

nr 2(25)/2013

informator bezpłatny
HOSPICJON

2

ISSN 1895-9105

Kwartalnik Otwockiego Towarzystwa 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

Miło mi przedstawić Państwu kolejny numer naszego Kwartalnika, a w nim jak zwykle kilka ciekawych i ważnych informacji. Przede wszystkim podsumowanie zakończonej właśnie kampanii „Pola Nadziei” i wyniki konkursu „Akcja Żonkil”. Żółta akcja nie była łatwa w tym roku ze względu na długą zimę i bardzo mokrą wiosnę, ale udało się! Rekord tej akcji został pobity i to znacząco, co wynika z zaangażowania naszych cudownych wolontariuszy.

W Reportażu (str. 8) możecie zobaczyć jak dzieciaki z podstawówek sadziły rośliny na klombie przed Hospicjum św. Patryka, a w dziale Od Ucha do Ducha ks. Kazimierz jak zwykle nostalgicznie, ale na bardzo ważne tematy – tym razem o przyjaźni i zachowaniu tajemnicy, co w dobie zdobywania informacji za wszelką cenę okazuje się dość istotne i mam nadzieję nie rzadkie.

Zbliżają się coraz większymi krokami wakacje... Hurrra! Większość z nas wyjedzie na urlopy czy choćby na krótkie biwaki. Życzę w imieniu naszej ekipy przede wszystkim zdrówka, udanego wypoczynku i szczęśliwych powrotów. A wszystkim wolontariuszom maksymalnej regeneracji sił do dalszego pomagania.

Mam nadzieję, że we wrześniu będziemy mogli zaproponować wam kolejne ciekawe działania i wspólnie uda nam się wiele zdziałać dla naszych pacjentów.



Wszystkich zainteresowanych informuję, że od jakiegoś czasu jesteśmy już na portalu Facebook pod nazwą „OTOP Hospicjum Domowe Empatia” i czekamy tam na wasze laiki!

Miłej lektury

(REDAKTOR NACZELNA)

Kontakt do redakcji:

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

OTOP bez tajemnic

XVI edycja kampanii „Pola Nadziei” zakończona!.....	3
Laureaci konkursu „Akcja Żonkil”	3

Hospicjum Domowe

Czasem wystarczy obecność i wspólne wypicie herbaty... ..	4
---	---

aktualności

Wolontariusz potrzebny od zaraz... ..	5
---------------------------------------	---

od ucha do ducha

O zachowaniu tajemnicy	6
------------------------------	---

ponadto

„Pola Nadziei”	6
Coś smacznego	6
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 6126830
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

XVI edycja kampanii „Pola Nadziei” zakończona!

9 czerwca odbyła się ostatnia akcja kończąca tegoroczne „Pola Nadziei” organizowane przez OTOP. Pogoda nas nie rozpieszczała, bo zima trwała długo. Żonkile najpierw nie chciały kwitnąć, a potem pojawiły się masowo i szybko zniknęły, ale daliśmy radę. Z pomocą naszych cudownych wolontariuszy udało nam się zorganizować dwanaście żonkilowych zbiórek publicznych na rzecz Hospicjum Domowego „Empatia” oraz Hospicjum św. Patryka. W sumie zebraliśmy 31 168,50 zł dla naszych pacjentów!



Samodzielne żonkilowe akcje zorganizowały dwie szkoły Gimnazjum nr 5 w Garwolinie oraz Gimnazjum w Kołbieni, za co szczególnie dziękujemy.

Zorganizowaliśmy także konkurs „Akcja Żonkil”, do którego zgłoszonych zostało aż 96 prac! Komisja nie miała łatwego zadania, ponieważ poziom nadesłanych żonkili był bardzo wysoki. Jednak decyzję trzeba było podjąć i obok trzech miejsc wyróżniono trzy prace.

Laureaci konkursu „Akcja Żonkil”

I miejsce – Natalia Kowalczyk, PSP im. A. Mickiewicza w Wildze

II miejsce – Kaja Wysoczarska, Gimnazjum nr 1 im. Łączniczek AK w Józefowie

III miejsce – Weronika Rowińska, Gimnazjum nr 2 im. I. Sendlerowej w Otwocku

Wyróżnienia:

Rafał Macieląg – Gimnazjum nr 1 im. Łączniczek AK w Józefowie (1)

Monika Morawska – Gimnazjum nr 2 im. I. Sendlerowej w Otwocku (2)

Katarzyna Nowak – Gimnazjum nr 2 im. I. Sendlerowej w Otwocku (3)

Dziękujemy wszystkim uczestnikom konkursu i gratulujemy zwycięzcom!

Nagrody wraz z dyplomami dla wszystkich uczestników prześlemy szkołą do rozdania podczas uroczystości zakończenia roku szkolnego.



I miejsce



II miejsce



III miejsce



Wyróżnienie 1



Wyróżnienie 2



Wyróżnienie 3

HOSPICJUM DOMOWE

Czasem wystarczy obecność i wspólne wypicie herbaty...

„Dzień dobry, dobrze, że Pani przyszła. Pani Doktor była wczoraj.”

„Tak wiem, uzgodniłyśmy, że dzisiaj zmienię opatrunki. Co słyhać, jak się Pan dzisiaj czuje?”

„Całkiem nieźle, ale wie Pani, mam dni lepsze i dni gorsze – dzisiaj akurat trafiła Pani na ten lepszy.”

„No to cieszę się. Ma Pan wszystko – zrobił ktoś Panu zakupy?”

„Tak sąsiadka wczoraj kupiła mi wszystko co trzeba, tylko recepty mam jeszcze nie wykupione. Pani Doktor była popołudniu i minęły się z sąsiadką.”

„Proszę dać mi tą receptę, podejdę potem do apteki – mam dzisiaj chwilę czasu. To co gotowy do zmiany opatrunku?”

„Gotowy... To niesamowite ile kiedyś człowiek miał krzepy. Mogłem nosić tony całymi dniami – kilka papierosów, porządny obiad i czułem się świetnie, a teraz... kawałek przejdę do łazienki i już brakuje mi powietrza. Wie Pani to ciekawe, jak człowiek jest zdrowy to wydaje mu się, że już tak zawsze będzie, że nic go na pewno nie spotka, że jest niezniszczalny. Jak przyszła choroba to na początku

pomyślałem, że to drobiazg, że szkoda się przejmować. Zapaliłem papierosa, siadłem w fotelu i przez chwilę zylem jak dotychczas. Ale potem już nie było tak kolorowo. Pierwszy raz się przestraszyłem, jak nie mogłem złapać tchu – taka duszność. Potem szpital i trochę poczułem się lepiej. Ale jak już wspominałem mam różne dni – i lepsze i gorsze. Całe szczęście, że ja się byle czym nie przejmuję. Trzeba cieszyć się tym co jest, chociaż na sercu czasem jest ciężko. Brat czasami mnie odwiedza, ale on ma swoje życie i swoje problemy, to moimi problemami mu już głowy nie zawracam. I tak się żyje powoli.

Dzisiaj wieczorem dobry film leci w telewizji – o niech Pani spojrzy, zaznaczyłem w gazecie...”

„Opatrunek gotowy. Może zrobię herbaty to napijemy się razem. A jak z bólem – zmniejszył się teraz?”

„Niech Pani otworzy tą szafkę po prawej stronie – tam jest herbata. Teraz nie boli – czasami tylko muszę łyknąć dodatkową pastylkę. Ten materac, co Pani przyniosła do spania, jest bardzo dobry – dziękuję. Duszność też się nieco zmniejszyła, ale w nocy

bywa różnie. Ja herbatę piję bez cukru – wie Pani, dbam o linię.”

Są choroby, których nie można wyleczyć, można jednak często sprawić, by były one do zniesienia. Nie zawsze ból i inne objawy choroby są najgorsze. Im współczesna medycyna stawia obecnie czoło. Niekiedy największe cierpienie jest spowodowane osamotnieniem i brakiem wsparcia. Niekiedy lepszym lekarstwem od najnowszych osiągnięć medycyny jest po prostu obecność i możliwość wypicia z inną osobą herbaty.

(D.B.)

Hospicjum Domowe „Empatia” obejmuje bezpłatną opieką nieuleczalnie chorych na raka pacjentów z powiatu otwockiego oraz Garwolina i okolic. Każdy chory może liczyć na fachową pomoc ale też po prostu na obecność przychylnych ludzi.

Niestety obecnie z powodu zaopowiedzi NFZ o nie wypłacaniu nadwykonań, tworzy się kolejka. Mamy kontrakt na 20 pacjentów miesięcznie, a od dłuższego opiekujemy się 28 chorymi. Koszty pomocy chorym ponad kontrakt, podobnie jak zakup sprzętu i środków medycznych oraz dojazdu do pacjentów pokrywa nasze stowarzyszenie.

Możesz nam pomóc pomagając wszystkim, którzy potrzebują opieki hospicyjnej...

OTWOCKIE TOWARZYSTWO OPIEKI
PALIATYWNEJ
Ul. Żeromskiego 6, 05-400 Otwock
PKO BP:
93 1020 1127 0000 1502 0008 6355

Hospicjum domowe

„Empatia”



Telefon kontaktowy:

(22) 710-94-35

w godz. 17.00–19.00

tel. kom. 501 060 462

Wolontariusz potrzebny od zaraz...

Hospicjum to specyficzne miejsce. To tu spotyka się życie ze śmiercią, ból łagodzony jest miłością, cierpienie – obecnością a pęd życia cichnie. Każdy, kto napotka na swej drodze chorego, cierpiącego człowieka przystaje, by zastanowić się nad sensem własnego życia.

Obok pacjenta i jego rodziny jest lekarz, pielęgniarka, psycholog czy rehabilitant, ale przede wszystkim powinni być cisi pomocni przyjaciele – wolontariusze. W naszym Hospicjum Domowym „Empatia” rolę tej bliskiej, zawsze pomocnej osoby przeważnie pełnią pielęgniarki. Długie rozmowy, wsparcie, czasem zakupienie leków czy po prostu wyłączenie rodziny choć na chwilkę to niewiele kosztuje, ale bardzo dużo znaczy.

Z czego to wynika, że brak jest typowego wolontariatu w domu chorej osoby? Często z braku zaufania – trudno jest wpuścić do domu osobę obcą nie reprezentującą personelu medycznego, ale też z wielkiej chęci rodzin wypełniania wszelkich powinności wobec bliskiej osoby przez jej rodzinę. Problem leży też w odległościach – czasem do pacjenta dojeżdża się kilkadziesiąt kilometrów, ale też braku osób chętnych podjęcia się tego trudnego i odpowiedzialnego zadania.

Wolontariuszy akcyjnych współpracuje z nami wielu i to bardzo cieszy. Najchętniej do pomocy garnie się młodzież z gimnazjów, ale też podstawówek i szkół średnich. Na co dzień współpracujemy z siedemnastoma szkołami, których uczniowie licznie i chętnie biorą udział w akcjach charytatywnych. Jest ich zawsze więcej tam, gdzie mają wsparcie nauczyciela umiającego zmotywować i pokazać zalety pomagania a przede wszystkich mo-

gącego poświęcić młodzieży więcej czasu.

Tak to już jest, że zwłaszcza młodzież trzeba nieustannie motywować, zachęcać oraz pokazywać drogę. Dzieciaki nie zawsze mają w sobie tę śmiałość i odwagę, by podjąć samemu trudniejszy zadanie – potrzebują przewodnika.

Niemniej jednak wolontariat akcyjny w hospicjum, także naszym, odgrywa bardzo ważną rolę. Żadno hospicjum nie jest w stanie utrzymać swej działalności z pieniędzy płaconych przez Narodowy Fundusz Zdrowia: dojazd do pacjentów, leki, środki higieniczne, pielęgnacyjne,



cjum Domowemu „Empatia” istnieć i oferować opiekę na wysokim poziomie.

Sami członkowie stowarzyszenia, czy nawet pracownicy hospicjum nie dali by rady zebrać takich środków. Nas jest 25 osób a wolontariuszy podczas akcji nawet 300! Dzięki temu obecnie jesteśmy w stanie dodatkowo ośmiu osobom (ponad kontrakt z NFZ) zapewnić pomoc hospicjum.

Właśnie dlatego doprowadziliśmy w Garwolinie do powstania Centrum Wolontariatu. Zachęcili nas do tego właśnie wolontariusze – uczniowie garwolińskich szkół. Udało się to z ogromną pomocą Centrum Sportu i Kultury. Chcemy uczyć pokolenia wrażliwości i dać im możliwość pomagania.

Zapraszamy więc wszystkich – i młodych i starszych z okolic Garwolina do kontaktu z Centrum Wolontariatu przy CSiK: e-mail: wolontariat@csik.garwolin.pl, Tel. 504 096 119

Dziś przede wszystkim dziękujemy szkołom z Otwocka, Józefowa, Karczewa, Kołbieli, Osiecka, Miętneho, Garwolina, Woli Rębkowskiej, Woli Władysławowskiej, które z nami współpracują na co dzień pomagając naszym hospicjom. Dziękujemy za to, że dyrektorzy i pedagodzy tych placówek pamiętają o uwrażliwianiu młodych ludzi na potrzeby drugiego człowieka. Razem udaje nam się propagować wolontariat wśród kolejnych pokoleń.



Wolontariusze OTOP podczas kwesty w Parysowie

sprzęt medyczny są opłacane z pieniędzy zebranych przez wolontariuszy. To kwesty, akcje 1% czy inne przedsięwzięcia pozwalają Hospi-

(ANGELIKA WOJTASIEWICZ)

OD UCIA DO DUCHA

O zachowaniu tajemnicy

Pewna kobieta nalegała, aby koleżanka zdradziła jej pewien sekret. Ta błyskotliwie zapytała się:

– Czy umiesz zachować tajemnicę?

A jej oczy aż zaiskrzyły w nadziei, że usłyszy zaraz nową sensację.

– Oczywiście, że potrafię!

Wtedy zapytywana odpowiedziała:

– Wyobraź sobie, że ja też, więc ci nie powiem.

Nie pamiętam, gdzie usłyszałem ten krótki dialog, ale zainspirował mnie do napisania o tajemnicy. Tym bardziej, że żyjemy w świecie, którego mentalność chciałaby wykraść

wszelkie tajemnice, sekrety i sprzedać je w oprawie sensacji, skandalu, newsu.

Istnieją jednak takie relacje, więzi między osobami, których siła wprost zależy od noszonych, powierzonych sobie tajemnic. Taką przestrzenią jest przyjaźń. Przyjaciele przekazują sobie nawzajem takie sekrety, które są tylko dla nich. Ich strzeżenie jest znakiem wierności, zaufania, bliskości. Im większa przyjaźń, tym większe dobro mogą sobie nawzajem powierzyć przyjaciele.

Aby jeszcze wyraźniej to zobaczyć warto odróżnić te dobre sekrety od złych. Wyobraźmy sobie taką sy-

tuację, że kolega najpierw upewnia się czy zachowam w tajemnicy to, co za chwile mi powie. A gdy potwierdzi że tak, mówi: „W gabinecie dyrektora podłożyłem bombę. Wybuchnie za dwie godziny. Tylko nikomu nie mów!”

Czy w takiej sytuacji mam obowiązek zachować ten sekret tylko dla siebie i pozwolić, aby dyrektor wyleciał w powietrze?

To była zła tajemnica, bo nie była związana z dobrem, z miłością. Prawdziwe tajemnice to są te, które niosą w sobie dobro drugiej osoby, jej dobre imię. Zachowuję tajemnicę, bo zależy mi na moim przyjacielu, na tym, co nas łączy. Kiedy dziewczyna się zakocha w chłopaku, często staje się wewnętrznie milcząca, bo nosi go w sercu. Zapytana przez mamę: „Co ci jest?” odpowie: „Nic!”

Na koniec mała anegdota o przesłuchiwanym Włochu. Złapali go niemieccy żołnierze i długo przesłuchiwali. Przeszedł okropne tortury, ale nie zdradził żadnej tajemnicy. Zdesperowani, wypuścili go wolno. Gdy znalazł się wśród swoich, pytali jak to wytrzymał i nic nie powiedział. On na to: Jak miałem powiedzieć skoro miałem związane ręce?

(KS. KAZIMIERZ STASIAK SAC)

„Pola Nadziei”



Kwesta „Pola Nadziei”
w Otwocku

Coś smacznego...

Sernik ze swojego sera

Składniki:

2 l mleka 2%

4 duże (400 ml) śmietany 18%

Cukier waniliowy

8 jaj

1 kostka margaryny lub masła

0,5 szkl. cukru pudru

Duża paczka herbatników

Gaza 1m²

Przygotowanie:

Mleko z cukrem waniliowym zagotować w dużym garnku. Zmiksować jajka ze śmietaną i wlać masę do gotującego mleka. Gotować na małym ogniu aż wytrąci się ser (ok. 40 min.) często mieszając – bardzo uważać, aby nie przypalić!!! Ser odcedzić przez gazę, odcisnąć (nie za mocno, aby nie był zbyt wysuszony) i odstawić do ostygnięcia. Mikserem wymieszać margarynę z cukrem pudrem i stopniowo dodawać ser, aż do powstania jednolitej serowej masy. Jeśli ktoś lubi na

koniec można dodać rodzyнки i wymieszać łyżką.

Gotową masę smarować herbatniki na grubość 1 – 1,5 cm i ustawiać w rzędzie na folii aluminiowej. Na koniec poprawić dokładnie wypełniając masą luki między herbatnikami. Powstaną 2 wagony o długości ok. 40 – 50 cm. Dokładnie zawinąć na ścisło folią i odstawić na godzinę w temperaturze pokojowej, a następnie schłodzić i trzymać w lodówce (zawinięte). Po schłodzeniu kroić na skos.

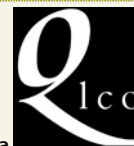
Smacznego!

(A.W.)

Serdeczne podziękowania dla księży proboszczów parafii:

- ♥ Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny w Parysowie
- ♥ Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny w Celestynowie
- ♥ Zesłania Ducha Świętego w Otwocku
- ♥ Świętego Wincentego a Paulo w Otwocku
- ♥ Świętego Wita w Karczewie
- ♥ Matki Bożej Częstochowskiej w Józefowie
- ♥ Niepokalanego Serca Maryi w Otwocku
- ♥ Bł. Ignacego Kłopotowskiego w Otwocku
- ♥ Matki Boskiej Nieustającej Pomocy w Mładzu
- ♥ Matki Bożej Królowej Polski w Otwocku
- ♥ Świętej Teresy od Dzieciątka Jezus w Otwocku
za zgodę na zorganizowanie zbiórek „Pola Nadziei”
przed kościołami.

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



HOSPICJON

Bardzo dziękujemy wszystkim, którzy przekazali 1% podatku na Hospicjum Domowe „Empatia” oraz Hospicjum św. Patryka oraz na działania statutowe OTOP. Pieniądze zaczynają wpływać na nasze konto! Dziękujemy za okazane zaufanie.

Dziękujemy firmie Zakłady Piekarskie „OSKROBA” z Człekówki za przekazanie produktów firmy na spotkanie w Hospicjum św. Patryka.

Serdecznie dziękujemy kierownictwu i pracownikom sklepu TESCO przy ul. Kościuszki w Garwolinie za możliwość przeprowadzenia akcji „Pakujemy dla Hospicjum” oraz za ciepłe przyjęcie naszych wolontariuszy!

W okresie od 1 marca do 31 maja na nasze konto wpłynęło 4 470,00 zł tytułem darowizn. Serdecznie dziękujemy za wsparcie naszych działań statutowych, a w szczególności Hospicjum Domowego „Empatia”.

To było...

- | | |
|--------------|---|
| marzec – maj | „Pola Nadziei”, żonkilowe kwesty, konkurs „Akcja Żonkil” |
| 30 kwietnia | zakończenie kampanii 1% podatku dla hospicjum |
| 23 maja | Międzynarodowa wizyta w Hospicjum św. Patryka |
| 1 czerwca | Dzień Dziecka, sześcioro dzieci osieroconych przez pacjentów Hospicjum Domowego „Empatia” otrzymało upominki w ramach programu „Uśmiech Dziecka na Dzień Dziecka” |
| 9 czerwca | Msza św. za dusze zmarłych pacjentów |
| 9 czerwca | kwesta w Parysowie – ostatnia akcja kończąca kampanię „Pola Nadziei” |

To będzie...

- | | |
|-------------|--|
| 5-6 lipca | zjazd hospicjów podsumowujący ogólnopolską kampanię „Pola Nadziei” – Kraków |
| 1 września | o godz. 9:30 w kościele pw. Zesłania Ducha św. w Otwocku (Pallotyńi) odbędzie się Msza św. za dusze zmarłych pacjentów naszych hospicjów |
| październik | początek kampanii „Hospicjum to też życie”, sadzenie cebulek żonkila w ramach kampanii „Pola Nadziei 2014” |

WYDARZENIA

REPORTAŻ

WIZYTA DZIECI W HOSPICIUM ŚW. PATRYKA

23 maja do Hospicjum św. Patryka zawitali niezwykli goście. Rzadko bowiem można tu zobaczyć dzieci z podstawówek, a tym bardziej z trzech różnych krajów. Nauczyciele i uczniowie Publicznej Szkoły Podstawowej im. A. Mickiewicza w Wildze przywieźli do hospicjum swoich gości, którzy przyjechali z równoległych szkół z Niemiec (Erfurt) i Grecji (Thessaloniki). Chcąc zrobić wspólnie coś dobrego dla innych, postanowili posadzić przed Hospicjum św. Patryka różne rośliny, aby upiększyć otoczenie i sprawić przyjemność pacjentom i ich



rodzinom.

Po wspólnym sadzeniu

pani Jadwiga Stefanowicz – Pielęgniarka

Oddziałowa zaprosiła gości do hospicyjnej świetlicy, gdzie czekał na nich poczęstunek po ciężkiej pracy. Maluchy i ich opiekunowie chętnie wysłuchały kilku słów o hospicjum i idei hospicyjnej a na pamiątkę wizyty otrzymali żółte czapki.

Dziękujemy za ten szczerzy gest tak młodych ludzi!

W miejscu sadzenia na pamiątkę wizyty stanie tabliczka z informacją o terminie i uczestnikach akcji.

(AW)



GAZETKA W ZSR W MIĘTHEM

