# Hospicjum to też Życie

KWARTALNIK HOSPICYJNY 2014 (40)4 ISSN 1896–8678

**Życie** na chwilę

Nasz człowiek
**na Antarktydzie**

O żałobie,
**która się nie kończy**

Pracownik
**do zadań specjalnych**

Partner wydania

GALERIA BAŁTYCKA
MODNE CENTRUM MIASTA

**Drodzy Chorzy z Opiekunami Rodzinnymi, Wolontariusze i Pracownicy opieki paliatywno-hospicyjnej, a także Przyjaciele i Darczyńcy opieki nad osobami u kresu życia**

Radosne Święta Narodzenia Pańskiego i Nowy Rok są kolejną okazją do złożenia Wam wszystkim życzeń, a tym, którzy towarzyszą chorym w ich cierpieniu – przekazania słów podziękowania za trudy pracy opiekuńczej oraz jej wspieranie.

Papież Franciszek w ramach obchodów tegorocznego Dnia Chorego przypomniał, iż Kościół w każdym chorym dostrzega szczególną obecność cierpiącego Chrystusa. Dla wszystkich cierpiących posiadających łaskę wiary to przypomnienie może napełnić nadzieją i odwagą. Nadzieją – ponieważ w Bożym zamyśle miłości również noc boleści otwiera się na światło paschalne, i odwagą – by wszelkim przeciwnościom stawić czoło razem z Nim.

Dla osób niewierzących i poszukujących wsparcia u kresu życia oraz ich bliskich nadzieję przynoszą dzielone przez wszystkich wartości humanizmu i przekonanie o powszechności potrzeb duchowych każdego człowieka, niezależnie od religii, kultury czy światopoglądu. Wiedzą o tym zarówno pracownicy, jak i wolontariusze hospicyjni, włączając element duchowej troski w opiekę nad każdym chorym i jego bliskimi. Te dobre praktyki zespołowej opieki są już przenoszone z hospicjów do opieki długoterminowej w domach oraz w instytucjach ochrony zdrowia i pomocy społecznej. Coraz powszechniejsza staje się również świadomość ogromnej pracy wykonywanej przez rodziny i innych opiekunów nieformalnych – sąsiadów, członków wspólnot parafialnych, przyjaciół i wolontariuszy, zwłaszcza w opiece domowej.

Papież Franciszek poleca wstawiennictwu Maryi, Matki Jezusa, osoby chore i te, które się nimi opiekują. Za przykładem Biskupa Rzymu składam najlepsze świąteczne i noworoczne życzenia wszystkim, chorym, ich rodzinom, a także pracownikom i wolontariuszom instytucjonalnej i domowej opieki. Do grupy troszczących się o osoby cierpiące dołączam przyjaciół opieki paliatywno-hospicyjnej i wszystkich darczyńców, którzy poprzez swoje zaangażowanie finansowe i organizacyjne czynią opiekę u kresu życia ważną częścią chrześcijańskiej i ludzkiej powinności.

**Radosnych Świąt Narodzenia Pańskiego i Dobrego Nowego Roku!**

*Ks. Piotr Krakowiak SAC*
*Krajowy Duszpasterz Hospicjów*

# W NUMERZE:

## Z ŻYCIEM NA TY

**2 BARDZO KRÓTKI FILM O ŻYCIU**

Historia Julki, która odeszła, zanim się jeszcze narodziła. O opiece perinatalnej w gdańskim Hospicjum Dutkiewicza

## HOSPICJUM OD ŚRODKA

**5 MAŁE ZWYCIĘSTWA**

Domowe Hospicjum dla Dzieci im. ks. E. Dutkiewicza SAC oczami pracownika socjalnego – przestrzeń wielkich wyzwań i wielkiej miłości

## POROZMAWIAJMY

**8 NIE ZGUBMY NASZYCH DZIECI**

Rozmowa z psychologiem dr Marią Rogiewicz o żałobie, w której przeżywaniu musimy naszym dzieciom pomóc

## WOLONTARIAT

**10 JAK ZOSTAŁEM HOSPICYJNYM WOLONTARIUSZEM?**

Odpowiada Przemek Skokowski – autostopowicz i pomysłodawca wielkiej zbiórki dla najmłodszych podopiecznych Fundacji.

**12 ONI NAM POMAGAJĄ**

Masterlease i Pellowski – dwie gdańskie firmy, które od lat wspierają Hospicjum ks. Dutkiewicza i Fundację Hospicyjną. Ku pokrzepieniu serc i na wzór

## NASZE AKCJE

**13 TUMBO JUŻ POMAGA**

Relacja z konferencji „Zapomniani żałobnicy – o żałobie wśród dzieci i młodzieży", Sopot, 21-22.11.2014

**15 MOC JEST Z NAMI**

W Funduszu Dzieci Osieroconych sezon na akcje trwa nieprzerwanie, ale Tumbo też już pomaga

## KSIĘGARNIA FUNDACJI HOSPICYJNEJ

**16 NAGLE WSZYSTKO STANIE SIĘ NOWE**

„Dziewczynka i drzewo kawek" Riitty Jalonen – książka dla dzieci do poczytania przez dorosłych

*Królu mój, ty śpij, ty śpij, a ja,*
*Królu mój, nie będę dzisiaj spał.*
*Kiedyś tam, będziesz miał dorosłą duszę,*
*Kiedyś tam, kiedyś tam…*
*Ale dzisiaj jesteś mały jak okruszek,*
*Który los rzucił nam.*

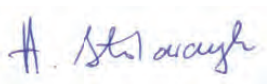
Nadchodzą Święta Bożego Narodzenia i dziecko niejako automatycznie staje się centrum zainteresowania, bo Bóg przychodzi w maleńkim dziecku, by podarować na nowo nadzieję i radość, bo szykujemy prezenty, by ucieszyć naszych bliskich.

Ile marzeń, ile wzruszeń uruchamia świadomość, że oto pojawi się na świecie nowy człowiek, nasze dziecko. Ile bólu, ile żalu rodzi świadomość, że zagości tylko na chwilę i może nie zdąży nas zobaczyć, a jedynie odczuć naszą miłość w rytmie uderzeń serca mamy i usłyszeć jej głos w śpiewie kołysanki.

Co chce usłyszeć i poczuć dziecko, kiedy nagle straci mamę, tatę lub rodzeństwo i cały dotychczasowy świat leży w gruzach? Jak ma go zbudować na nowo?

Dziecko jest w centrum obecnego wydania: wówczas gdy gości na tym świecie bardzo krótko i trzeba bardzo się spieszyć, by okazać mu miłość, i wtedy gdy oczekuje pomocy, by odzyskać poczucie bezpieczeństwa, gdy przeżywa żałobę. Dziecko, jego bliscy i cały sztab ludzi, którzy w bardzo różny sposób starają się pomóc: pracownik socjalny, wolontariusz, psycholog, pracownik fundacji czy święty Mikołaj.

Bóg się rodzi! Wesołych Świąt!



Alicja Stolarczyk
REDAKTOR NACZELNA


FUNDACJA HOSPICYJNA
Hospicjum to też Życie

ISSN 1896-8678

**WYDAWCA**
**Fundacja Hospicyjna**
Organizacja Pożytku Publicznego
KRS 0000201002
80-208 Gdańsk, ul. Chodowieckiego 10
tel./faks: 58 345 90 60
e-mail: redakcja@hospicja.pl
www.hospicja.pl
www.fundacjahospicyjna.pl
Nr konta: 72 1540 1098 2001 5562 4727 0001

**REDAKCJA**
**Redaktor naczelna:** Alicja Stolarczyk
**Sekretarz redakcji:** Magda Małkowska
**Zespół redakcyjny:** Anna Kulka-Dolecka, Agnieszka Król, Jolanta Leśniewska, Danuta Stopieńska, Olga Woźniak, Justyna Ziętek
**Projekt:** Mr. Bloom sp. z o.o.
**Skład:** Jacek Rembowski
**Zdjęcie na okładce:** Arkadiusz Wegner
**Druk:** Drukarnia Via Medica
80-180 Gdańsk, ul. Świętokrzyska 73, www.viamedica.pl

**PRENUMERATA — BEZPŁATNA**
Zadzwoń pod nr 58 345 90 60


Redakcja nie odsyła niezamówionych materiałów i jednocześnie zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian redakcyjnych w nadesłanych tekstach, w tym do ich skracania. Prawo do używania, kopiowania i rozpowszechniania materiałów dostępnych w „Hospicjum to też Życie" wraz z elementami graficznymi możliwe jest po uprzednim uzyskaniu zgody redakcji i jest obwarowane zastrzeżeniami wynikającymi z przepisów prawa autorskiego.

# Bardzo krótki film o życiu

Najczęściej trwa chwilę, tylko by móc się przywitać i pożegnać, chociaż i to jest szczęście nie dla wszystkich. Znaczący odsetek dzieci, u których w życiu płodowym zdiagnozowano poważne wady, rodzi się martwa. Dla nich, kiedy tej opieki jeszcze potrzebują, i dla ich rodziców oraz bliskich już od blisko 2 lat działa przy Hospicjum im. ks. E. Dutkiewicza SAC w Gdańsku Hospicyjna Opieka Perinatalna.

Przy grobie córki

Fot.: Arkadiusz Wegner

Ewelina ma 21 lat, twarz i figurę dziewczynki, ale dojrzałość dużo starszej kobiety. W maju tego roku pochowała swoją córkę, by w sierpniu znowu płakać, bo ona właśnie miała się urodzić. Julka żyła 6 miesięcy… w jej brzuchu. Zmarła, zanim mogła zobaczyć mamę, około 5 dni przed wywoływanym porodem. Rozpacz, totalna bezsilność, próby negacji rzeczywistości – to wszystko było i czasami wraca, ale już wyraźnie ustępując miejsca przekonaniu, że Julka „wydarzyła się" po coś. Pamięć o niej, sprawiając ból, jednocześnie przynosi ukojenie. Rodzice do końca walczyli o swoje dziecko i teraz, tęskniąc każdego dnia, mają szansę dobrze przeżyć żałobę. Na Wszystkich Świętych stanął pomnik – można tam pójść, zapalić świeczkę, przynieść kolejny bukiet różowych kwiatów, a potem przynajmniej próbować żyć bez dziecka. – *Często mam wrażenie, że Julka jest i po swojemu mnie wspiera* – słyszę od Eweliny. Wprawdzie przez łzy, ale się uśmiecha.

**Rodzice do końca walczyli o swoje dziecko i teraz, tęskniąc każdego dnia, mają szansę dobrze przeżyć żałobę.**

A jeszcze rok temu było tak pięknie. O ciąży dowiedziała się na początku grudnia i Święta upłynęły jej z mężem na wyobrażaniu sobie… następnych, już z dzidziusiem. Może tylko za dużo było życzeń „przede wszystkim zdrowia", a może tylko dzisiaj tak się jej wydaje, bo to jest życzeniowy standard, zwłaszcza dla kobiet w ciąży. Pierwsze usg nie wzbudziło żadnego niepokoju, lawinę ruszyło dopiero kolejne, podczas którego dowiedziała się o uszkodzonym sercu dziecka, a jeszcze następne, tym razem w prywatnym gabinecie i za okrągłą sumę, pozbawiło tchu.

**Wysiłek pary czekającej na chore dziecko jest na miarę gigantów.**

## CO, RYCZYSZ?

Tych słów nie zapomni. Owszem, ryczała. Na badaniu była sama i oprócz potwierdzenia niepomyślnej diagnozy kardiologicznej usłyszała też, że dziecko nie ma kości nosowej, za to najprawdopodobniej zespół Downa. Pojawiła się też próba „naprawy" sytuacji i propozycja: „W razie czego możesz się do mnie zgłosić". W razie czego? Co się dzieje z jej córką (bo płeć już ustalono)? Zaczęły się wędrówki po lekarzach i szpitalach, podczas których ponawiano propozycje terminacji ciąży. Dla wszystkich, którzy je składali, było to najrozsądniejsze wyjście z kłopotliwej sytuacji. Julka była problemem, a problemy powinno się usuwać, prawda? A poza tym mama taka młoda…

## TO JEST NASZE DZIECKO

…, a nie żaden problem. Tak myśleli oboje z mężem od pierwszego dnia szczęśliwej wiadomości, że ma się im urodzić. Poza tym kolejne badania były jakby trochę optymistyczniejsze. Wynik kordocentezy wyraźnie wskazywał na brak u Julki jakichkolwiek obciążeń genetycznych. Zbliżała się Wielkanoc i mama Eweliny kupiła malutkie ubranka dla swojej przyszłej wnuczki. Może więc to był tylko jakiś zły sen, a lekarze mało niekompetentni? Od jednego, któremu ufała, dostała skierowanie na wizytę do dr Dangel w Warszawie i znowu jakby powiał cieplejszy wiatr. Wprawdzie okazało się, że jej dziecko ma bardzo ciężką wadę serca, tzw. zespół Epsteina, ale na razie się nierozwijający, i była szansa, że ten stan utrzyma się do porodu. Wszystkie inne

wcześniejsze ustalenia odnośnie do Julkowych braków nie zostały potwierdzone. Na budzącą się wokół wiosnę nakładała się nieśmiała radość. Będzie dobrze?

## PANI DZIECKO UMIERA

Wiedziała, że coś jest nie tak, ale nie potrafiła tego zaakceptować. Jednak następne usg postawiło wszystkich na równe nogi – serduszko Julki zajmowało już całą klatkę piersiową, a ona sama była obrzęknięta. Kolejna wizyta w Warszawie i słowa, których nigdy nie powinna usłyszeć żadna matka. Kiedy zobaczyła, że dr Dangel przychodzi do niej w towarzystwie psychologa, wiedziała, że jest źle. Nie było wątpliwości, że to już koniec, tylko jeszcze nie było dokładnie wiadomo, kiedy. To był ten moment, w którym trafiła pod opiekę HOP-u, czyli Hospicyjnej Opieki Perinatalnej przy gdańskim Hospicjum, a konkretnie jej koordynatorki Beaty Król. To był ten przypadek, kiedy Beata Król, od paru lat koordynująca także pracę Domowego Hospicjum dla Dzieci i z ciężkimi sytuacjami obeznana na co dzień, rozsypała się w drobny mak. – *Byłam świeżo upieczoną podwójną babcią i z sytuacją Eweliny nie mogłam sobie emocjonalnie poradzić. Ona musiała urodzić martwe dziecko!*

## PERINATALNA PO ROZGRZEWCE

Pomysł powstania przy Hospicjum ks. Dutkiewicza zespołu specjalistów zajmujących się opieką perinatalną pojawiał się i znikał, by wreszcie zakiełkować ostatecznie podczas konferencji pediatrycznej, zorganizowanej dwa lata temu w październiku w Augustowie. Jeden z paneli, przygotowany przez ośrodek warszawski, poświęcony był właśnie opiece perinatalnej. – *Jasno zdałam sobie wówczas sprawę, że w ofercie gdańskiego ośrodka jest to brakujące ogniwo* – wspomina Beata Król. Po powrocie do Gdańska przygotowania ruszyły pełną parą i już 1 lutego 2013 roku oficjalnie zainaugurowano działalność HOP-u. Pojawiły się ulotki, informatory, głośno było w lokalnych mediach. Tematem zainteresowała się też TVP. Szczególne poruszenie budził film o narodzinach malutkiej Erin w 34. miesiącu życia, opowiadający o szczęściu spędzenia ze swoim ciężko chorym dzieckiem chociaż paru chwil, a udostępniony za zgodą rodziców dziewczynki państwa Warnerów przez pielęgniarkę Tammy Ruiz.

**Opieka zaczyna się od momentu zgłoszenia, a kończy się w chwili, gdy rodzina poczuje się wystarczająco silna.**

Reflektory i flesze szybko zgasły, zostawiając pole szarej codzienności. Zespół, w skład którego weszli psycholodzy, lekarze (ginekolodzy-położnicy i pediatrzy), pielęgniarka, ksiądz oraz pracownik socjalny, czekał w gotowości, ale zgłoszenia były sporadyczne. Najczęściej telefoniczne, wyraźnie podszyte strachem i niepewnością, jakiej właściwie pomocy można się spodziewać. Czy można jeszcze uleczyć dziecko? Pierwsza mama zadzwoniła 13 lutego, w Walentynki…

Czasami tylko dzwonią, bywa, że kilka razy. To też jest ważne, bo nie trafiają na infolinię, tylko od razu do osoby, która będzie w stanie coś poradzić. Inne decydują się na spotkanie, a jeśli mieszkają na terenie

Fot.: Arkadiusz Wegner

Julka ma tylko takie zdjęcia

województwa pomorskiego, osoba z zespołu, której potrzebują, może do nich dojechać. – *Wiemy, że niektóre z pacjentek decydują się na aborcję, ale nie jesteśmy Św. Inkwizycją i nie naciskamy. Mamy w zwyczaju wysyłać tylko jeden przypominający SMS, że jesteśmy* – zaznacza Beata Król.

Podobne podejście ma Dominika Babińska, psycholog od początku zaangażowany w opiekę perinatalną, która uważa, że wysiłek pary czekającej na chore dziecko jest na miarę gigantów. Koniecznie trzeba go docenić i w żadnym wypadku nie potępiać podjętych decyzji. Wspomina parę, która utraciła kiedyś dziecko z powodów naturalnych. Nigdy nie mówili o nim jako o osobie, a opowiadali jedynie o utraconej ciąży. Ten mechanizm obronny trzeba szybko dostrzec i trzeba uszanować.

Niektóre kobiety przychodzą same, inne z partnerem. Jedne są w trakcie ciąży, inne już po porodzie i pogrzebie. W czerwcu zadzwoniła mama, której dziecko jeszcze w życiu płodowym miało operację z powodu rozszczepu kręgosłupa. Aktualnie rozwija się i nie potrzebuje opieki hospicyjnej, natomiast

Fot.: Sylwester Ciszek

Trzon gdańskiego zespołu HOP, od lewej: Karolina Pawłowska, Beata Król, Dominika Babińska

konieczna jest bardzo intensywna rehabilitacja i starają się ją mu w maksymalnym stopniu zapewnić. Kiedy okazało się, że jedna z pacjentek jest z Elbląga, Beata Król spotykała się z nią w hotelu, jeżdżąc tam do swojej szkoły. Jedna z pań poprosiła o konsultację z genetykiem, by móc zaplanować kolejne potomstwo.

**Żałoba przechodzona jest tutaj jeszcze za życia dziecka, bo opłakuje się utraconą radość.**

Ostatnio do zespołu dołączyła również położna, która może mamom opowiedzieć o porodzie i odpowiedzieć na wszystkie pytania dotyczące okresu okołoporodowego. O uczęszczaniu do szkoły rodzenia nie ma przecież mowy.

Ważną rolę w Hospicyjnej Opiece Perinatalnej odgrywa również pracownik socjalny. Przyszłych rodziców powinno się należycie przygotować, tak by mogli korzystać ze wszystkich przysługujących im świadczeń. Czasami trzeba poprowadzić ich niemal za rękę. Muszą pamiętać o szybkim wyrobieniu peselu, błyskawicznie załatwić orzeczenie o niepełnosprawności, złożyć podanie o zasiłek itd. Nie ma w tym nic z medycyny, ale ogromnie dużo z życiowej zaradności.

Do tej pory w HOP-ie pomogli (lub wciąż pomagają) kilkunastu kobietom oczekującym bardzo ciężko chorego dziecka. Opieka zaczyna się od momentu zgłoszenia, a kończy się w chwili, gdy rodzina poczuje się wystarczająco silna. Każdy przypadek był inny i chociaż jako zespół zbierają doświadczenia, wiadomo, że nie obrosną nigdy w piórka. Tutaj co historia to tak wielkie emocje, że o rutynie nie ma mowy.

Fot.: Arkadiusz Wegner

Bardzo długi film o tęsknocie

## NA KOZETCE

Niekoniecznie na kozetce, chociaż z nią kojarzą się seanse u psychologa. Dominika Babińska pamięta, z jaką obawą szła na pierwsze spotkanie z pacjentką HOP-u. Kilkunastoletnie doświadczenie zawodowe, w tym współpraca z Domowym Hospicjum dla Dzieci, nie zdało się na wiele. Nie wiedziała, czego może się spodziewać, w jakiej formie zastanie swoją pacjentkę – wciąż w ciąży, ale już z podpisanym wyrokiem na dziecko. Zaskoczył ją spokój i konkretny charakter rozmowy. Przyszła mama o swoich emocjach mówiła bardzo racjonalnie, nie płakała. – *Moim pierwszym zadaniem podczas spotkań w ramach opieki perinatalnej* – opowiada Dominika Babińska – *jest jak najszybsze wejście w sposób myślenia osoby, z którą rozmawiam, a potem delikatna przebudowa jej perspektywy i wskazanie pozytywów płynących z tej trudnej sytuacji, takich chociażby jak wzmocnienie relacji rodzinnych.*

Psycholożka widzi też wyraźnie różnice między partnerami w odbiorze tego, co się stało i co się niedługo wydarzy. Kobieta i mężczyzna są prawie zawsze na innych etapach afirmacji faktu, że ich dziecko będzie chore. Zazwyczaj przyszła mama pochłonięta jest analizowaniem sytuacji, a ojciec musi pracować, więc paradoksalnie psychicznie odpoczywa. Przypomnijmy, że owe etapy w dużej mierze pokrywają się z obserwowanymi podczas procesu żałoby. Zazwyczaj najpierw pojawiają się odrzucenie i wyparcie, potem gniew i niezgoda, a następnie targowanie się z Bogiem i złym losem. Wreszcie przychodzi obniżenie napędu do walki i rodzaj akceptacji. Żałoba przechodzona jest tutaj jeszcze za życia dziecka, bo opłakuje się utraconą radość.

Dominika Babińska nie ma wątpliwości: – *Najważniejsze, co można dać tym osobom, to akceptację. Nie mam prawa narzucać swojego światopoglądu, nie mam prawa kazać czegokolwiek czy zrobić czy myśleć, za to mam obowiązek sprawić, by odczuły ulgę, również z powodu „złych" myśli. Tak, to rzeczywiście czasami lepiej, że dziecko umarło.*

## ŻYCIE PO ŚMIERCI

Ewelina nie korzystała z pomocy psychologa. Na razie uważa, że poradzi sobie sama, razem z bliskimi, którzy wspierają ją z całych sił. Chociaż ich stan też jest nienajlepszy. – *Mój mąż śmierć Julki przeżył trzy razy mocniej, zupełnie się rozsypał* – mówi ze łzami, jednocześnie deklarując w przyszłości chęć pomocy innym pacjentkom Perinatalnej. Swoją historię już kilkakrotnie zgodziła się opowiedzieć, w tym również przed kamerą. Ku pokrzepieniu innych zbolałych serc, że po tym doświadczeniu trzeba dalej żyć, a także by dać świadectwo. Przed nią i przed jej rodziną pierwsze Święta bez Julki, a potem całe życie – bardzo długi film o tęsknocie.

*Magda Małkowska*

# Małe zwycięstwa

W hospicjum uświadomiłam sobie, że pewne wojny toczą się niezależnie od naszych wysiłków, niejako poza nami, a niektórych po prostu nie sposób wygrać. I choć brzmi to okrutnie, ta refleksja mnie uspokoiła, obdarzając zarazem determinacją, by nie ustawać w wysiłkach podejmowanych na rzecz małych bitew, które mają szansę być zwycięskie. W końcu to nie wygrana na loterii odpowiada za nasze codzienne szczęście, lecz obecność najbliższych, świadomość bycia kochanym i potrzebnym, docenienie przez drugiego człowieka. Na to możemy mieć już wpływ.

Fot.: Sławomir Lach

Z małym Nikosiem. Najwyraźniej oboje lubimy pomarańczowy...

Dobrze pamiętam swoje początki – przecież minął zaledwie rok, odkąd po raz pierwszy zawitałam do biura Domowego Hospicjum dla Dzieci. Studia na kierunku pracy socjalnej, odbyte na Uniwersytecie Gdańskim, były okazją do poznania wielu ścieżek dalszej kariery, które mogły się stać dla mnie wyzwaniem, oraz środowisk, z którymi mogłabym się identyfikować. Jednak dzięki charyzmie jednego z uniwersyteckich wykładowców, ks. Piotra Krakowiaka, ówczesnego dyrektora Hospicjum im. ks. E. Dutkiewicza SAC, zakiełkowało we mnie nieśmiałe pragnienie stania się częścią tego wyjątkowego miejsca, gdzie mimo dramatycznych okoliczności wciąż toczy się życie. I to jakie! W całej swojej różnorodności i z wielkim dla niego poszanowaniem.

## POCZĄTKI

Siedziba Domowego Hospicjum dla Dzieci zajmuje piętro niewielkiego domku, położonego na tyłach gdańskiego Hospicjum. Kiedy pojawiłam się tam po raz pierwszy, od podłogi po sam sufit wypełnione było świątecznymi prezentami dla małych podopiecznych, które znalazły się tam dzięki życzliwości pracowników zaprzyjaźnionych firm, uczniów i osób prywatnych. Pośród tego kolorowego rozgardiaszu stała Beata Król, koordynatorka Hospicjum dla Dzieci – uśmiechnięta, ciepła i… chyba bardzo szczęśliwa, że właśnie pojawił się potencjalny pomocnik. Wszak przygotowanie wymarzonych prezentów dla hospicyjnych podopiecznych i ich rodzeństwa to ogromna praca, co roku traktowana bardzo priorytetowo przez wszystkich członków społeczności Hospicjum i Fundacji Hospicyjnej.

Trzeba było błyskawicznie wziąć się do pracy. Kolejne tygodnie wypełniły gorączkowe przygotowania wigilijnego spotkania dla rodzin będących pod opieką dziecięcego Hospicjum, które zawsze jest dla każdego uczestnika niezapomnianym przeżyciem. Atmosfera tego spotkania wynagrodziła wszystkie trudy i urzekła prawdziwie domowym duchem, któremu dali się uwieść zarówno mali pacjenci i ich rodziny, jak i pracownicy Hospicjum oraz Fundacji. Był to jeden z pierwszych momentów, kiedy mogłam zaobserwować, jak ważne są aspekty opieki hospicyjnej zupełnie niezwiązane z medycyną. Zaczęłam przeczuwać, że mogę mieć do odegrania rolę istotniejszą, niż myślałam. Z dnia na dzień stałam się członkiem Zespołu Domowego Hospicjum dla Dzieci, obowiązkowo przez duże „Z", cudownie się wspierającego jak żaden na świecie. Szybko dostrzegłam, że mimo nieuniknionych różnic, jest to grupa kompetentnych i oddanych swojej pracy ludzi, których jednoczy wspólny cel, jakim jest ulżenie cierpieniu hospicyjnych podopiecznych i ich rodzin. Także wzajemne wspieranie się zespołu w momentach kryzysu i zwątpienia było i jest tym, co „dodaje skrzydeł" do pracy.

## FRUSTRACJE I WYZWANIA

Początkowo często towarzyszyła mi myśl, że jako pracownik socjalny nie mam zbyt znaczącego wpływu na jakość życia rodzin znajdujących się pod opieką Hospicjum. Przecież nie potrafię ulżyć maluchom w cierpieniu, skierować je na odpowiednie badania, podać leki czy wpłynąć na ich sprawność ruchową. Na szczęście ta frustrująca myśl została z czasem zastąpiona przez rosnącą satysfakcję z wypełniania zadań typowych dla mojego stanowiska. Wystarczyło posłuchać rodziców, którzy z ulgą dziękowali za pomoc w zagmatwanej kwestii urzędniczej, spędzającej im sen z powiek lub przypomnieć sobie radość, wypisaną na twarzy siostry jednego z hospicyjnych pacjentów, która dowiedziała się o wyjeździe na letni obóz, organizowany przez Fundusz Dzieci Osieroconych.

Te ulotne chwile dają siłę, by nie poddawać się nierzadko absurdalnym rozwiązaniom prawnym, z którymi stykają się rodziny chorych dzieci. Niejednokrotnie rzeczywistość może bowiem załamać – według ustawodawców samotna matka z nieuleczalnie chorym dzieckiem powinna móc utrzymać się ze świadczenia w wysokości ok. 1000 zł miesięcznie, zapewniając mu za tę kwotę odpowiednie warunki życia i niezbędne leki. W takiej paradoksalnej sytuacji żyje niemal połowa rodzin znajdujących się pod opieką Domowego Hospicjum dla Dzieci. Jakby tego było mało, źródłem stresu rodziców są także urzędnicy, którym często brakuje empatii i umiejętności komunikacyjnych. Pewnie każdy z nas spotkał się z lekceważeniem lub niedoinformowaniem urzędnika, który nie potrafił wystarczająco jasno wyjaśnić nam sposób poradzenia sobie z daną formalnością. Pewnie niektórzy z nas poddali się, inni walczyli mimo tych trudności. Tu jednak naprzeciw urzędnika stają rodzice w niezwykle trudnej sytuacji emocjonalnej, jaką jest świadomość ciężkiej, nieuleczalnej i prowadzącej do śmierci choroby ich dziecka. Już sam fakt niezawinionego cierpienia syna czy córki jest powodem wielkiej goryczy i nieustającej frustracji. Wtedy nawet niewielkie obiektywnie trudności mogą być przysłowiową kroplą, która przepełni kielich goryczy. To właśnie w tym momencie tak istotna okazuje się „ludzka twarz" urzędnika, szacunek dla drugiej osoby, chęć pomocy. Niestety, kiedy formalności i procedury się mnożą, a potrzebujących wciąż przybywa, priorytetem przestaje być jakość, staje się ilość.

**Ważnym obszarem zainteresowań zawodowych pracownika socjalnego jest ciągłe poszukiwanie sposobów poprawy sytuacji materialnej rodzin hospicyjnych.**

I wtedy przychodzi czas na hospicyjnego pracownika socjalnego, który na chwilę przystanie, poświęci swój czas i wskaże, jak skompletować odpowiednią dokumentację niezbędną dla danej sprawy. Wyjaśni obowiązujące procedury, wesprze poradą. Zadań takich jest wiele, a ich różnorodność nigdy nie pozwala na rutynę, tak jak niepowtarzalni są mali pacjenci Hospicjum i ich rodziny.

Na zawsze w pamięci pozostanie mi wyraz twarzy Kornelii (siostry Mateusza, jednego z naszych hospicyjnych podopiecznych), której mogłam, dzięki fundacyjnej akcji „Kolorowy Piórnik", przekazać wymarzony tornister szkolny. Niby niewiele, lecz takiego zachwytu na twarzy dziecka nie widziałam nigdy wcześniej. Wizyty domowe, oprócz możliwości rozmowy z rodzicem, są także pretekstem do spędzenia czasu z małymi pacjentami i ich rodzeństwem. W nagrodę za poświęcenie im uwagi, mogę otrzymać coś pięknego, jak na przykład promienny uśmiech Maćka, chłopca z dziecięcym porażeniem mózgowym, którego miałam przyjemność poznać podczas jednej z wizyt.

## ŚCIEŻKI POMOCY

Kolejnym obszarem zainteresowań zawodowych hospicyjnego pracownika socjalnego jest ciągłe poszukiwanie sposobów poprawy sytuacji materialnej rodzin hospicyjnych. Potrzeb jest zawsze wiele, ważna więc jest obiektywna ocena możliwości finansowych i odpowiednia pomoc. Oczywiście w pierwszej kolejności wsparcie musi powędrować do najbardziej potrzebujących, ale podjęcie decyzji, komu najpierw pomóc, bywa bardzo trudne. Trzeba nieustannie balansować pomiędzy emocjami a trzeźwym, bezstronnym osądem. Nieraz zdarza się tak, że to właśnie pielęgniarka lub rehabilitantka z Dziecięcego Hospicjum (jako osoby będące najczęściej w domu pacjenta) są pierwszymi, które sygnalizują niedostatki socjalne w domu i proponują konkretne rozwiązania. Jest to więc praca zespołowa, której wyniki są wprost proporcjonalne do stopnia zaangażowania całego zespołu hospicyjnego.

Po rozpoznaniu sytuacji kolejnym etapem jest poszukiwanie źródła pomocy. Tu ze wsparciem przychodzą między innymi popularne portale społecznościowe, a dokładniej ich użytkownicy, którzy zbierają pieniądze lub przekazują niezbędne rzeczy. Świetnie, jeśli wynik przychodzi szybko, jak w przypadku zbiórki środków na pralkę dla podopiecznego Hospicjum, Michałka, którą udało się zakończyć z pozytywnym rezultatem już po kilku godzinach. Zdarza się jednak, że ten sukces jest poprzedzony długotrwałą pracą i wieloma prośbami kierowanymi w różne strony. Jednak

Fot.: Arkadiusz Wegner

Podczas pikniku w Pruszczu Gdańskim. Lubię rozdawać prezenty

najczęściej wysiłek wynagrodzony zostaje z nawiązką, na przykład w postaci pełnych wzruszenia podziękowań samotnej mamy, cieszącej się z tego nowego, sprawnego sprzętu AGD, na który nie byłoby jej stać, a którego obecność w każdym domu wydaje się taka oczywista.

Ostatnimi czasy ważnym obszarem działań pomocowych stał się też portal siepomaga.pl, na którym każda kolejna akcja zbiórkowa była coraz bardziej spektakularna. I zaskakująca, bo trudno spokojnie podejść do informacji, że w ostatnich minutach zbiórki środków na asystor kaszlu dla podopiecznego Domowego Hospicjum dla Dzieci Pawełka anonimowy darczyńca wpłacił całą brakującą wtedy kwotę, tj. ponad 8 000 zł. Naszej radości z tego powodu nie było końca. Cieszą także mniejsze zbiórki, szczególnie na przenośne wersje sprzętu medycznego, które nareszcie pozwalają wyjść dzieciom i ich rodzicom na upragniony spacer i poczuć w ten sposób choć odrobinę wolności.

Fot.: Arkadiusz Wegner

Okołoświąteczne widoki w Hospicjum

## KAŻDY Z NAS JEST FUNDRAISEREM

W swoich działaniach na rzecz pozyskiwania dodatkowych środków dla Hospicjum nie jestem odosobniona. Wręcz przeciwnie, tu każda z osób zaangażowanych w hospicyjne życie, zarówno wolontariusze, jak i pracownicy Hospicjum oraz Fundacji Hospicyjnej, stara się pomóc, korzystając z dostępnych dla siebie zasobów. Z pomocą często przychodzą znajomi, rodzina i… wyobraźnia. Nie jest to więc praca, którą można zostawić w domu pacjenta, na swoim biurku w gabinecie lub holu Hospicjum, to raczej postawa życiowa i sposób myślenia.

## „ROZRYWKOWY" KALENDARZ

Jednym z najważniejszych aspektów działalności pracownika socjalnego w Domowym Hospicjum dla Dzieci jest podtrzymywanie relacji z rodzinami małych pacjentów, tak by miały one świadomość, że zawsze mogą liczyć na pomoc. Ten kontakt, codzienny telefoniczny i podczas odwiedzin domowych, jest podstawą wsparcia. Niekiedy jest to pomoc merytoryczna, ale często także wsparcie psychiczne i stworzenie możliwości „wygadania się", gdy problemy zdają się przytłaczać z każdej strony. Opieka hospicyjna wykracza bowiem daleko poza pomoc czysto medyczną, obwarowaną przepisami i standardami, a jej istotą jest stworzenie atmosfery jak najbliższej domowej, w której poszczególni członkowie hospicyjnej rodziny znają się, ufają sobie i wspierają nawzajem. Stąd tak ważne są spotkania przy różnorakich okazjach rodzin podopiecznych i zespołu hospicyjnego, by w atmosferze wesołej majówki lub warsztatów rękodzieła nawiązać i rozwinąć pozytywne relacje. To kolejne chwile, kiedy można poczuć, że moja praca ma sens i wbrew poglądowi, jaki mają na ten temat urzędnicy NFZ, jest potrzebna. Warto bowiem wspomnieć, że etat pracownika socjalnego nie jest w żadnym stopniu refundowany przez tę instytucję.

**Jednym z najważniejszych aspektów działalności pracownika socjalnego w Domowym Hospicjum dla Dzieci jest podtrzymywanie relacji z rodzinami małych pacjentów.**

Można oczywiście stwierdzić, że organizacja imprez dla chorych dzieci i ich rodzin to mało istotne kwestie, warto jednak przedtem zobaczyć roześmiane twarze naszych gości. W sytuacji gdy stan zdrowia dziecka chorego nie pozwala uczestniczyć mu osobiście w danym wydarzeniu, często jako „przedstawiciel" rodziny pojawia się rodzic, babcia lub dziadek czy rodzeństwo. Każda z tych osób staje się dzięki temu kolejnym członkiem hospicyjnej wspólnoty, stale ją powiększając. Również dzieci, których stan zdrowia na tyle się ustabilizował, że opieka hospicjum domowego przestała być niezbędna, pozostają z nami i stają się naszymi drogimi przyjaciółmi, których z wielką radością witamy na naszych spotkaniach. I choć zmniejszające się kontrakty z NFZ ograniczają liczbę małych pacjentów, którymi możemy się opiekować, na szczęście nie mają wpływu na długoletnie i głębokie relacje ze wszystkimi członkami hospicyjnej społeczności.

## PRZYSZŁOŚĆ

Po głowie wciąż chodzą nam nowe plany, dzięki którym opieka w Domowym Hospicjum dla Dzieci byłaby jeszcze pełniejsza. Jednym z nich jest rozszerzenie współpracy wolontariuszy z dziećmi hospicyjnymi i ich rodzinami w domach. Projekt ten wymaga dużej otwartości i dobrej woli zarówno ze strony osoby pomagającej, jak i rodziny hospicyjnej. Wsparcie wolontariusza może także dotyczyć rodzeństwa dziecka chorego, które potrzebuje wzmożonej uwagi, ciepła i zrozumienia. Chcielibyśmy, by mimo tak wielkiego dramatu, jakim jest nieuleczalna choroba dziecka, rodzina się nie rozpadała i by każdy z jej członków czuł się ważny.

Czasem pomysłów wydaje się zbyt wiele, zarówno pod względem naszych możliwości czasowych i osobowych, jak i finansowych. Staramy się jednak nie zrażać tymi przeciwnościami i każdy, choćby mały sukces, zauważać. Tym większa staje się radość, gdy widzimy, że cała nasza hospicyjna rodzina także to dostrzega i docenia. Tym bardziej cieszę się, że w hospicyjnym zespole odnalazłam swoje miejsce i codziennie mogę dokładać cegiełkę do jego dzieła. I bez cienia przesady mogę powiedzieć, że praca w tym miejscu mieści się w kategoriach spełnionego marzenia. Spełniającego się każdego dnia na nowo.

*Karolina Pawłowska*

*Pracownik socjalny Domowego Hospicjum dla Dzieci im. ks. E. Dutkiewicza SAC w Gdańsku*

Fot.: Olga Woźniak

Dr Maria Rogiewicz

Żałoba jest doświadczeniem powszechnym i niestety często dotyczy też dzieci i nastolatków, których umiejętności radzenia sobie z emocjami są wykształcone w dużo mniejszym stopniu. To przywilej młodego wieku, a dla dorosłych obowiązek, by im pomóc. Z psychologiem dr Marią Rogiewicz o żałobie bez dowodu osobistego rozmawia Magda Małkowska.

# Nie zgubmy naszych dzieci

**Spotykamy się przy okazji konferencji, w której tytule dzieci i młodzież w żałobie określa się jako „zapomniane". Dlaczego?**

Wyobraźmy sobie sytuację, że umiera jedno z rodziców. Dorosły pozostały przy życiu jest pogrążony w swojej żałobie, w tym również w żałobie po wspólnych planach i w żałobie po „byciu rodzicami". Teraz będzie już tylko rodzicem w pojedynkę. Koncentruje się na sobie, i do tego momentu to jest naturalne. Ale jest też dziecko (lub kilkoro dzieci), które przeżywa swoją żałobę, na przykład po mamie. Zaburzony został naturalny porządek, bo oczywiście dziecko powinno chować rodziców, ale nie niepełnoletnie! I wówczas pojawia się niebezpieczeństwo, bo jeśli dziecko jest bardzo grzeczne, można je łatwo zgubić. Myślimy wtedy, a z nami całe otoczenie: „Boże, jakie ono jest cudne…".

**Bo nam nie dokłada zmartwień…**

Tak, a przecież ono też jest w swojej żałobie, tylko że tego nie pokazuje. Tę prawidłowość dorosłym jest bardzo trudno zrozumieć. Dużo lepiej mają dzieci, które uprawiają rebelię. Są wściekłe, złe, gryzą, nie uczą się. Mają kłopoty z pamięcią. Mówią: „zostaw mnie w spokoju", „wyjdź z pokoju i zamknij za sobą drzwi"…

**Dzieci mają cudowną właściwość przechodzenia ze świata swojej żałoby do świata swojego dzieciństwa.**

**Czyli mówią nam, co mamy robić.**

Właśnie, chociaż zdaję sobie sprawę, że to dość bolesny instruktaż i bardzo trudny do zaakceptowania. Jednak dzięki tej złości istnieje jakaś relacja. Z dzieckiem nadmiernie ugrzecznionym jej nie ma, i wówczas powinny nam się w głowie zapalić wszystkie lampki.

**Od jakiegoś czasu w naszej kulturze dzieci są w centrum świata, a tu nagle zostają odepchnięte, usunięte w cień. Musi boleć.**

Oczywiście, bo rodzice w ogóle nie znają obsługi swoich dzieci w żałobie. Ponadto jesteśmy świadkami zmian w obyczajowości i w rytuałach. Nie mieszkamy wielopokoleniowo, nasze dzieci separujemy od śmierci, nawet w rozmowach, bo to dla nich za trudne, a tak naprawdę to trudno jest nam. Nowe rytuały się nie wytworzyły, albo wytworzył się rytuał, żeby nie było rytuałów. Śmierć jest wciąż niewygodna i kompletnie niemedialna. Typowe, że rodzic płacze, ale przed swoim dzieckiem ukrywa te łzy i ich powód. Dziecko nie może zobaczyć słabego rodzica, dostaje instrukcję: „Masz się trzymać, nie mazać. Słabość trzeba ukrywać".

**Czy istnieje różnica w przeżywaniu żałoby przez dzieci i przez dorosłych?**

Jeżeli chodzi o rodzaj emocji, to różnicy nie ma. Natomiast pojmowanie śmierci zmienia się wraz z przybywaniem lat i nawet u dzieci, w zależności od ich wieku, jest różne. Dla małych, 2-4-letnich, to rodzaj snu, po którym kiedyś człowiek się obudzi. U starszych dochodzi myślenie magiczne, odpowiedzialne m.in. za poczucie winy. Dzieci naprawdę czasami sądzą, że swoim zachowaniem zabiły mamę. W efekcie takich myśli pojawia się cały wachlarz zachowań: od agresji, przez płacz, po kłopoty ze snem czy z pamięcią. Dla przeżywania żałoby bardzo ważne jest branie udziału w przygotowaniach do pogrzebu, na przykład przy wyborze trumny, kwiatów czy tworzeniu nekrologu. Istotne dla dziecka są też

wkładane do trumny pamiątki, które mają pomóc zmarłemu na tamtym świecie, a tak naprawdę pomagają osieroconym dzieciom. Śmierć jest dla nich wydarzeniem, które mogą różnym osobom opowiadać tak jak zwykły news.

**U dorosłych niejednokrotnie wzbudza to konsternację.**

Trudno się dziwić, ale dzieci nic nie są tu winne, a już z pewnością nie są nieczułe, jak to interpretują niektórzy. To jest kwestia odmiennego rozumienia pojęć zarówno ciężkiej choroby, jak śmierci. Dzieci mają cudowną właściwość przechodzenia ze świata swojej żałoby do świata swojego dzieciństwa i dlatego, prawie w środku wielkiego płaczu, potrafią się otrzepać i wesoło zapytać o lody. Normalne. A z kolei na tych lodach mogą znowu zacząć płakać itd. To może dezorientować.

**Nastolatki doskonale rozumieją, że zdarzyło się coś nieodwracalnego. Nigdy nie będą mogli się z tym rodzicem pokłócić, ani pogodzić, ani zapytać o drogę.**

**A co z nastolatkami?**

Z nastolatkami jest najgorzej. Dzieciństwo mają już za sobą, ale przecież nie są dorośli. Ich stan można przyrównać do zawieszonego w próżni. Nastolatki doskonale rozumieją, że zdarzyło się coś nieodwracalnego. Nigdy nie będą mogli ani się z tym rodzicem pokłócić, ani pogodzić, ani zapytać o drogę. Pamiętajmy przecież, że nastolatki zwyczajowo wyruszają na wojnę z rodzicami, i to w pełnym rynsztunku. I jak mają się czuć, kiedy nagle zabraknie im jednego „wroga", a drugiemu są zobowiązywani przez otoczenie, by pomagać. Bo są „prawie dorośli". Zewsząd słyszą: „Nie płacz", „Nie dokładaj swojemu tacie". I wtedy można je zgubić.

**Kiedy żałoba się kończy?**

Tak naprawdę to nigdy. Ona jedynie przebiera się w inne jakości. Fale, które nas zalewają, są coraz rzadsze i mają inną treść. Coraz mniej bolą. Dramatyczny czas żałoby trwa od pół roku do 2 lat. Wszystko zależy od głębokości relacji, jej jakości i okoliczności śmierci. Pierwszy rok nazwałabym rodzajem testowania – czy to się da przeżyć. Po kolei obchodzi się rocznice, przerabia się różne sytuacje bez tej osoby. Drugi rok to obserwacja, że się jednak da. Człowiekiem targają skrajne emocje – od takich, że nic się nie stało i może być tak jak dawniej, do tzw. psychicznej demolki, że nic już nie będzie tak jak kiedyś. Od ściany do ściany.

Przebieg żałoby w dużym stopniu zależy też od dziedzictwa w przeżywaniu emocjonalnym. W rodzinie może przecież istnieć szlaban na słabość. Wszyscy mają być silni, a żałoba to jest słabość, odsłanianie podbrzusza.

**A o co cały ten szum, czyli jakie są konsekwencje żałoby źle przeżytej, czy raczej źle przeżywanej w jej początkowym stadium?**

Oczywiście można żałobę zepchnąć, rzucić się w pracę, nie chcieć na ten temat rozmawiać. Ona nas dopadnie i to wtedy, kiedy będziemy w złej kondycji psychofizycznej i zdejmiemy nogę z hamulca. Trzeba opłakać stratę, bo to strata mamy, ale też tego, co było i co mogłoby być. Żałoba może mieć różny wymiar, ale jest konieczna. Uciekanie od niej może się dziecku wydawać jedynym sposobem, kiedy czuje się samotne. Efektem mogą być nagłe zmiany nastroju, konfliktowość i dolegliwości somatyczne. W takiej sytuacji można życzyć, aby zdjęcie nogi z psychicznego hamulca wydarzyło się jak najszybciej i w jak najlepszych warunkach.

**Jaki jest złoty standard postępowania z dzieckiem żałobie? Najlepiej minimalistyczny, bo najbliższe otoczenie również ją przeżywa.**

Dorośli mają nielekko i mają pecha, bo są… dorośli. Muszą pamiętać, że ich dziecko jest też w żałobie i powinni zabezpieczyć sobie jakieś wsparcie. Również dla swojego dziecka, ale pod warunkiem że ono wyrazi na to zgodę. Córka mojej przyjaciółki absolutnie nie życzyła sobie rozmawiać na temat zmarłego taty z kimkolwiek poza mamą, przy czym z nią też nie rozmawiała. Otworzyła się dopiero w rocznicę jego śmierci Nie umiała potem tego wytłumaczyć, ale najwyraźniej tak czuła się bezpieczna.

**Żałoba może mieć różny wymiar, ale jest konieczna.**

Najprostszym wsparciem jest czasami tylko słuchanie, czasami wspólne milczenie czy przytulenie. Nie wypierajmy się płaczu, jeżeli dziecko nas na nim przyłapie. Może właśnie wtedy uda się spotkać? Może wspólny płacz i nam coś pomoże? I koniecznie pamiętajmy, by – zwłaszcza nastolatkowi – pozwolić wychodzić ze swojej słabości z twarzą. Nam ją okazywać jest dużo łatwiej.

**Dziękuję za rozmowę.**

Fundacja Hospicyjna serdecznie dziękuje sponsorom koncertu „Głosy dla Hospicjów" 2014: sponsorowi strategicznemu Grupie Energa SA oraz firmie Saur Neptun Gdańsk SA.

Energa

SNG

Fot.: Arkadiusz Wegner

Wyprawę czas zacząć

# Jak zostałem hospicyjnym wolontariuszem?

17 października w swoją kolejną podróż po świecie wyruszył Przemek Skokowski, świeżo upieczony magister zarządzania i ekonomii, a w środowisku obieżyświatów znany bloger i autor bestsellera „Autostopem przez życie". Podróże kształcą, dają fun i nowe znajomości, ale w tym wypadku są również sposobem na pomoc innym. Celem wędrówki Przemka jest nie tylko Antarktyda, którą umieścił na kartonie, wzbudzając sensację na rozjeździe dróg w Szadółkach pod Gdańskiem, ale przede wszystkim konkretne wsparcie Domowego Hospicjum dla Dzieci im. ks. E. Dutkiewicza SAC oraz Funduszu Dzieci Osieroconych. W ostatnią noc przed startem Przemek przysłał do redakcji tekst, w którym opowiada o swoich wcześniejszych wyprawach i pomyśle na najbliższą.

Pytanie „Od kiedy jestem wolontariuszem?" słyszę dość często. Tak naprawdę to ostatni raz byłem nim mając 16 lat. Wtedy, będąc jeszcze młodym chłopakiem w tzw. ciężkim okresie, chwytałem każdą okazję, żeby tylko dostać dodatkowe punkty na świadectwie i jakimś cudem załapać się do wymarzonego liceum. Do Fundacji Hospicyjnej przyszedłem pełen nadziei na nie wiadomo jakie heroiczne prace, a skończyło się na kilkudniowym przenoszeniu kartonów, wypisywaniu kopert i segregowaniu ton papierów. Nie oszukujmy się, byłem wtedy zwyczajnie rozczarowany i czułem się wykorzystany. Być może zadecydował o tym mój charakter, być może dorastanie, a być może tysiące innych rzeczy, z powodu których po uzyskaniu zaświadczenia o 24 godzinach wolontariatu, Fundacja i Hospicjum pozostały jedynie mglistym wspomnieniem, do którego nie wracałem zbyt często. Aż do lipca tego roku, kiedy to starszy i bogatszy w doświadczenia zadzwoniłem do Fundacji Hospicyjnej i powiedziałem: „Chcę pomóc".

## PIERWSZE PODRÓŻE, PIERWSZE DOŚWIADCZENIA

Od mojej pierwszej styczności z hospicjum aż do dnia dzisiejszego minęło przeszło osiem lat. Z tych ośmiu lat ostatnie pięć podróżowałem. Nie brałem udziału w żadnych ekspedycjach, odkrywaniu nowych szlaków w amazońskich dżunglach ani nie wspinałem się na niezdobyte szczyty. Podróżowałem w sposób dostępny dla każdego – autostopem. Na początku po starym kontynencie. Nieopierzony chłopak z mlekiem pod nosem uczył się zaradności, wędrując po południowej Europie, gdzie szukał odpowiedzi na swoje wątpliwości w Medjugorie i w Lourdes. Później przyszedł czas na nieco dalsze wyprawy. Najpierw autostopem do Iranu, przez Ukrainę (już teraz Krym), górny Kaukaz, Gruzję i Azerbejdżan. W trakcie tej podróży spotkanym ludziom zadawałem trzy pytania: „Czym jest dla Ciebie miłość?", „Jaką masz definicję szczęścia" oraz „Jakie masz marzenia?". Sam projekt, jak można się domyśleć, nazwałem „Miłość, szczęście i marzenia". Tak naprawdę był to pierwszy moment w moim życiu, kiedy zacząłem z ludźmi ROZMAWIAĆ i ich SŁUCHAĆ. Specjalnie napisałem z dużej litery, bo pierwszy raz tak prawdziwie o uczuciach, o życiu i o marzeniach zdarzyło mi się rozmawiać właśnie wtedy. Bez pośpiechu, bez oceniania i bycia ocenianym, przede wszystkim szczerze.

Zadałem trzy proste pytania dziesiątkom osób i uzyskałem na nie dziesiątki odpowiedzi. Nie zawsze prostych, nie zawsze oryginalnych, ale sprowadzających się do jednego wniosku, że każda z tych trzech rzeczy jest ze sobą nierozerwalnie złączona. Receptą na szczęście są miłość i marzenia.

**Receptą na szczęście są miłość i marzenia.**

Z wnioskami, którymi dzieliłem się na blogu, wróciłem do Polski i przez kilka miesięcy w kraju podejmowałem się różnych prac, w tym dla jednej z gdańskich fundacji, ale znowu to nie było to, czego szukałem. Czteromiesięczne tworzenie baz danych nijak miało się do mojego wyobrażenia o pomocy innym.

## PIENIĄDZE SZCZĘŚCIA NIE DAJĄ, ALE...

Rok temu ruszyłem w kolejną podróż. Ponownie do Azji, ale tym razem kierowany chęcią realnej pomocy drugiej osobie. Oprócz tego że autostopem z Gdańska dojechałem do Birmy, odwiedzając po drodze Rosję, Kazachstan, Kirgistan, Chiny, Laos i Tajlandię, stworzyłem kolejny projekt, który nazwałem „Pocztówki z Europy". Za pośrednictwem internetu zwróciłem się do ludzi z całej Europy o przesłanie do mnie pocztówek z miejsca, gdzie żyją i napisanie na nich krótkiej wiadomości dla dzieci mieszkających w azjatyckich sierocińcach. Odzew na ten apel kompletnie mnie zaskoczył, bo w ciągu 3 miesięcy listonosz przyniósł mi około 780 pocztówek z całego świata. Wszystkie je zapakowałem do plecaka i rozdawałem w domach dziecka w Rosji, Kazachstanie, Kirgistanie i Tajlandii.

Tak się złożyło, że realizując projekt, trafiłem do sierocińca, który pełnił również funkcję szkoły. Ponieważ w miejscu, gdzie się znajdował, nie było wolontariuszy, zgłosiłem się i zostałem nauczycielem angielskiego dzieci w wieku 9-13 lat. Było to najwspanialsze doświadczenie w moim życiu. Przebywanie całą dobę z dziećmi i pomoc przy remontowaniu sierocińca sprawiły, że pierwszy raz w życiu czułem się naprawdę komuś pomocny.

Wtedy też uświadomiłem sobie, że często możliwość jakiejkolwiek pomocy rozbija się o pieniądze. Prawie zawsze są one niezbędne i okazują się warunkiem nie do przeskoczenia przy realizacji wielu dobrych pomysłów. Z takimi przemyśleniami wróciłem do Polski, gdzie moje życie nagle nabrało zwariowanego tempa. Wygrane konkursy, książka, która staje się bestsellerem, dziesiątki prezentacji i setki poznanych na nich ludzi. Coś, co do tej pory było tylko i wyłącznie moją pasją, nagle stało się źródłem utrzymania.

## HOSPICYJNY *COME BACK*

Im bliżej było do kolejnych wakacji, tym coraz częściej zastanawiałem się, gdzie ruszyć tym razem i co uczynić dodatkowym celem wyprawy. Wiedziałem, że prawdopodobnie zdecyduję się na Amerykę Południową, ale z ustaleniem beneficjenta eskapady miałem już kłopot. Aż do pewnego dnia, kiedy nagle mnie olśniło, że po co mam pomagać ludziom na krańcach świata, skoro na moim własnym podwórku jest mnóstwo osób, które jej potrzebują. Zacząłem kombinować, w jaki sposób połączyć podróż z pomocą tutaj na miejscu i drugi raz w swoim życiu znalazłem numer do Fundacji Hospicyjnej.

Jutro, 17 października, ruszam w kolejną podróż, tym razem na Antarktydę. Z Gdańska dojadę do Lourdes, stamtąd ruszę w pieszą pielgrzymkę szlakiem św. Jakuba do Hiszpanii, przepłynę jachtostopem Atlantyk do Ameryki Południowej, zahaczę o Antarktydę, gdzie ulepię bałwana, przytulę pingwina i zacznę powrót do domu. Podróż połączę z tym, co robię na co dzień, czyli pisaniem i relacjonowaniem moich przygód na blogu. Dzięki portalowi siepomaga.pl stworzyłem zbiórkę internetową, której celem jest zbiórka 100 tysięcy złotych. Zebrana kwota w 60% wesprze edukacyjnie podopiecznych Funduszu Dzieci Osieroconych, a w 40% przeznaczona zostanie na zakup sprzętu niezbędnego w opiece nad pacjentami Domowego Hospicjum dla Dzieci.

Czy się uda? Nie mam pojęcia, ale na osiągnięcie celu daję sobie ponad pół roku.

Czy to, co robię w życiu, sprawia, że zasługuję na miano wolontariusza? Nie mnie oceniać. Moim zdaniem robię po prostu to, co każdy człowiek powinien, czyli ofiaruję co mam najlepszego drugiej osobie.

*Przemek Autostopowicz*

* * *

Wpis na podróżniczym facebooku z 26 listopada, ponad miesiąc od startu: „Dzień dobry Afryko! Pierwsze atlantyckie szlify, sztormy, flauty i kolorowe pawie za mną! Teraz czas na dwa dni postoju w marokańskim Safi i weekend na Wyspach Kanaryjskich". Pierwszy jachtostop Przemek ma więc już za sobą. Tak jak słynne El Camino, czyli około 1000 km pieszej pielgrzymki z Lourdes do Santiago de Compostella. Z wypiekami śledzimy Jego internetowe wpisy, sekundujemy, wspieramy myślami. I ze wzruszeniem czytamy co chwila prośby o wsparcie naszych podopiecznych. Przemek, niech Cię dobra passa nigdy nie opuści!

*Przyjaciele z Fundacji Hospicyjnej i Hospicjum ks. Dutkiewicza*

Fot.: Arkadiusz Wegner

**Podczas pikniku hospicjum dziecięcego. Zawsze chciałem zostać piratem...**

# Oni nam pomagają

Z pozoru nic je nie łączy, może poza sukcesami osiągniętym w swojej branży i gdańskim adresem firmy. A jednak wspaniałe samochody „Masterlease" oraz pachnące drożdżówki od „Pellowskiego" zaprowadzą nas w jedno miejsce, tam gdzie nie mówi się o swoich osiągnięciach, ale o drugim człowieku.

Fot.: Archiwum Piekarni – Cukierni „Pellowski"

## Grzegorz Pellowski
**Właściciel Piekarni - Cukierni „Pellowski"**

Jesteśmy firmą obecną w Gdańsku od 1947 roku, chociaż rodzinne tradycje piekarnicze sięgają 1922 roku, kiedy to mój dziadek, Stanisław Pellowski, założył wytwórnię chleba w Wejherowie. Oboje z żoną Katarzyną staramy się, by nasz trójbranżowy biznes, czyli piekarnie, cukiernie i kawiarnie, rozsiane po całym Gdańsku pod szyldem „Pellowski", miał też swoje drugie, mniej znane oblicze i od lat wspieramy różne organizacje, w tym Hospicjum ks. Dutkiewicza i Fundację Hospicyjną. To kontynuacja działalności mojego ojca – pamiętam, jak żukiem woziłem chleb dla robotników strajkujących w Stoczni...

Ks. Dutkiewicza mieliśmy okazję kiedyś poznać i ujął nas swoją szczerością. Pamiętam początki jego Hospicjum, naprawdę trudno było nie włączyć się do pomocy. Pomagamy nie tylko Hospicjum i Fundacji, ale również innym instytucjom, do których mamy przekonanie, że są dobrze kierowane, bo pomagać powinno się nie tylko z sercem, ale i z rozsądkiem. Przekazujemy im 1 procent z naszych dochodów, obdarowujemy wyrobami, zarówno piekarniczymi, jak i ciastami. Na ich rzecz zrzekam się również ze swoich diet, które należą mi się z tytułu pełnienia różnych funkcji. Oboje z żoną jesteśmy wdzięczni, że udało nam się w życiu osobistym i zawodowym, i tym szczęściem mamy potrzebę podzielenia się z innymi. Uważam, że każdy powinien coś w życiu innym oddać.

Masterlease jest dzisiaj jednym z liderów rynku CFM, spółką notowaną na Giełdzie Papierów Wartościowych. Niewątpliwie ten sukces jest wynikiem pracy całej organizacji i ciągłego rozwoju firmy. Od samego początku staramy się, w miarę naszych możliwości, wspierać potrzebujących. Dziś trudno wymienić wszystkie inicjatywy, w których uczestniczyliśmy, ale nie o to chodzi. Myślę, że okazana pomoc żyje w pamięci osób, które z niej skorzystały. Na przykład dzieci, które dzięki nam mogły uczestniczyć w olimpiadach naukowych czy sportowych i w ten sposób rozwijać swoje talenty. To samo dotyczy wydarzeń kulturalnych w regionie, które bez wsparcia finansowego nie miałyby szansy zaistnieć. W strategii „Masterlease" zakładamy wspieranie akcji, które mają na celu ochronę środowiska. Wprawdzie nie mamy zakładów produkcyjnych, które emitują zanieczyszczenia, jednak zwracamy uwagę na zużycie papieru czy paliwa, co przy flocie liczącej około 23 tysięcy samochodów jest istotne. Uczestniczymy także w projektach mających na celu podniesienie świadomości bezpiecznego zachowania na drogach.

Jednak największą satysfakcję daje mi osobiście uczestnictwo w projektach ratujących życie. Dlatego wspieramy Wielką Orkiestrę Świątecznej Pomocy, która niesie pomoc chorym dzieciom. Nie boimy się też trudnych tematów, wymagających nie tylko najwyższej formy wrażliwości, ale też przełamywania tabu. Od wielu lat wspieramy Fundację Hospicyjną oraz Hospicjum im. ks. E. Dutkiewicza SAC. W działalność tych instytucji jestem zaangażowany od samego początku ich istnienia. Cieszę się, że dzięki sukcesom biznesowym możemy aktywnie wspomagać naszą cegiełką wielkie dzieła, jakie wykonują te instytucje.

Fot.: Archiwum Masterlease Polska

## Jerzy Kobyliński
**Prezes Zarządu Masterlease Polska**

Fot.: Krzysztof Gilewicz

Konferencję otworzyła Alicja Stolarczyk, Prezes Fundacji Hospicyjnej

# Tumbo już pomaga

W dniach 21-22 listopada br. w Sopocie odbyła się ogólnopolska konferencja zatytułowana „Zapomniani żałobnicy – o żałobie wśród dzieci i młodzieży". Wykłady i warsztaty na temat przebiegu procesu żałoby, jej odmiennych postaci w zależności od rodzaju śmierci bliskich oraz różnorodnych metod wsparcia przez otoczenie połączone zostały z inauguracją programu „Tumbo Pomaga" – efektu zeszłorocznej kampanii Fundacji Hospicyjnej „Hospicjum to też Życie", której celem była pomoc dzieciom osieroconym przez pacjentów hospicjów. Od tego roku słonik Tumbo, maskotka Funduszu Dzieci Osieroconych, stał się ich patronem niezależnie od okoliczności śmierci bliskich swoich podopiecznych.

Partnerami merytorycznymi wydarzenia, zorganizowanego przez Fundację Hospicyjną, byli: Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej oraz Krajowy Duszpasterz Hospicjów. Informacja o konferencji, zamieszczona na portalu Fundacji i rozesłana do poszczególnych ośrodków hospicyjnych, szkół, Powiatowych Centrów Pomocy Rodzinie oraz Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych, od początku spotkała się z dużym zainteresowaniem, a temat żałoby u dzieci i nastolatków okazał się od dawna nieprzerobioną lekcją. Adresatami konferencji byli psycholodzy, pedagodzy szkolni, pracownicy socjalni oraz wszystkie osoby mogące w swojej pracy zetknąć się z problemem żałoby osób niepełnoletnich. W wydarzeniu wzięło udział około 140 osób z 96 ośrodków. Jeszcze parę dni przed wydarzeniem, z przyczyn organizacyjnych zamknięta została lista chętnych do udziału w warsztatach. Ostatecznie skorzystało z nich łącznie 76 osób.

Przybyłych do audytorium w sopockiej siedzibie SWPS powitała **Alicja Stolarczyk**, Prezes Fundacji Hospicyjnej, która przypomniała ideę i pokrótce przedstawiła program dwudniowych spotkań oraz ich prowadzących.

Gospodynią pierwszej sesji, poświęconej procesowi żałoby, była dr Maria Rogiewicz. Tę część konferencji otworzyła **dr Anna Dodziuk**, która przybliżyła zebranym etapy żałoby u dzieci, podkreślając, że nie istnieją głębokie różnice w przeżywaniu śmierci bliskiej osoby pomiędzy nimi a dorosłymi. Prelegentka wyakcentowała też powszechność zjawiska nieprzepracowanej żałoby, zwróciła uwagę na niebezpieczne przemiany w obyczajowości, wypierające nieuchronność śmierci ze świadomości społecznej, a także podkreśliła znaczenie rytuałów oraz towarzyszenia i tolerancji jako głównych elementów wsparcia. Na koniec dr Dodziuk zaznaczyła, że uczucia towarzyszące żałobie, w tym rozpacz, złość, lęk, są potrzebne i nie powinniśmy przykładać do nich swoich własnych miar.

**Uczucia towarzyszące żałobie, w tym rozpacz, złość, lęk, są potrzebne i nie powinniśmy przykładać do nich swoich własnych miar.**

Jako kolejna zabrała głos **dr Maria Rogiewicz**, która w swoim wystąpieniu poruszyła problem przewlekłej choroby zakończonej śmiercią oraz żałoby u nastolatków. Prelegentka zaczęła od naszkicowania trudnej sytuacji psychicznej, w jakiej znajduje się każdy nastolatek – rozpięty między dzieciństwem, które się już skończyło, a dorosłością, która się nie zaczęła. Nakładające się na to doświadczenie straty odczuwa podwójnie boleśnie, bo rozumiejąc doskonale nieodwracalność śmierci, jest zupełnie nieprzygotowany na jej akceptację. Miał walczyć, a powinien płakać. Miał iść z rodzicem na wojnę, a powinien na cmentarz. Dr Rogiewicz przedstawiła emocje towarzyszące żałobie oraz zaprezentowała możliwe reakcje nastolatka na śmierć rodzica, podkreślając, że najniebezpieczniejszą postawą jest nadmiernie ugrzeczniona, grożąca utratą rzeczywistych relacji z dzieckiem. By pomóc młodemu człowiekowi wyjść cało z tego okresu, powinniśmy przede wszystkim zapewnić mu przestrzeń do przeżycia żałoby,

bowiem śmierć dla nastolatka to szereg strat, w tym zaufania do swojego losu, bezpieczeństwa, często wiary, możliwości i marzeń, a także własnej tożsamości i celu.

Ostatni wykład przed przerwą poprowadziła **dr Marlena Kossakowska**, która skupiła się na przebiegu żałoby u dzieci, będącej skutkiem śmierci w wyniku samobójstwa, zabójstwa lub nieszczęśliwego wypadku. Zwróciła uwagę na powtarzalność we wszystkich przypadkach nagłego początku żałoby i towarzyszącego jej szoku, niemogącego się równać z informacją o śmierci na skutek choroby. Bardzo częstym zjawiskiem u dzieci przeżywających tę żałobę jest poczucie winy, wręcz odpowiedzialności za śmierć, a także poczucie krzywdy, że tak nagle kogoś zabrakło. Dr Kossakowska podkreśliła wyjątkowe znaczenie wsparcia, które w wypadku śmierci nagłej powinno być udzielane od samego początku. Dziecko postawione w tej sytuacji wyjątkowo potrzebuje nadania znaczenia żałobie i odnalezienia na powrót sensu życia. Według dr Kossakowskiej u małych dzieci ważną funkcję terapeutyczną spełniają rysunki, dzięki którym emocje są ukazywane nie wprost. Prelegentka wskazała także na 2 typy rodzin – otwartych na pomoc z zewnątrz i na nią zamkniętych, z wyraźnym wskazaniem na pierwszy z nich jako lepiej radzący sobie z przepracowaniem żałoby.

**Śmierć dla nastolatka to szereg strat, w tym zaufania do swojego losu, bezpieczeństwa, często wiary, możliwości i marzeń, a także własnej tożsamości i celu.**

Po przerwie obiadowej sesję poświęconą formom wsparcia moderowała dr Anna Dodziuk. Jako pierwsza wystąpiła w niej **Alicja Stolarczyk** i zgodnie z wcześniejszą zapowiedzią zaprezentowała portal pomocowy www.tumbopomaga.pl, od kilkunastu dni zawieszony już w sieci, a przygotowany z myślą zarówno o dzieciach i młodzieży w żałobie, jak i ich najbliższemu otoczeniu – rodzicach, nauczycielach, a także rówieśnikach. Jego założeniem, oprócz opracowania teoretycznego niezbędnika dotyczącego żałoby, było stworzenie platformy wymiany myśli i doświadczeń na ten temat oraz sposobów wsparcia.

Kolejny wykład wygłosiła **dr Małgorzata Fopka-Kowalczyk**, która zajęła się socjalnymi i duchowymi elementami wsparcia, udzielanemu dziecku przez każdą ważną dla niego emocjonalnie osobę – rodzica lub też kogoś z dalszej rodziny, wychowawczynię czy opiekunkę. Podkreśliwszy nieistnienie jednej definicji pomocy dziecku, prowadząca wykład przypomniała, że do właściwego wsparcia udzielanego dziecku w żałobie niezbędna jest jego dobra znajomość, wiedza dotycząca procesu żałoby oraz świadomość własnych ograniczeń. Doświadczenie pokazuje, że dziecku można wiele wytłumaczyć za pomocą bajek, a zachęcone będzie chciało pytać o nurtujące je sprawy. Prelegentka podzieliła rodzaje wsparcia na trzy grupy: informacyjno-instrumentalne, emocjonalno-duchowe i socjalno-materialne oraz zajęła się omówieniem praktycznych wskazówek dla wspierających. Na zakończenie podkreśliła, że każda troska okazana dziecku może spowodować, że będzie ono cierpiało mniej.

**Do właściwego wsparcia udzielanego dziecku w żałobie niezbędna jest jego dobra znajomość, wiedza dotycząca procesu żałoby oraz świadomość własnych ograniczeń.**

Z ostatnim wykładem tego dnia wystąpiła **Agnieszka Paczkowska**, psycholog z Hospicjum im. ks. E. Dutkiewicza SAC w Gdańsku, współtwórczyni portalu www.tumbopomaga.pl, przypominając jego podstawową tezę, że każdy dorosły jest w stanie udzielić wsparcia dziecku w żałobie. Zasadniczym tematem wystąpienia A. Paczkowskiej była żałoba w szkole, do której można się mentalnie i organizacyjnie przygotować, przy czym inną sytuację stwarza śmierć w rodzinie ucznia, a inną śmierć w społeczności szkolnej. W pierwszym wypadku w centrum działania jest osierocone dziecko, natomiast w drugim cała szkolna społeczność.

Wykłady pierwszego dnia konferencji sprowokowały obecnych do licznych komentarzy i pytań, które w najlepszy sposób dokumentowały zasadność jej organizacji oraz dotychczasowy dotkliwy brak podobnych szkoleń.

Drugi dzień konferencji, którego gospodynią była Agnieszka Paczkowska, otworzyły dwa wykłady. Pierwszy z nich, poświęcony wpływowi przewlekłej choroby w domu dziecka na jego psychikę, wygłosiła **prof. dr hab. med. Krystyna de Walden-Gałuszko**, która na wstępie wyjaśniła cechy charakterystyczne dziecięcej psychiki, takie jak myślenie konkretne, życzeniowe, magiczne, egocentryczne i zawieszone w teraźniejszości. Zagadnienie wiodące wykładu omówione zostało dla poszczególnych etapów znanych z psychologii rozwojowej (2-3 lata, 4-6 lat oraz 7-13). Specjalną uwagę prof. de Walden-Gałuszko zwróciła na dzieci izolujące się od otoczenia, w których wypadku konieczna jest pomoc psychologa.

Z kolejnym i zarazem ostatnim wykładem wystąpiła **Anna Janowicz**, poświęcając go roli opiekuna rodzinnego. Ciekawym zagadnieniem poruszonym przez prelegentkę był problem antycypacji żałoby, który dotyka wszystkich członków rodziny, w tym również nieletnich.

Zwieńczeniem konferencji były warsztaty w trzech grupach, przygotowane przez doświadczonych ekspertów w dziedzinie żałoby u dzieci. **Dorota Zawadzka** zajęła się rolą nauczyciela we wsparciu ucznia w żałobie, który by pomóc, musi najpierw dokładnie poznać własne emocje. Podczas zajęć uczestnicy omawiali trudne sytuacje, z którymi mogą się zetknąć w szkole, włączywszy przewlekłą chorobę członka rodziny dziecka, samobójstwo, a także tzw. eurosieroctwo czy rozwód rodziców (rodzaj straty), oraz poznali przykłady z literatury pięknej i filmy, do ewentualnego wykorzystania w pracy z dzieckiem osieroconym lub jego klasą. **Agnieszka Paczkowska**, prowadząca zajęcia dotyczące pracy z dziećmi w żałobie, pokazała sposoby inicjowania z nimi rozmów na temat śmierci oraz zaprezentowała rolę rysunków projektowych w oswajaniu myśli o stracie. Natomiast **Beata Stachowska** skupiła się na pracy z rodzicem lub opiekunem dziecka w żałobie, który również doświadczył straty, i m.in. opracowała z grupą scenariusz spotkania się z nim w celu nakłonienia do znalezienia osoby wspierającej. To, w jaki sposób on przeżywa żałobę, jest często wzorem dla dziecka.

Sopocka konferencja otworzyła cykl podobnych szkoleń, o których informować będziemy na bieżąco.

*Magda Małkowska*

# Moc jest z nami

Fundusz Dzieci Osieroconych

Inaczej nie dawalibyśmy rady, a nie mamy wyjścia. Ostatni kwartał roku to okres szczególnie napiętych terminów i realizacji wszystkich przyjętych zobowiązań. O ich przesuwaniu na później nie ma mowy, w Nowym Roku powinno się wystartować z czystym kontem.

## KAMPANIA „POMAGAMY DZIECIOM I MŁODZIEŻY W ŻAŁOBIE"

11 października ruszyła XI kampania Hospicjum to też Życie, poświęcona zarówno osieroconym dzieciom, jak i nastolatkom. Jej celem jest nagłośnienie problemów związanych z żałobą dzieci i młodzieży oraz zwiększenie świadomości na temat roli udzielanego im wsparcia: materialnego, psychologicznego i edukacyjnego. Istotnym elementem kampanii jest wdrożenie programu pomocowego „Tumbo Pomaga", mającego za zadanie opiekę psychologiczną nad dziećmi i młodzieżą, którzy doświadczają straty, a także przekazanie konkretnych rozwiązań i narzędzi osobom sprawującym nad nimi opiekę lub przebywającym w ich otoczeniu. W jego ramach uruchomiony został portal www.tumbopomaga.pl, adresowany zarówno do małoletnich żałobników, ich rówieśników, jak i do rodziców, opiekunów i nauczycieli. Jego prezentacja odbyła się w dniach 21-22 listopada w Gdańsku, podczas konferencji dla hospicyjnych psychologów, nauczycieli i pedagogów.

Jednym z punktów kampanii jest prowadzenie zbiórek za pośrednictwem charytatywnego nr. SMS (7279, o treści POMAGAM, aktywnego od października do końca grudnia 2014 r.), przelewów na konto (93 1540 1098 2001 5562 4727 0011) oraz kwest do specjalnych puszek, które firmy lub szkoły mogą zamówić w Fundacji Hospicyjnej.

Ambasadorami kampanii zostali: Henryka Krzywonos-Strycharska, Katarzyna Dobrzyniecka, Dorota Kolak – zaprzyjaźnieni z nami od dawna, oraz Piotr Polk i Micha Piela, znani szerszej publiczności z serialu „Ojciec Mateusz", którzy do tego grona postanowili się przyłączyć. 28 października dwójka naszych podopiecznych miała okazję gościć na planie serialu i poznać tajniki filmowej kuchni. Relację z ich spotkania wyemitowała TVP1 23 listopada.

## WSPARCIE EDUKACYJNE

Na przełomie października i listopada 77 dzieci z 24 ośrodków paliatywno-hospicyjnych z całej Polski otrzymało wsparcie edukacyjne na łączną sumę 40 710 zł. Nasza pomoc możliwa była dzięki hojności wielu firm, szkół i osób prywatnych, jak również dzięki zbiórkom na portalu www.siepomaga. Szczególnie serdecznie chcielibyśmy podziękować firmom: DNV GL, Hubert Burda media, WSPON Poznań, Alma Centrum Konferencyjne, GTL Sp. z o.o., III LO w Gdyni oraz Fundacji Energa.

## MIKOŁAJE ŁĄCZCIE SIĘ

Jak co roku z okazji Świąt Bożego Narodzenia Fundacja Hospicyjna realizuje marzenia dzieci będących pod opieką Hospicjum im. ks. E. Dutkiewicza SAC w Gdańsku, ich rodzeństwa oraz dzieci osieroconych. W tym roku mamy do spełnienia aż 143, a wszystko dzięki pełnej mobilizacji wielu szkół, firm i osób prywatnych. Część prezentów trafi do właściwych rąk już 12 grudnia, w trakcie wigilii dla podopiecznych Domowego Hospicjum dla Dzieci, część przekażemy podczas zajęć świetlicowych, a resztę Mikołaj osobiście dostarczy do domu.

Fot.: Arkadiusz Wegner

Piotr Polk i Michał Piela z podopiecznymi FDO – Agnieszką i Dominikiem

## BAWIMY SIĘ

24 września rozpoczął się kolejny rok wielkiej frajdy dla członków sekcji wspinaczkowej Drużyny Słonika Tumbo. Siódemka dzieci w wieku 8-12 lat, podopiecznych Funduszu Dzieci Osieroconych, podjęła cotygodniowe zajęcia na ściance. Podobnie jak przed wakacjami, ich spotkania „na wysokościach" możliwe są dzięki uprzejmości Emilii Gruszewskiej, właścicielki bulderowni Grimpado na gdańskim Przymorzu, oraz władz Politechniki Gdańskiej, udostępniających dzieciakom ściankę na terenie Centrum Sportu Akademickiego PG w Gdańsku Wrzeszczu.

6 listopada w Filharmonii Bałtyckiej wystąpiła z koncertem Justyna Steczkowska, a Fundacja Hospicyjna została jego częściowym beneficjentem. Po wspaniałym show, jakby emocji było mało, grupa zaproszonych dzieci odwiedziła garderobę Artystki, by móc z Nią chwilę porozmawiać i ustawić się do wspólnego zdjęcia. Pozował również słonik, symbol Funduszu Dzieci Osieroconych oraz programu „Tumbo Pomaga", który P. Justyna dostała w prezencie.

14 listopada odbył się w Hospicjum im. ks. E. Dutkiewicza SAC Wielki Bal Wszystkich Świętych, zorganizowany przez pracowników Hospicjum. Zabawa była boska, a przebrania rzecz jasna niebiańskie.

21 listopada w Hospicjum przeprowadziliśmy zajęcia z decoupagu, w których uczestniczyli również nasi podopieczni. Ich wyroby zasilą stoisko Jarmarku Gwiazdkowego.

Poza tym autostopowicz Przemek Skokowski, inicjator akcji „Autostopem dla Hospicjum" jest już w Afryce, 10 grudnia otwieramy wielką „Wystawę Choinek" w gdańskim ECS, w listopadzie i grudniu trwają kwesty w centrach handlowych... Żaden pomysł, jakby rozpropagować Fundusz i zarobić na jego działalność, nie jest nam obcy. Dobrych Świąt!

*Justyna Ziętek*
*Koordynator Funduszu Dzieci Osieroconych*

Księgarnia
Fundacji Hospicyjnej

# Nagle wszystko stanie się nowe

Każdego dnia, sięgając po gazetę, śledząc internetowe portale informacyjne czy oglądając telewizję, mimowolnie uczestniczymy w czyjejś tragedii związanej ze stratą bliskiej osoby. Obecność śmierci, a wręcz jej tabloidyzacja przez media, paradoksalnie nie zmienia faktu, że w dalszym ciągu uznawana jest ona za społeczne tabu, przed którym warto chronić najmłodszych. Tych samych młodych ludzi, przyzwyczajonych do tego, że aby przejść na kolejny poziom w grze, po kilka razy traci się życie. Zatem z jednej strony śmierć spowszedniała i stała się częścią masowej kultury, z drugiej wciąż ciężko o niej rozmawiać jak o części naszego życia, zwłaszcza z dziećmi.

Na sposób, w jaki dzieci zrozumieją pojęcie śmierci i reagować będą na stratę bliskich, mają wpływ osoby z ich najbliższego otoczenia. Pamiętając o tym, warto do takich rozmów przygotować się możliwie szybko i od najmłodszych lat oswajać je z tą tematyką. Często nie wiemy, od czego takie rozmowy zacząć i jakich słów użyć, i tu pomocne mogą być książki. Prym we wprowadzaniu tematów tabu do literatury dziecięcej w dalszym ciągu wiedzie literatura skandynawska, której na polskim rynku jest chyba najwięcej.

Jedną z pozycji, które w sposób łagodny objaśniają doświadczenie straty jest książka dla dzieci „Dziewczynka i drzewo kawek", fińskiej autorki Riitty Jalonen. Ta subtelna w sposobie przekazu historia żałoby dotyczy dziecka i przez nie zostaje opowiedziana.

Codzienność bez taty, z jaką musi sobie poradzić dziewczynka, jest nagle pusta i do ponownego odkrycia. Tak jak każda trudna sytuacja, rodzi wiele pytań. Pojawiają się uczucia dotąd nieznane, miejsca wcześniej nieodwiedzane, poprzetykane wspomnieniami i smutkiem. „Czasami boli mnie w gardle, a nawet w uszach. Gardło robi się takie grube, a w uszach kłuje. Zupełnie jak wtedy, kiedy biegnę bardzo szybko, choć nie mam na to siły".

„Dziewczynka i drzewo kawek" uczy akceptacji. Akceptacji śmierci, tęsknoty i tego, że każdy, w szczególności dzieci, przechodzi proces żałoby indywidualnie. To książka o sile miłości, dającej przyzwolenie na te uczucia i wzajemnego wspierania się w trudnym okresie, pozwalającej zaakceptować „nowy początek". „Nikt nie może zobaczyć miejsca, w którym tęsknotę czuje się najmocniej. (…) Kiedy wtulamy się w czyjeś ramiona, wtedy to miejsce, którego nie widać, robi się mniejsze".

Ogromnym walorem książki są ilustracje autorstwa Kristiiny Louhi, których spokojny rytm i stonowane barwy niejako łagodzą trudny temat, w jaki wprowadza nas bohaterka.

*Olga Woźniak*

**KSIĄŻKI DO NABYCIA W KSIĘGARNI FUNDACJI HOSPICYJNEJ, www.ksiegarnia.hospicja.pl**

W dniach 15-16 maja 2015 roku w Hotelu Filmar w Toruniu odbędzie się **Jubileuszowa XV Ogólnopolska Konferencja Medycyny Paliatywnej „Hospicjum 2015", połączona z XIII Ogólnopolskim Forum Onkologii i Psychoonkologii.**

Wydarzenie, współorganizowane przez Hospicjum „Światło" w Toruniu, Dom Sue Ryder w Bydgoszczy i Hospicjum im. bł. ks. Jerzego Popiełuszki, jest corocznym spotkaniem środowiska hospicyjnego z całej Polski. Komitet naukowy pod przewodnictwem prof. Jacka Łuczaka przygotowuje bogaty program wykładów, w którym znajdą się m.in. tematy dotyczące opieki nad pacjentem w stanie terminalnym, terapii ran i odleżyn, nowości farmakologicznych i sprzętowych, onkologii i psychoonkologii, a także zagadnień prawnych oraz etycznych, związanych ze specyfiką hospicyjnej misji.

Wydarzeniu tradycyjnie towarzyszyć będzie wystawa medyczna z udziałem ok. 30 wystawców, prezentujących innowacyjne produkty i urządzenia poprawiające jakość i komfort opieki nad pacjentem. Poza wykładami organizatorzy przygotowują wiele atrakcji, m.in.: wycieczkę do Centrum Astronomii UMK w „Piwnicach" pod Toruniem, zwiedzanie toruńskiej Starówki z przewodnikiem oraz Wielki Koncert Charytatywny na rzecz toruńskiego Hospicjum „Światło" (15.05.). W sobotę 16 maja zapraszamy do udziału w uroczystej mszy św.

**Szczegółowe informacje oraz zapisy pod adresem www.expo-andre.pl lub pod numerem telefonu: (56) 657 35 04.**

# Księgarnia Fundacji Hospicyjnej

**Wszystkie publikacje Fundacji Hospicyjnej 25% taniej**

Zapraszamy do księgarni oferującej unikatowe na rynku publikacje, skierowane do osób poszukujących odpowiedzi na trudne tematy związane z końcem życia, bólem i chorobą, a także wskazówek jak radzić sobie ze stratą i żałobą. Proponujemy poradniki i podręczniki zarówno dla osób zawodowo zajmujących się pomocą chorym, jak i opiekunów nieformalnych oraz wolontariuszy.

**www.ksiegarnia.hospicja.pl**

Księgarnia Fundacji Hospicyjnej
Gdańsk, ul. Chodowieckiego 10, tel. 58 343 80 92

**Masterlease**
Mistrz leasingu i zarządzania flotą

# Wynajem elastyczny

## Korzyści wynajmu elastycznego z Masterlease:

- brak wkładu własnego
- użytkowanie pojazdu od 3 do 24 miesięcy
- możliwość bezkosztowego skrócenia okresu wynajmu
- pełny pakiet ubezpieczeń i likwidacja szkód komunikacyjnych
- wymiana, serwis i przechowywanie opon
- gwarancja samochodu zastępczego
- 24 godzinny Assistance
- brak kosztów związanych z obsługą techniczną i serwisowaniem pojazdów
- możliwość wliczenia kosztu wynajmu w koszty uzyskania przychodu firmy

Prime Car Management S.A.
Futura Leasing S.A.
Masterlease Sp. z o.o.
Futura Prime Sp. z o.o.

Centrala: ul. Polanki 4
80-308 Gdańsk
tel. (58) 340 44 00
e-mail: centrala@masterlease.pl

kontakt: (22) 100 63 72
www.wynajemelastyczny.pl

Hospicjum to też Życie
Fundacja Hospicyjna

Fundusz Dzieci Osieroconych

# Pomagamy dzieciom i młodzieży w żałobie

1%

KRS 0000 201 002

Po śmierci bliskiej osoby nic już nie jest takie, jak było. Znika poczucie bezpieczeństwa, pojawia się lęk o przyszłość. Program „Tumbo Pomaga" powstał, by pomóc dzieciom i młodzieży w żałobie odbudować życie po stracie. Pomóżmy im wygrać jutro!

**Wyślij SMS o treści POMAGAM pod numer 7279 (koszt 2 zł + VAT)**

T · · orange plus PLAY heyah!

dokonaj wpłaty na konto nr 93 1540 1098 2001 5562 4727 0011
lub zamów skarbonkę i przeprowadź zbiórkę na rzecz naszych podopiecznych.

Więcej informacji o programie na **www.tumbopomaga.pl**