemy korzyści z bezinteresownej pomocy potrzebującym. Staramy się, aby ta droga była coraz bardziej popularna w gimnazjach i szkołach ponadgimnazjalnych. Młodzież to nasza przyszłość i świetny ambasador pozytywnych idei, czyli tego co służy

wszystkim. Wystarczy poświęcić im uwagę, być z nimi...

Jak zawsze też podczas kampanii kwestujemy zbierając pieniądze dla hospicjów. Niestety żadne hospicjum nie jest w stanie zapewnić opieki swoim pacjentom bez pomocy ludzi dobrej woli. Nie są to bowiem ani przedsiębiorstwa, ani jednostki dochodowe, a wymagają i środków i serca osób w nich pracujących.

Ten rok HTTŻ to także koncerty „Voice for Hospices”. 10 X w wielu miastach odbywały się koncerty w ramach Światowego Dnia Opieki Paliatywnej i Hospicjów. Natomiast 13 XI mogliśmy wiele usłyszeć o hospicjach w mediach a zwłaszcza w programie pierwszym TVP, gdzie



organizowany był „Dzień hospicyjny”. W listopadzie także zaplanowano spotkania z Uniwersytetami Trzeciego Wieku oraz dni otwarte w hospicjach czy ośrodkach wolontariatu, odbyły się też kwesty.

Przed nami jeszcze wydarzenia związane z Międzynarodowym Dniem Wolontariusza, który obchodzimy 5 grudnia.



*Pomagamy  
dzieciom  
osieroconym*





# HTTŻ OTOP

1. Nasza kampania to przede wszystkim nieustający **kontakt i współpraca z klubami wolontariatu w szkołach**. Prowadzimy cyklicznie spotkania z uczniami – wolontariuszami i zachęcamy młodych ludzi do wolontariatu podczas prelekcji. Młodzież angażując się w kampanię przeprowadza własne wewnętrzne akcje dotyczące wolontariatu i opieki hospicyjnej skierowane do społeczności szkolnej. Są to gazetki, koncerty szkolne, akcje sportowe, kiermasze itd.

2. W tym roku nawiązaliśmy współpracę z Ośrodkiem Psychoprofilaktyki Rodzinnej w Otwocku w celu zjednoczenia wolontariatu w Otwocku i założenia centrum wolontariatu z ramienia Urzędu Miasta Otwocka właśnie przy OPR. W tym celu rozpoczęty został cykl spotkań, na które zapraszane są zarówno organizacja pozarządowe jak i kluby wolontariatu czy też osoby zainteresowane bezinteresowną pomocą innym.

3. Jak co roku zorganizowaliśmy **listopadowe kwesty**, które odbyły się

- 31 X i 1 XI na cmentarzu w Otwocku – 18035,69 zł
- 1 XI na cmentarzu w Karczewie – 5387,42 zł
- 1 XI na cmentarzu w Józefowie – 1384,52 zł
- 31 X i 1 XI na cmentarzu w Kołbieli – 3199,84 zł
- 20 XI przed kościołem w Osiecku – 2500,43zł

W akcji wzięło udział blisko 300 wolontariuszy ze szkół

- ♥ Gimnazjum nr 2 im. I. Sendlerowej, Gimnazjum nr 3 im. T. Morusa i Gimnazjum nr 4 im. J. Piłsudskiego w Otwocku

- ♥ Gimnazjum nr 1 w Józefowie
- ♥ Gimnazjum im. B. Prusa w Karczewie
- ♥ Gimnazjum im. O. Kolberga w Kołbieli
- ♥ Gimnazjum im. Księcia J. Poniatowskiego w Osiecku

Udało się zebrać rekordową sumę **30507,90zł** na działalność statutową OTOP.

4. Przeprowadziliśmy także **konkurs literacki „Jak pomagać”** wśród młodzieży. Każdy uczestnik miał napisać tekst, piosenkę, wiersz lub wypowiedzieć się w dowolnej formie literackiej na jeden z dwóch tematów: „Moja przygoda z wolontariatem...” lub „Jak zachęcić innych do wolontariatu?”. Nagrody ufundowało Starostwo Powiatu Otwockiego. Serdecznie dziękujemy wszystkim uczestnikom za udział w konkursie!

5. **Fundusz Dzieci Osieroconych OTOP** – idąc śladem ubiegłorocznej kampanii na początku roku stworzyliśmy regulamin i formularze zgłoszeń dzieci osieroconych, wprowadziliśmy zmiany do statutu. Na początek objęliśmy opieką dzieci pacjentów Hospicjum Domowego „Empatia”. Na ich rzecz z pomocą wolontariuszy zorganizowaliśmy i przeprowadziliśmy kwestę „Pakujemy dla dzieci osieroconych” w TESCO przy ul. Kościuszki w Garwolinie w dn. 4-6 XI. Zdeterminowanym wolontariuszom udało się zebrać **4885,19zł**, ale akcja nadal trwa, więc można dalej wpłacać pieniądze na konto OTOP. Środki z kwesty w całości zo-



staną przeznaczone na zakupy dla dzieci. Już zebraliśmy listy z zapotrzebowaniem m.in. kurtki, buty, pidżamy, pościel, artykuły chemiczne i spożywcze. Za te pieniądze dzieci także otrzymają prezenty pod choinkę.

6. Przed nami także **Międzynarodowy Dzień Wolontariusza (5 XII)**. Z tej okazji przy współpracy OPR zorganizowaliśmy **I Otwocką Galę Wolontariatu**, która odbędzie się 2 grudnia w PMDK w Otwocku. Atrakcjami jakie czekają w tym dniu na wolontariuszy są podziękowania, koncert Dreamspace, występ RELIESE oraz rozstrzygnięcie oficjalnego konkursu „Jak Pomagać”.

7. Już niedługo postaramy się także odwiedzić **Kluby Seniora** zachęcając ludzi starszych i energicznych do pomagania, bo akcja nadal trwa!

(A.WOJTASIEWICZ)



# OD UCHA DO DUCHA

## Biedronka i pasikonik

Na skraju ogródka gdzie kwiaty do ziemi się kłaniają  
Mieszkała biedronka w słonecznej tarczy nagietka  
Różne pszczoły, osy, muchy, chrząszcze tam się zjawiają  
A nasza mieszkanka septempunctata to niezła kokietka

Pewnego dnia, około południa zjawił się pasikonik  
Skacze radośnie z kwiatka na kwiatek, radośnie świerszczy,  
Gdy zobaczył biedronkę, zatrzymał się, zdjął melonik  
Zauroczony czernią kropek, zaczął szukać w głowie wierszy

I kiedy już miał otworzyć swe usta, gdy padły pierwsze słowa  
Szybko się zdziwił nasz konik polny, rozkołysany na trawie  
Niech się pan zamknie, niech zniknie i schowa  
I nie przeszkadza, gdy siedzę przy południowej kawie

Dzielny skoczek nie dał się wybić, choć trochę zasmucony  
Droga biedronko, tak zaczął od nowa, coś tak gorzka  
Coś taka smutna, co taki dom masz znów zachmurzony  
A ona: Ty się nie wtrącaj, nie twoja sprawa, nie twoja brozka

Na nic się zdało konikowe zatroskanie goriwie  
Gdy już miał skoczyć z trawki na różę  
Minął się w locie, zobaczył jak wraca na chwilę  
Ojciec biedronki, co kochał tylko podróże...

(ks. Kazimierz Stasiak SAC)

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)

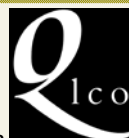
Bardzo dziękujemy wszystkim  
wolontariuszom, którzy na  
co dzień pomagają naszemu  
stowarzyszeniu realizować cele  
i pomagać hospicjom!

Serdecznie dziękujemy  
Starostwu Powiatu Otwockiego  
za ufundowanie nagród  
w Konkursie literackim  
„Jak Pomagać”.

Dziękujemy firmie SANTE  
z Sobolewa z przekazanie  
darowizny rzeczowej.

Serdeczne podziękowania dla  
Pana Grzegorza Urbaniaka  
Firma PAP-TECH w Celestynowie  
za konserwację/serwis  
kserokopiarki.

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



**HOSPICJONA**

## Coś smacznego...

### Salatka ryżowa

1 szklanka ugotowanego  
ryżu pełnoziarnistego  
3 plastry szynki  
3 plastry ostrego żółtego  
sera  
Garść orzechów włoskich  
1 łyżka posiekanej natki  
pietruszki  
Sól, pieprz, odrobina oliwy

Szynkę i ser pokroić w drobną  
kostkę, posiekać orzechy włoskie.  
Wszystkie składniki: ryż, szyn-  
kę, ser i natkę wymieszać razem,  
doprawić solą, pieprzem i oliwą.  
Włożyć do pojemnika i szczelnie  
przykryć a następnie włożyć do  
lodówki na dwie godziny.  
Smacznego!

(EWA SZCZEPAŃSKA)

# NASZE „DOBRE SERDUSZKA”

## Bardzo dziękujemy Księżom Proboszczom Parafii:

- Św. Wincentego a Paulo w Otwocku,
- Matki Bożej Częstochowskiej w Józefowie,
- Św. Wita w Karczewie,
- Św. Trójcy w Kołbieli,
- oraz Św. Bartłomieja Apostoła, św. Andrzeja w Osiecku,  
za umożliwienie przeprowadzenia kwest  
„Hospicjum to też życie”.

Serdecznie dziękujemy firmie GARDENCO s.c. z Ożarowa Mazowieckiego, panom Zdzisławowi Ciężyńskiemu i Wojciechowi Jarczewskiemu za przekazanie cebulek kwiatowych na akcję „Pola Nadziei 2012”, a w szczególności za serdeczność i wsparcie.

Serdeczne podziękowania dla ks. Włodzimierza Tendorfa Proboszcza Parafii Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny w Parysowie za zgodę na przeprowadzenie kwesty, a w szczególności za ciepłe przyjęcie i modlitwę.

Serdecznie dziękujemy panu Jackowi Wiśniewskiemu właścicielowi firmy OGRODNICTWO Jacek Wiśniewski JUNIOR z Góraszki za przekazanie cebulek żonkila i tulipana.

Serdecznie dziękujemy uczniom i pedagogom Zespołu Szkół Rolniczych Centrum Kształcenia Ustawicznego i Praktycznego w Miętym za wymyślenie i zrealizowanie konkursu zbiórki surowców wtórnych na rzecz hospicjów. Zebrali oni ponad 60 kg aluminium. Dochód ze sprzedaży wpłacony został na konto OTOP celem wsparcia dla hospicjów. Gratulujemy pomysłu!

Bardzo dziękujemy Fundacji Bankowej im. dr. M. Kantona za pomoc w zakupie sprzętu medycznego (koncentratory tlenu) dla Hospicjum Domowego „Empatia”.

## WYDARZENIA

### To było...

- 1 październik rozpoczęcie VIII Ogólnopolskiej Kampanii „Hospicjum to też życie”
- 10 październik Światowy Dzień Opieki Paliatywnej i Hospicjów
- Październik sadziliśmy cebulki żonkila w ramach kampanii „Pola Nadziei”
- 16 października kwesta przed kościołem w Parysowie
- 31 październik – 1 listopada kwesty „Hospicjum to też życie”
- 4-6 listopada kwesta „Pakujemy dla dzieci osieroconych” w Tesco przy ul. Kościuszki w Garwolinie
- 6 listopada Msza św. za dusze zmarłych w naszych hospicjach
- 13 listopada „Dzień hospicyjny w TVP1”

### To będzie...

- 2 grudnia I Otwocka Gala Wolontariatu
- 5 grudnia Międzynarodowy Dzień Wolontariusza
- 16-18 grudnia kwesta w Tesco w Garwolinie
- 18 grudnia kiermasze ozdób świątecznych na rzecz hospicjów



# REPORTAŻ

Święta już blisko...  
bez **mamy** nie będzie tak samo...  
pomóż dzieciom,  
których bliscy odeszli...



PKO BP 93 1020 1127 0000 1502 0008 6355  
OTOP POMAGA DZIECIOM OSIEROCONYM



Hospicjum domowe  
„Empatia”



Telefon kontaktowy:  
(22) 710-94-35  
w godz. 17.00–19.00  
tel. kom. 501 060 462

