

nr 4(27)/2013

informator bezpłatny

HOSPICJON

4

ISSN 1895-9105

Kwartalnik Otwockiego Towarzystwa Opieki Paliatywnej



W NUMERZE

Od Redakcji

Nowy Rok przywitał nas piękną, wiosenną pogodą. Czyżby to miało świadczyć o tym, że będzie dla nas łagodniejszy, przyjemniejszy? Nie wiem, ale myślę, że możemy być spokojni.

Za nami wiele pracy, dużo działań, ale też wymierne jej efekty. Bardzo dziękujemy wszystkim, którzy wspierają nasze cele i pomagają nam nieść nadzieję nieuleczalnie chorym pacjentom. Przyjaciół naszych hospicjów jest coraz więcej, ale też liczba podopiecznych wciąż rośnie.

Z każdym dniem odbieramy coraz więcej telefonów od zrozpaczonych rodzin szukających pomocy. Staramy się bardzo, ale ostatnio w Hospicjum Domowym „Empatia” było naprawdę ciężko. Trzydziestu pacjentów pod opieką (kontrakt tylko na dwudziestu) i ośmiu w kolejce!

Na szczęście jest już spokojniej i NFZ tak nie straszy. Nie jest łatwo powiedzieć choremu, aby na pomoc poczekał, bo nie wiadomo, czy doczeka...

Dlatego właśnie zapraszamy do wsparcia naszego hospicjum poprzez odpisanie 1% podatku podczas rozliczania się z fiskusem.

W Nowym Roku naszym przyjaciołom życzymy przede wszystkim zdrowia, bo ono w życiu jest najważniejsze i oczywiście wielu powodów do radości i uśmiechu!

(REDAKTOR NACZELNA)

Kontakt do redakcji:

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

Hospicjum Domowe

Żona pacjenta Hospicjum Domowego „Empatia”
o spotkaniu z hospicjum już po śmierci męża... 3

OTOP bez tajemnic

Podsumowanie X Ogólnopolskiej Kampanii
„Hospicjum to też życie – Pomóż ukoić ból” .. 4-5

aktualności

Kampania 1% dla hospicjum 5

od ucha do ducha

Pierwszy śnieg 6

ponadto

Coś smacznego 6

Nasze „dobre serdeuszka” 6-7

Wydarzenia 7

Reportaż 8

Rada programowa:

Małgorzata Kobiółka
Zofia Szymańska-Avakumović
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 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.

OTWOCKIE TOWARZYSTWO OPIEKI PALIATYWNEJ

Organizacja Pożytku Publicznego KRS: 0000126492
Ul. Żeromskiego 6, 05-400 Otwock
tel./fax: 22 719 42 80, e-mail:hospicjumotwock@wp.pl

POMÓŻ HOSPICJON PKO BP: 93 1020 1127 0000 1502 0008 6355

Żona pacjenta Hospicjum Domowego „Empatia” o spotkaniu z hospicjum już po śmierci męża...

Od czego się zaczęło? Jaka choroba dotknęła Pani męża?

Mój mąż z powodu różnych dolegliwości leczony był na kręgosłup, lecz nieskutecznie. Objawy się pogłębiały. Gdy zaczął nie wymawiać niektórych wyrazów, nie mógł zapiąć guzików, nie wiedział jak założyć koszulę i coraz częściej się przewracał – skorzystaliśmy z wizyty lekarza rodzinnego, który wezwał karetkę pogotowia. Przewieźli go do Międzylesia na oddział neurologii. Po wykonaniu tomografii komputerowej, okazało się, że to guz, który musi być operowany. Choroba zaatakowała głowę, a stopień zaawansowania guza nie dawał rokona.

Czy już wtedy usłyszała Pani o hospicjum? Jak wyglądało pierwsze spotkanie?

Już wtedy w szpitalu lekarz poinformował nas, że po operacji należy zgłosić męża do hospicjum – powiedział na czym polega taka opieka. Tak też się stało...

Przy pierwszej wizycie pielęgniarki z hospicjum domowego otrzymaliśmy wskazówki jak opiekować się chorym, jak udzielać pomocy przy padaczce. Bardzo rzeczowo, ale też życzliwie. Pani Małgorzata Szwed przyjeżdżała dwa razy w tygodniu. Swoim łagodnym głosem oraz fachową wiedzą wspierała chorego, jak również całą rodzinę.

Jaką rolę odgrywało hospicjum podczas choroby Pani męża?

Dla rodziny to była duża pomoc a chory oczekiwał dnia wizyty

lekarza i pielęgniarki. Pan doktor Bednarczyk przyjeżdżał co tydzień. Przepisywał leki, które częściowo łagodziły cierpienia. Swoim ciepłym i stanowczym głosem podtrzymywał na duchu chorego i całą rodzinę. Nie pozwalał nam na słabości, psychiczne dołki.

Każda choroba niesie za sobą różne problemy: lęk, obawa, niepewność.

Po każdej wizycie pielęgniarki i lekarza problemy te zmniejszały się. Rodzina powoli przyzwyczajała się, że może liczyć zawsze na wsparcie, chociaż często mówili, że ta choroba jest nieuleczalna.

Czy wcześniej, przed chorobą męża, słyszała Pani o hospicjum domowym?

Przed chorobą męża nie słyszałam o hospicjum domowym. Wiedziałałam, że jest hospicjum stacjonarne, do którego nie chciałam oddać męża. Przy rodzinie chory szybciej dochodzi do siebie i czuje się bezpiecznie, bo ma pewność, że zawsze jest ktoś przy nim...

Dziękuję panu doktorowi Dariuszowi Bednarczykowi i pielęgniarce Małgorzacie Szwed za bardzo dobrą opiekę nad moim mężem.

NA PYTANIA ODPOWIEDZIAŁA:
GENOWEFA GAJGIER – SOBIENIE JEZIORY



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

OTOP BEZ TAJEMNIC

Podsumowanie X Ogólnopolskiej Kampanii „Hospicjum to też życie – Pomóż ukoić ból”

Patronat honorowy:

Bogumiła Więckowska Starosta Powiatu Otwockiego, Abp Henryk Hoser

Jesień była wyjątkowo ciepła, a dla nas gorąca i nie udało się ostudzić naszego zapału nawet szalejącemu przez kilka dni orkanowi.

Właściwie kampanię rozpoczęliśmy już 11 października trzydniowym „**Pakowaniem dla hospicjum**” (2501,34 zł) oraz lekcjami o wolontariacie i hospicjum w szkołach m.in. w Otwocku i Józefowie. Październik szybko uciekał zwłaszcza, że to także czas sadzenia cebulek na żonkilową wiosenną akcję. Telefony dzwoniły zarówno u nas jak i w Hospicjum Domowym „Empatia”, gdzie utworzyła się kolejka oczekujących na pomoc pacjentów. Motywowało nas to do pracy, bo bardzo zależało nam, aby wszystkim zapewnić odpowiednio szybko wsparcie hospicjum.

W dn. 31.10 – 02.11.2013 r. odbyły się coroczne **zbiórki przedcmentarzami** w Otwocku, Karczewie, Józefowie i Kołbieli, w których udział wzięło ponad 200 wolontariuszy. Starostwo Powiatu Otwockiego wsparło nas poprzez zakup koszulek dla wolontariuszy wraz z nadrukami za kwotę 1760,38 zł. Wynik zbiorów przerósł nasze oczekiwania i wyniósł 29931,83 zł.

Ale w listopadzie odbyła się także najpiękniejsza tegoroczna akcja – **Akcja „Miś”**. Otóż chętne kluby wolontariuszy z zaprzyjaźnionych szkół zdobywały własnymi siłami fundusze, za które kupowały po jednym pluszowym misiu. Sześć przekazanych misiaków – przytulaków trafiło do Zuzi, Kuby, Karoliny, Natalki, Przemka i Amelki – dzieci osieroconych, natomiast trzy do małych dzieci ówczesnego pacjenta Hospicjum Domowego „Empatia”.

28 listopada w związku ze zbliżającym się Międzynarodowym Dniem Wolontariusza, w ramach trwającej kampanii zorganizowaliśmy spotkanie „**X Kampania**” na które zaprosiliśmy wolontariuszy, współpracujące z nami szkoły oraz przyjaciół, którzy razem z nami posłuchali i obejrze-
li prezentację o problemach dzieci osieroconych. W programie nie zabrakło także podziękowań oraz występów – tym razem zaśpiewali niezwykle utalentowani wolontariusze Centrum Wolontariatu w Garwolinie. Wspaniały poczęstunek wraz z obsługą kończący tą uroczystość przygotowali dla nas uczniowie Zespołu Szkół Ekonomiczno – Gastronomicz-



nych w Otwocku wraz z opiekunami.

Grudzień rozpoczął się nie mniej pracowicie, bo już w pierwszą sobotę odbył się kiermasz ozdób świątecznych (330,01 zł) zorganizowany przez Centrum Wolontariatu w Garwolinie podczas Garwolińskiego Dnia Wolontariusza – wtedy właśnie kończył swe szaleństwo Ksawery. A już dnia następnego wolontariusze z Gimnazjum nr 2 oraz Szkoły Podstawowej nr 12 w Otwocku rozprawdzali ozdoby choinkowe przed kościołem pw. Zesłania Ducha Świętego w Otwocku (2717,86 zł).



fot. M. Konowrocki



fot. M. Konowrocki

Następnie już w kolejny weekend w dn. 13-15 grudnia kolejny raz wolontariusze pakowali zakupy klientom w sklepie TESCO przy ul. Kościuszki w Garwolinie – tym razem w ramach akcji „Pakujemy dla hospicjum i dzieci osieroconych” (2771,65 zł). 15 grudnia w niedzielę odbyła się także zbiórka przed kościołem pw. Wszystkich Świętych w Sobieniach Jeziory (2032,97 zł).

Do świąt zostało nam osiem dni na zrealizowanie marzeń dzieciaków będących pod opieką Funduszu Dzieci Osieroconych OTOP. Piłka, gra, rolki, samochód sterowany... Marzeń nie było dużo, ale szczególnie dwa chcieliśmy zrealizować szybko. Natalka i Przemek prosili o kurtki, czapki, szaliki, rękawiczki, spodnie itd... Udało się! Dzieciaki otrzymały prezenty na czas. W spełnianiu marzeń pomogli nam wolontariusze Gimnazjum nr 2 w Otwocku, Gimnazjum nr 1 Józefowie oraz Gimnazjum w Karczewie. Do Natalki i Przemka trafiły ubrania, a do trzech rodzin świąteczne paczki.

W międzyczasie, dzięki pani Grażynie i jej wolontariuszom odbył się także kiermasz w Gimnazjum im. B. Prusa w Karczewie (462,70).

Podczas tej obfitej w różnorakie działania jesiennej kampanii zebraliśmy 39 551,15 zł, ale też doświadczyliśmy wielu miłych gestów i przekonaliśmy się jak wielu ludziom bliskie sercu jest hospicjum. Dziękujemy wszystkim za wsparcie naszej organizacji! Przede wszystkim wolontariuszom poświęcającym bezinteresownie swój czas i energię oraz ich opiekunom wytrwale budującym w sercach młodych ludzi wrażliwość na drugiego człowieka. Dziękujemy Wam kochani za misie i pamięć o naszych dzieciach, za piękne ozdoby choinkowe i to marznięcie na wietrze z puszką w ręku! Dziękujemy, że jesteście i nas wspieracie, dodajecie otuchy i energii na kolejne akcje!

(AW)

Kampania 1% dla hospicjum

Tak to już ogólnie ustalono, że między 1 stycznia a 30 kwietnia podatnicy rozliczają się z fiskusem. Wszystkie organizacje pożytku publicznego w tym czasie ubiegają się o jednoprocентовy odpis podatku każdego z nas. Tych organizacji jest całe mnóstwo, jeszcze więcej osób, które potrzebują pomocy. Dlaczego właśnie OTOP? Dlaczego warto pomóc Hospicjum? Warto pomagać zawsze i wszędzie! Warto pomagać każdej dobrej inicjatywie!

Do każdego z nas należy decyzja którą organizację wybrać. My możemy jedynie powiedzieć czym się zajmujemy i na co chcielibyśmy przeznaczyć pieniądze zebrane z 1 % podatku. Nasze cele to niezmiennie:

Dalsze **współfinansowanie Hospicjum Domowego „Empatia”** poprzez zakup leków, środków opatrunkowych, higienicznych, pielęgnacyjnych, sprzętu medycznego (brakuje nam dwóch specjalistycznych łóżek), zapewnianie dojazdu do pacjenta i innych usług wspierających opiekę nad nieuleczalnie chorymi.

Wspieranie Hospicjum św. Patryka w Otwocku – poprawa jakości życia chorych, zakup sprzętu medycznego, TV oraz środków higienicznych, medycznych i pielęgnacyjnych.

Pomoc dzieciom osieroconym – wsparcie obecnością, pomoc w nauce (zajęcia dodatkowe, wyprawki szkolne), prezenty gwiazdkowe, wyrównywanie ich szans wśród rówie-

śników oraz pomoc psychologiczna i społeczna.

Propagowanie idei wolontariatu wśród młodzieży – dalsze prowadzenie lekcji o wolontariacie i współpraca ze szkołami, dalsza współpraca i wsparcie Centrum Wolontariatu w Garwolinie, szkolenia wolontariuszy

Pomoc rodzinom pacjentów – wsparcie psychologiczne, pomoc po stracie, wsparcie rzeczowe podczas pełnienia opieki (środki medyczne, leki) oraz pomoc w trudnej sytuacji materialnej.

Rozliczając się z urzędem skarbowym pamiętaj, że hospicjum opiekuje się osobami nieuleczalnie chorymi na nowotwory. Pomoc, ulgę w cierpieniu i godne życie trzeba zapewnić choremu jak najszybciej! Choroba nowotworowa powoduje cierpienie całej rodziny bez względu na to czy chore jest dziecko, osoba dorosła czy starsza! Pomóż nam pomagać!

(A.W.)

OD UCHA DO DUCHA

Pierwszy śnieg

Od rana przez prostokąt mojego okna obserwuję chaotyczny ruch niezliczonych śnieżynek. Czy to nie za wcześniej na pierwszy śnieg? Czy to nie za późno na pierwszy śnieg? Niezliczone myśli biegają bezsensownie po głowie, próbują dogonić ten nieustanny ruch. Wiatr hula, targa za czupryny zdziwione sosny.

Ten lokalny chaos wpisuje się w globalny kosmos – porządek. Niebo zsyła dziś na ziemię swoją biel, choć dziwne, że nie padają błękitne płatki przesiąknięte atramentem nieba. Cisza grudniowego poranka oddycha jeszcze nocną mgłą prześwieconą srebrem księżycowych promieni. Chwila po chwili świat sta-

je się najpierw czarno-biały, potem biało-czarny, by wreszcie przywdziać szaty królowej zimy. Pierwsze zimowe przymiarki zwiastują styczniowe światy ze szronem na krzaku dzikiej róży, ze skrzieniem się promieni na igłach uśpionych świerków, z czerwienią porannych chmur uciekających przed wschodem. Na świeżym śniegu pierwsze ślady nocnego stróża, który zaspany wraca na pamięć do domu.

Zima mnie w tym roku chyba nie zaskoczy. Niech się wydłużają dni, niech zwycięża światło nad długimi nocami, niech zewsząd ogarnia nas blask Bożego Narodzenia, niech przybywa w Nowym Roku 2014 nadziei, której nie da się rozmiąć na drobne.

(KS. KAZIMIERZ STASIAK SAC)

Kończąc X kampanię „Hospicjum to też życie” dziękujemy serdecznie Pani Bogumile Więckowskiej Staroście Powiatu Otwockiego za objęcie Patronatem honorowym naszej akcji oraz Zarządowi Starostwa Powiatowego za wsparcie finansowe w wysokości 1 760,38 zł na zakup 80 koszulek dla wolontariuszy.

W okresie od 01 października do 31 grudnia na konto OTOP wpłynęło 8 354,85 zł tytułem darowizn na różne cele statutowe. Serdecznie wszystkim ofiarodawcom dziękujemy!

Bardzo dziękujemy dyrekcji, pracownikom oraz uczniom Zespołu Szkół Ekonomiczno – Gastronomicznych im. Stanisława Staszica w Otwocku za przygotowanie wspaniałego poczęstunku oraz obsługę podczas spotkania organizowanego z okazji Międzynarodowego Dnia Wolontariusza „X Kampania” w dn. 28 listopada 2013 r.

Serdecznie dziękujemy ks. Krzysztofowi Wojdzie Proboszczowi Parafii Zesłania Ducha Świętego w Otwocku za wielką życzliwość i wsparcie naszej działalności.

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



HOSPICJON

Coś smacznego...

Bomba witaminowa

– porcja 3-4 osoby ok. 1 litr

Znając zdrowotne właściwości lnu, postanowiłam przedstawić odżywczą i niezwykle nawilżającą formułę koktajlu, który warto wypić co rano, by poprawić własne samopoczucie i zadbać o zdrowie – wypróbowane na sobie!

Składniki:

Pół lub 1/3 avocado (zależnie od wielkości)

2 dojrzałe banany
1 małe lub 1/2 dużego kiwi
1 łyżka siekanej natki pietruszki
1/2 jabłka lub kawałek mango
2 czubate łyżki siemienia lnianego mielonego
2 łyżki naturalnego oleju lnianego
Dla lubiących na słodko – łyżka miodu naturalnego
2-3 szkl. wody

Przygotowanie:

Mielone siemię parzymy w 1 szkl. wrzątku i zostawiamy do ostygnięcia. Owoce myjemy obieramy, kroimy i wrzucamy do miksera, dolewa-

my olej, wystudzone siemię, natkę pietruszki (ew. miód) dolewamy wodę – tyle ile uważamy (mniej jak ma być gęste, więcej jak rzadsze). Całość dobrze miksujemy. Wlewamy do szklanek i podajemy ze słomką. Napój jest smaczny i pożywny. Może zastąpić śniadanie. Oczywiście można go modyfikować dodając owoce sezonowe (truskawki, jagody itp.). Nie radzę rezygnować z avocado, które dodaje uczucia świeżości. Przygotowanie trwa ok 5-10 min.

Smacznego

(STOKROTKA)

Serdecznie dziękujemy Prezesowi WSH „Fala” w Warszawie – Falenicy za umożliwienie zbierania funduszy poprzez skarbonę stacjonarną. Udało się zebrać 2 257,36 zł dla hospicjów. Dziękujemy wszystkim ofiarodawcom!

Dziękujemy wolontariuszom Publicznego Gimnazjum im. Jana Pawła II w Woli Rębkowskiej za przekazanie 115 zł na rzecz dzieci osieroconych.

Dziękujemy wolontariuszom i ich opiekunom w SP im. A. Mickiewicza w Wildze za zorganizowanie kiermaszu zabawek i przekazanie zebranych funduszy – 720,86 zł – na cele OTOP.

Bardzo dziękujemy Pani Grażynie Trzaskowskiej oraz wolontariuszom za zorganizowanie kiermaszu ozdób świątecznych w Gimnazjum im. Bolesława Prusa w Karczewie. Zebrano 462,76 zł.

Bardzo dziękujemy ks. Andrzejowi Jaczewskiemu Proboszczowi Parafii pw. Wszystkich Świętych w Sobieniach Jeziory za umożliwienie przeprowadzenia zbiórki oraz parafianom za hojność. W dn. 15 grudnia zebrano 2 032,97 zł dla Hospicjum Domowego „Empatia”.

Bardzo dziękujemy Fundacji im. dr. M. Kantona za przekazanie 2 500 zł na zakup koncentratora tlenu!

Dziękujemy firmie Zakłady Piekarskie „OSROBA” w Człkówce za przekazanie ciasteczek dla naszych wolontariuszy! Jesteśmy wdzięczni za wsparcie!

Bardzo serdecznie dziękujemy panu Mirosławowi Przywózkemu właścicielowi firmy ACAD z Józefowa za wydrukowanie pięknych folderów.

Serdecznie i z całego serca dziękujemy Pani Genowefie Gajgier z Sobień Jeziory za nieustające wsparcie oraz zorganizowanie zbiórki przed kościołem pw. Wszystkich Świętych.

To było...

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 28 listopada 7 grudnia 8 grudnia 13-15 grudnia 15 grudnia 16-20 grudnia | <ul style="list-style-type: none"> spotkanie „X Kampania” organizowane przez OTOP w ramach X Ogólnopolskiej Kampanii „Hospicjum to też życie – Pomóż ukoić ból” z okazji Międzynarodowego Dnia Wolontariusza kiermasz ozdób świątecznych w Garwolinie podczas Garwolińskiego Dnia Wolontariusza organizowany przez Centrum Wolontariatu w Garwolinie kiermasz ozdób świątecznych przed kościołem pw. Zesłania Ducha Świętego w Otwocku akcja „Pakujemy dla hospicjum i dzieci osieroconych” w TESCO w Garwolinie kwesta przed kościołem pw. Wszystkich Świętych w Sobieniach Jeziory zakupiliśmy i przekazaliśmy dzieciom osieroconym prezenty gwiazdkowe oraz paczki świąteczne |
|--|--|

To będzie...

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> Styczeń – kwiecień 11 lutego marzec 30 marca | <ul style="list-style-type: none"> kampania 1% podatku dla hospicjum Światowy Dzień Chorego początek kampanii „Pola Nadziei” o godz. 9:30 odbędzie się Msza Święta za dusze zmarłych pacjentów hospicjów w kościele pw. Zesłania Ducha Świętego w Otwocku, ul. Żeromskiego 6 (Pallotyń). Serdecznie zapraszamy! |
|---|---|

WYDARZENIA

NIEWAŻNE ILE MAJĄ LAT... CZEKAJĄ NA TWOJĄ POMOC!

By godnie przeżyć ostatnie dni...



Hospicjum Domowe „Empatia”
pomaga nieuleczalnie chorym na raka
oraz ich rodzinom.

1% KRS 0000 126492



REPORTAŻ



Zbiórka 1 XI w Otwocku



O wolontariacie w Gimnazjum w Józefowie



Kiermasz ozdób świątecznych „Garwoliński Dzień
Wolontariusza”



13-15 XII „Pakujemy dla hospicjum i dzieci osieroconych”
w TESCO w Garwolinie